



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA  
CARDÁPIO SEMANAL 2023

Escola: CEMEB INFANTIL

FEVEREIRO

20 DIAS LETIVOS

**SEMANA 1**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
30	31	1	2	3

**SEMANA 2**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
6	7	8	9	10
ARROZ	RISOTO ALHO PORÓ	MACARRÃO	ARROZ	MACARRÃO
ABÓBORA REFOGADA	CENOURA E VAGEM	SALADA REPOLHO E CENOURA RALADA	BATATA REFOGADA	CHUCHU E CENOURA
OVOS COZIDOS COM MOLHO DE TOMATE	CARNE BOVINA MOÍDA	FRANGO EM TIRAS	CARNE BOVINA MOÍDA	CARNE BOVINA MOÍDA
FEIJÃO COM LOURO	MOLHO DE TOMATE	MOLHO DE TOMATE	MOLHO TOMATE E CENOURA	MOLHO DE TOMATE
MELANCIA	SUCO	MANJERICÃO	FEIJÃO COM LOURO	SALSA E CEBOLINHA
	ABACAXI	BANANA	MELÃO	BANANA

**SEMANA 3**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
13	14	15	16	17
ARROZ	ARROZ	MACARRÃO	ARROZ	YAKISSOBA
CHUCHU COM TOMATE	VIRADO DE ABOBRINHA	SALADA ALFACE E BETERRABA RALADA	ABOBRINHA REFOGADA	CENOURA/ VAGEM/ ACELGA
OVOS MEXIDOS COM MOLHO DE TOMATE	PERNIL DESFIADO	PRIMAVERA	CARNE BOVINA MOÍDA	FRANGO EM TIRAS
FEIJÃO COM LOURO	MOLHO TOMATE E CENOURA	MOLHO TOMATE E CENOURA	MOLHO TOMATE E CENOURA	MOLHO DE TOMATE
MELANCIA	FEIJÃO PRETO COM LOURO	MANJERICÃO	TOMILHO	MANJERICÃO
	MAÇÃ	BANANA	MELÃO	BANANA

**SEMANA 4**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
20	21	22	23	24
PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO ATÉ 12 HORAS	MACARRÃO SALADA PEPINO COM TOMATE VINAGRETE FRANGO DESFIADO MOLHO TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE BISCOITOS	ARROZ ABOBRINHA CARNE BOVINA CUBOS FEIJÃO COM LOURO MOLHO DE TOMATE BISCOITOS

**SEMANA 5**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
27	28			
ARROZ	ARROZ			
CHUCHU COM TOMATE	CENOURA			
OVOS MEXIDOS COM MOLHO DE TOMATE	COXA E SOBRECOXA FRANGO			
FEIJÃO COM LOURO	MOLHO DE TOMATE			
MELANCIA	SALSA E CEBOLINHA			
	BOLINHO AO LEITE			

OBSERVAÇÃO: Cardápio sujeito a alterações.

Composição Nutricional Média Semanal 30%- Referência Pré Escola 4 - 5 anos			
Calorias	Proteína g	Lipídeo g	Carboidrato g
399,34	13,65	11,07	59,41