



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA  
CARDÁPIO SEMANAL 2023  
CEMEB INFANTIL

ABRIL

**SEMANA 1**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
3	4	5	6	7
ARROZ CHUCHU COM TOMATE OVOS MEXIDOS COM MOLHO DE TOMATE FEIJÃO COM LOURO	ARROZ MANDIOQUINHA E CENOURA CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO TOMATE TOMILHO	PÃO PUDIM CHOCOLATE FRANGO DESFIADO MOLHO TOMATE E CENOURA MANJERICÃO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO NACIONAL
MELANCIA	BANANA	ABACAXI		

**SEMANA 2**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
10	11	12	13	14
MACARRÃO À CARBONARA OVOS CARNE PORCO PICADINHA MOLHO DE CENOURA	RISOTO ALHO PORÓ CENOURA E VAGEM CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE SUCO	MACARRÃO SALADA REPOLHO ROXO E VERDE VINAGRETE FRANGO EM TIRAS MOLHO TOMATE MANJERICÃO	PÃO SUCO CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE E CENOURA TOMILHO	ARROZ BATATA DOCE COM ALECRIM FRANGO EM TIRAS MOLHO TOMATE E CENOURA FEIJÃO
BISCOITOS	MAMÃO	BANANA	MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS

**SEMANA 3**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
17	18	19	20	21
ARROZ ABÓBORA REFOGADA OVOS MEXIDOS COM MOLHO DE TOMATE FEIJÃO COM LOURO	ARROZ VIRADO DE ABOBRINHA PERNIL DESFIADO MOLHO DE TOMATE E CENOURA FEIJÃO PRETO COM LOURO	ARROZ MANDIOCA COZIDA COM CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE FEIJÃO COM LOURO	MACARRÃO SALADA ALFACE E PRIMAVERA MOLHO DE TOMATE E CENOURA MANJERICÃO	FERIADO NACIONAL
MELANCIA	MAMÃO	BANANA	BANANA	

**SEMANA 4**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
24	25	26	27	28
MACARRÃO À CARBONARA OVOS CARNE PORCO PICADINHA MOLHO DE CENOURA	RISOTO AÇAFRÃO CENOURA E VAGEM CARNE BOVINA MOÍDA MOLHO DE TOMATE SUCO	YAKISSOBA ACELGA /CENOURA / VAGEM FRANGO MOLHO DE TOMATE E CENOURA CHEIRO VERDE	ARROZ CENOURA COM SALSA E CEBOLINHA COXA E SOBRECOXA FRANGO MOLHO DE TOMATE FEIJÃO COM LOURO	SOPA MACARRÃO CHUCHU E CENOURA CARNE BOVINA EM CUBOS MOLHO DE TOMATE SALSA E CEBOLINHA
MELANCIA	MELÃO	MAÇÃ	BANANA	BOLINHO AO LEITE


**SEMANA 5**

SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA

OBSERVAÇÃO: Cardápio sujeito a alterações.

**19/04 DIA DO ÍNDIO - PROJETO MANDIOCA CARDÁPIO TÍPICO DA CULTURA INDÍGENA**

Composição Nutricional Média Semanal 30%- Referência Fundamental 6 - 10 anos			
Calorias	Proteína g	Lipídeo g	Carboidrato g
405,28	13,23	11,77	59,25

  
Raquel Coelho Sene  
Nutricionista-CRN-3698/SP  
UGM Educação Várzea Paulista