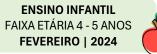


PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR ZONA URBANA





SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
			1	2
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
5	6	7	8	9
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
12	13	14	15	16
			suco	suco
			BISCOITO SALGADO	BISCOITO DOCE
			RISOTO DE AÇAFRÃO	ARROZ FEIJÃO COM LOURO
PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULATIVO	PONTO FACULATIVO	FRANGO DESFIADO	CARNE EM TIRAS AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA
CARNAVAL	CARNAVAL	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	CENOURA E VAGEM	MANDIOQUINHAE CENOURA REFOGADA
			SUCO DE UVA ORGÂNICO	COM ALECRIM
			*AGRICULTURA FAMILIAR	
			MELÃO	MAÇĀ
SEGUNDA 19	TERÇA 20	QUARTA 21	QUINTA 22	SEXTA 23
suco	suco		LEITE COM CACAU	
BISCOITO SALGADO	PÃO COM REQUEIJÃO	MAÇÃ	BISCOITO DOCE	BANANA
ARROZ FEIJÃO COM LOURO	RISOTO DE ALHO PORÓ	MACARRÃO COM SARDINHA	PÃO	ARROZ FEIJÃO PRETO COM LOUR
·	CARNE MOÍDA	AO MOLHO DE TOMATE E CHEIRO		·
OVOS MEXIDOS		VERDE	PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE E	PERNIL
AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA	CENOURA E VAGEM	SALADA DE ALFACE E TOMATE	CENOURA	AO MOLHO DE TOMATE
CHUCHU E TOMATE	REFOGADA	À VINAGRETE	SUCO DE UVA ORGÂNICO *AGRICULTURA FAMILIAR	VIRADO DE ABOBRINHA
MELANCIA	MELÃO	BANANA * AGRICULTURA FAMILIAR	MAÇÃ	ABACAXI
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
26	27	28	29	
SUCO	SUCO	LEITE COM CACAU	MAÇÃ	
BISCOITO SALGADO	PÃO COM MARGARINA	BISCOITO DOCE		
MACARRÃO À CARBONARA	ARROZ FEIJÃO COM LOURO	MACARRÃO À PRIMAVERA	ARROZ FEIJÃO COM LOURO	
OVOS E PERNIL AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA	CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE	CENOURA E VAGEM	COXA E SOBRECOXA DE FRANGO AO MOLHO DE TOMATE	
COM CENOURA RALADA	BETERRABA REFOGADA	SALADA DE ALFACE E BETERRABA	CENOURA REFOGADA	'
MELANCIA	MAMÃO	BANANA *	DOCE DE GOIABA	
MELANCIA IMAMAO AGRICULTURA FAMILIAR DUCE DE GUIABA				
Cardápio sujeito a alterações Elaborado de acordo com as recomendções da Resolução nº 06/2020 do FNDE e Guia Alimentar para a População Brasileira				
	dia Semanal da Composição Nutricion	nal considerando 30% das Necessidad	des Diárias Referência Pré-escola 4 - 5	5 anos
Composição Nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 15% a 30% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET
Semanari	504	13 % (17 gramas)	25% (14 gramas)	62% (78 gramas)