



PREFEITURA MUNICIPAL DE MOCOCA

ESTADO DE SÃO PAULO

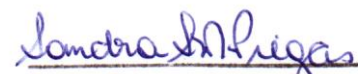
Seção de Nutrição e Alimentação Escolar

Rua Wilson Figueiredo de Souza, s/ nº - Francisco Garófalo – CEP – 13736-860 - Tel (19) 36655826

CARDÁPIO JARDIM II, JARDIM I, MATERNAL II -INTEGRAL- 2022

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Café Horário sugerido: Manhã: a partir das 7:30h	Leite c/ chocolate Biscoito doce	Leite c/ chocolate Pão c/ margarina ou requeijão	Leite c/ chocolate Biscoito salgado	Leite c/ chocolate Pão c/ requeijão	Leite c/ chocolate Biscoito doce
25/07 à 29/07 Horários sugeridos: Manhã: a partir das 11:00 h	RECESSO	RECESSO	Arroz/Feijão Ovo mexido	Arroz/Feijão Quibe ou carne moída cozida Salada de cenoura	Macarronada com coxinha Repolho refogado ou salada Suco
1/08 à 05/08 Horário sugeridos: Manhã: a partir das 11:00h	Arroz/Feijão Salada de ovos com legumes	Arroz Feijão preto com pernil Couve refogada	Arroz/Feijão Coxa grelhada ou assada Salada de repolho	Arroz Carne de panela c/ batata Salada de beterraba	Macarronada c/ salsicha Salada de cenoura Suco
08/08 à 12/08 Horário sugeridos: Manhã: a partir das 11:00h	Arroz/Feijão Virado de cenoura com ovos	Polenta c/ molho de Carne suína c/ legumes	Arroz/Feijão Sassami grelhado na panela Cenoura cozida	Arroz Peixe ensopado c/ batata e tomate	Sopa de feijão c/ carne, legumes e macarrão Suco
15/08 à 19/08 Horário sugeridos: Manhã: a partir das 11:00 h	Arroz/Feijão Salada de ovos com legumes	Arroz/Feijão Pernil Grelhado c/ cebola Chuchu refogado	Risoto de frango c/ legumes	Arroz/Feijão Bife de Panela Salada de alface	Macarronada c/ molho de carne Salada de repolho Suco
Café da tarde Horário sugerido: a partir das 15:00 h	Suco Pão c/carne Fruta	Torta salgada (legumes, legumes c/carne, sardinha) Fruta	Leite Bolo	Torta salgada (legumes, legumes c/carne) Fruta	Suco Pão c/ requeijão Fruta

A ordem das preparações poderá ser alterada se necessário. Havendo sobra de legumes eles podem ser aproveitados em molhos, no arroz ou junto com os outros do cardápio. As sobras de frutas também podem ser aproveitadas junto a saladas.


Sandra Sampaio Moreira Pugas
NUTRICIONISTA
CRM 6135