



# 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 BERÇÁRIO II E MATERNAL I – PARCIAL TARDE - 2022

|   | 2ª FEIRA  | 3ª FEIRA  | 4ª FEIRA   | 5ª FEIRA   | 6ª FEIRA   |
|---|---|---|--|--|--|
| <b>25/07 à 29/07</b><br>Horários sugeridos:<br>a partir das 12:00 h | RECESSO   | RECESSO   | Arroz/Feijão<br>Ovo mexido<br><br>Fruta                      | Arroz/Feijão<br>Quibe ou carne moída cozida<br>Salada de cenoura   | Macarronada com coxinha<br>Repolho refogado ou salada<br>Suco  |
| <b>1/08 à 05/08</b><br>Horário sugeridos:<br>a partir das 12:00h    | Arroz/Feijão<br>Salada de ovos com legumes                                      | Arroz<br>Feijão preto com pernil<br>Couve refogada<br>Fruta           | Arroz/Feijão<br>Coxa grelhada ou assada<br>Salada de repolho | Arroz<br>Carne de panela c/ batata<br>Salada de beterraba<br>Fruta | Macarronada c/ carne<br>Salada de cenoura<br><br>Suco          |
| <b>08/08 à 12/08</b><br>Horário sugeridos:<br>a partir das 12:00 h  | Arroz/Feijão<br>Virado de cenoura com ovos                                      | Polenta c/ molho de Carne suína c/ legumes<br>Fruta                   | Arroz/Feijão<br>Sassami grelhado na panela<br>Cenoura cozida | Arroz<br>Peixe ensopado c/ batata e tomate<br><br>Fruta            | Sopa de feijão c/ carne, legumes e macarrão<br><br>Suco        |
| <b>15/08 à 19/08</b><br>Horário sugeridos:<br>a partir das 12:00 h  | Arroz/Feijão<br>Salada de ovos com legumes                                      | Arroz/Feijão<br>Pernil Grelhado c/ cebola<br>Chuchu refogado<br>Fruta | Risoto de frango c/ legumes                                  | Arroz/Feijão<br>Bife de Panela<br>Salada de alface<br>Fruta        | Macarronada c/ molho de carne<br>Salada de repolho<br><br>Suco |
| <b>Café da tarde</b><br>(horário sugerido: a partir das 14: 30h)    | Leite integral ou com cacau 100%<br>Fruta (servir separada ou batida com leite) | Suco<br>Torta de legumes (opcional c/ carne bovina ou frango)         | Mingau c/ fruta  | Suco<br>Torta de legumes (opcional c/ carne bovina ou frango)      | Suco<br>Ovo mexido ou omelete de forno                         |

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.

O leite pode ser batido com fruta ou polpa.

Dependendo da aceitação a ordem das refeições podem ser invertidas.

  
Sandra Sampaio Moreira Pugas  
NUTRICIONISTA  
CRM 6135