PREFEITURA MUNICIPAL
Vargem Grande do Sul - SP
"A Pérola da Mantiqueira"

CARDÁPIO ESCOLAR – JULHO/2022
PROJETO TIO CARLÃO
PERÍODO PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira – 04	Terça-feira – 05	Quarta-feira – 06	Quinta-feira – 07	Sexta-feira – 08
Café da manhã/Lanche da tarde	Leite batido c/ achocolatado Pão c/ manteiga	Leite batido c/ achocolatado Mamão	Leite batido c/ achocolatado Pão c/ manteiga	Leite batido c/ achocolatado Banana	Leite batido c/ achocolatado Pão c/ manteiga
Almoço/Jantar	Arroz temperado (vagem, cenoura e milho c/ frango desfiado Maçã	Arroz, Feijão Carioca Salada de batata c/ cenoura Carne de panela ao molho	Arroz, Feijão Carioca Salada de repolho c/ tomate Pernil ao molho com batata Laranja	Arroz, Feijão Carioca Salada de pepino + cenoura ralada Coxinha de frango de panela	Arroz, Feijão Carioca Salada de couve Carne moída c/ cenoura e chuchu Banana
	Segunda-feira – 11	**Terça-feira – 12**	**Quarta-feira – 13**	**Quinta-feira – 14**	**Sexta-feira – 15**
Café da manhã/Lanche da tarde	Leite batido c/ achocolatado Pão de leite c/ manteiga	Leite batido c/ achocolatado Maçã	Leite batido c/ achocolatado Pão de leite c/ manteiga	Leite batido c/ achocolatado Banana	Leite batido c/ achocolatado Pão de leite c/ manteiga
Almoço/Jantar	Sopa de macarrão e legumes (batata, cenoura, chuchu) c/ carne bovina Laranja	Arroz, Feijão Carioca Farofa de abobrinha Pernil c/ tomate	Arroz, Feijão Carioca Salada de cenoura Fricassé de frango Maçã	Arroz, Feijão Carioca Salada de acelga Carne moída c/ batata	Arroz, Feijão Carioca Salada de tomate Tiras de frango ao molho vermelho Laranja

Sujeito a alterações

Livia R. Miqueleto
LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 – 00547/S

PREFEITURA MUNICIPAL
Vargem Grande do Sul - SP
"A Pérola da Mantiqueira"

CARDÁPIO ESCOLAR – JULHO/2022
PROJETO TIO CARLÃO
PERÍODO PARCIAL MANHÃ E TARDE

	Segunda-feira – 18	Terça-feira – 19	Quarta-feira – 20	Quinta-feira 21	Sexta-feira – 22
Café da manhã/Lanche da tarde	Leite batido c/ achocolatado Pão de leite c/ manteiga	Leite batido c/ achocolatado Mamão	Leite batido c/ achocolatado Pão de leite c/ manteiga	Leite batido c/ achocolatado Mamão	Leite batido c/ achocolatado Pão de leite c/ manteiga
Almoço/Jantar	Macarrão ao sugo c/ Almôndegas + cenoura e abobrinha ralada Tangerina Ponkan	Arroz Farofa de couve Tomate Feijoada (com Pernil)	Arroz, Feijão Carioca Batata sauté Strogonoff de frango Salada de frutas (banana, mamão, maçã)	Arroz, Feijão Carioca Purê de Abóbora Carne moída ao molho	Arroz, Feijão Carioca Couve refogada Pernil acebolado Laranja
	Segunda-feira – 25	**Terça-feira – 26**	**Quarta-feira – 27**	**Quinta-feira –28**	**Sexta-Feira –29**
Café da manhã/Lanche da tarde	Leite batido c/ achocolatado Pão de leite c/ manteiga	Leite batido c/ achocolatado Maçã	Leite batido c/ achocolatado Pão de leite c/ manteiga	Leite batido c/ achocolatado Banana	Leite batido c/ achocolatado Pão de leite c/ manteiga
Almoço/Jantar	Polenta c/ molho de frango desfiado (c/ milho, ervilha e cenoura) Laranja	Arroz, Feijão Carioca Chuchu refogado com cenoura Carne de panela	Arroz, Feijão Carioca Salada de alface Pernil em cubos com tomate e cebola Tangerina Ponkan	Arroz, Feijão Carioca Abobrinha refogada Tiras de frango com cenoura	Arroz, Feijão Carioca Salada de repolho e tomate Carne moída com batata Laranja

Sujeito a alterações

Livia R. Miqueleto
LIVIA R. MIQUELETO
NUTRICIONISTA CRN 3 – 00547/S