

# 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 INTEGRAL - 2017

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>Café</b>	Leite c/ achocolatado Bolacha doce	Leite c/ achocolatado Bolacha salgada	Leite c/ achocolatado Bolacha doce	Leite c/ achocolatado Bolacha salgada	Leite c/ achocolatado Biscoito doce
<b>20/11 à 24/11</b>	<b>FERIADO</b>	Arroz/Feijão Omelete de forno com legumes	Arroz/Feijão Pernil cozido Repolho refogado	Arroz/Feijão Frango grelhado na panela Farofa de cenoura	Macarrão c/ molho de carne Salada de beterraba
<b>27/11 à 01/12</b>	Arroz/Feijão Salada de legumes com ovos	Arroz Carne de panela c/ cenoura e batata ou mandioca	Arroz/Feijão Pernil assado Salada de repolho	Arroz/Feijão Peito em tiras grelhada na panela Salada de chuchu	Macarrão c/ molho de salsicha Salada de alface
<b>04/12 à 08/12</b>	Arroz/Feijão Ovo mexido	Arroz c/ legumes Peixe assado c/ batata Salada de beterraba	Arroz/Feijão Bife de panela Salada de chuchu	Arroz/Feijão Carne de panela c/ batata ou mandioca Salada de chuchu	Macarrão Coxinha ensopada
<b>11/12 à 15/12</b>	Arroz/Feijão Virado de legumes com ovos	Risoto de frango c/ legumes	Arroz/feijão Carne de panela c/ legumes	Arroz/Feijão Pernil refogado Salada de repolho	Macarrão c/ molho de carne Salada de beterraba
<b>Café da Tarde</b>	Lanche c/ pão	Lanche	Lanche c/ pão	Lanche	Lanche c/ pão

A ordem das preparações poderá ser alterada se necessário

**Opcões de lanches c/ pão:** com salsicha, frango, carne, patê de atum, margarina, requeijão;

**Opcões de lanches s/ pão:** cuscuz; torta de liquidificador; arroz doce; canjica doce, leite ou bebida láctea com bolo; vitamina de fruta com biscoito; mingau de maisena ou fubá; leite batido com biscoito e/ou fruta; pipoca e suco; pão de queijo e leite, etc.

*Sandra Sampaio Moreira Pugas*  
Sandra Sampaio Moreira Pugas  
NUTRICIONISTA  
CRM 6135