



SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Plana
Rua Elpidio Viçente, 600, Centro - CEP 14.186-000 - Pontal/SP - Fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Creches e Ensino Infantil (período parcial e Integral) – MARÇO/2025

SEM LACTOSE SEM OVO

ESCOLAS: EMEI Lázara Garcia de Castro Neves

MARÇO		LANCHE DA TARDE	JANTAR	FRUTA (SOBREMESA)
03	Segunda-feira		Ponto Facultativo (Carnaval)	
04	Terça-feira		Ponto Facultativo (Carnaval)	
05	Quarta-feira	Pão Francês + Vitamina de Leite com Maçã (utilizar leite zero lactose)	Arroz + Feijão + Frango Acebolado com Tomate + Legumes Cozidos	
06	Quinta-feira	Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana (utilizar leite zero lactose)	Sopa de Arroz com Legumes e Carne Moída	Maçã
07	Sexta-feira	Pão francês + Suco de Melão (natural da fruta)	Arroz + Feijão + Pernil Acebolado + Salada de Rúcula	Laranja
10	Segunda-feira	Pão Francês + Suco de Acerola (concentrado)	Arroz + Feijão + Pernil com Legumes + Salada de Alface	Melão
11	Terça-feira	Mingau de Farinha de Aveia com Mamão Picado (utilizar leite zero lactose)	Arroz + Purê de Batata (utilizar leite zero lactose) + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Salada de Almeirão	Banana
12	Quarta-feira	Pão Francês + Vitamina de Leite com Maçã (utilizar leite zero lactose)	Sopa de Arroz com Legumes e Carne Bovina Desfiada	Abacaxi
13	Quinta-feira	Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana (utilizar leite zero lactose)	Arroz + Feijão Preto + Lombrinho Suíno com Legumes + Salada de Vinagrete	Mamão
14	Sexta-feira	Pão Francês + Suco de Abacaxi (concentrado)	Arroz + Feijão + Frango Desfiado ao Molho com Legumes + Salada de Couve	Melancia

Nádia L. R. Maronesi
Nádia L. R. Maronesi
Nutricionista RT - CRN 3-52172

Bruna Quaranta
Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Taminhão Folconi
Fabiana Taminhão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Infantil
Rua Hipólito Vicente, 600, Centro - CEP 14.180-000 - Pontal/SP - Fone: (16) 3933.1875

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Creches e Ensino Infantil (período parcial e integral) – MARÇO/2025

SEM LACTOSE SEM OVO

ESCOLAS: EMEL Lázara Garcia de Castro Neves

17	Segunda-feira	Pão Francês + Vitamina de Leite com Maçã <i>(utilizar leite zero lactose)</i>	Sopa de Fubá com Carne Moída	Abacaxi
18	Terça-feira	Mingau de Amido de Milho com Banana Picada <i>(utilizar leite zero lactose)</i>	Arroz + Feijão + Carne Moída com Batata Doce + Salada de Acelga	Melancia
19	Quarta-feira	Pão Francês + Suco de Melancia (natural da fruta)	Arroz + Feijão + Carne em Iscas Desfiada com Cebola, Tomate e Pimentão + Salada de Couve	Banana
20	Quinta-feira	Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana <i>(utilizar leite zero lactose)</i>	Arroz + Feijão + Pernil com Legumes + Salada de Tomate	Melão
21	Sexta-feira	Pão francês + Suco de Maracujá (concentrado)	Arroz + Feijão + Frango Iscas Acebolado com Tomate + Salada de Repolho	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Mamão)
24	Segunda-feira	Pão Francês + Suco de Laranja (natural da fruta)	Arroz + Feijão + Frango Grelhado + Beterraba Cozida + Salada de Acelga	Laranja
25	Terça-feira	Mingau de Farinha de Aveia com Banana Picada <i>(utilizar leite zero lactose)</i>	Arroz + Feijão + Pernil Acebolado com Tomate + Salada de Repolho	Banana
26	Quarta-feira	Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana <i>(utilizar leite zero lactose)</i>	Arroz + Feijão + Carne em Iscas Desfiada com Cebola + Salada de Cenoura Ralada	Melão
27	Quinta-feira	Mingau de Farinha de Aveia com Mamão picado <i>(utilizar leite zero lactose)</i>	Arroz + Feijão + Frango Iscas Acebolado + Repolho Refogado <i>(preparar na escola)</i> + Salada de Tomate	Mamão
28	Sexta-feira	Pão francês + Vitamina de Leite com Banana <i>(utilizar leite zero lactose)</i>	Sopa de Arroz com Legumes e Carne Moída	Melancia

Adriana R. Maronesi
Nádia I. R. Maronesi
Nutricionista R.T. - CRN 3-52172

Bruna Quaranta
Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Iannihão Polconi
Fabiana Iannihão Polconi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

Cozinha Piloto
Rua Epitácio Vicente, 600, Centro CEP 14.180-000 Pontal/SP - Fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Creches e Ensino Infantil (período parcial e integral) – MARÇO/2025

SEM LACTOSE SEM OVO

ESCOLAS: EMEL Lázara Garcia de Castro Neves

31	Segunda-feira	Pão Francês + Suco de Maracujá (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Moida com Legumes + Salada de Vinagrete	Melancia
----	---------------	--	--	----------

Observações:

- Os dias de oferta das frutas podem ser trocados, caso a fruta não esteja madura ou esteja muito madura, porém todas as frutas deverão ser servidas durante a semana.
- Caso sobreem verduras e/ou frutas no dia em que foram servidas, as mesmas podem ser oferecidas em outro dia da semana, de forma a não sobrar estoque e não desperdiçar alimentos.

- **NÃO ADICIONAR AÇÚCAR** em nenhuma preparação (leite sem lactose, sucos, vitaminas, bolos, etc).

O CARDÁPIO PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES COM AUTORIZAÇÃO PRÉVIA DA NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL.

Proibida a alteração sem autorização da nutricionista.

Nádia L. R. Maroncsi
Nutricionista RT - CRN 3-521172

Bruna Quaranta
Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Tamihão Folcomi
Fabiana Tamihão Folcomi
Nutricionista - CRN 3-40524

