

Cardápio Mensal - Julho/2026



PREFEITURA DE
PONTAL
PONTAL, EU AMO, EU CUIDO

Creches - 1 a 3 anos - Plantão - EMEI Francisco Galvão

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
			1	2	3
Desjejum			Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Pão mini francês com requeijão Leite com cacau	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau
Almoço			Macarrão com frango desfiado Salada de alface com tomate Banana	Arroz Feijoadinha (feijão preto com pernil) Cenoura cozida Salada de repolho com cheiro verde Melancia	Sopa de macarrão com carne moída e legumes (batata, repolho e cenoura) Mamão
Lanche da Tarde			Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Mingau de aveia com banana	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau
Jantar			Arroz + Feijão Carne moída com batata Salada de acelga com cheiro verde Banana	Arroz + Feijão Ovo mexido com abobrinha ralada e cheiro verde Salada de pepino com cheiro verde Melancia	Arroz + Feijão Frango em cubos com tomate e cebola Salada de repolho com cheiro verde Mamão
	6	7	8	9	10
Desjejum	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Mingau de amido com cacau	Pão mini francês com requeijão Leite com cacau	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Pão mini hot dog com requeijão Leite com cacau
	Arroz Estrogonofe de frango	Arroz + Feijão Frango em cubos com tomate e cebola	Arroz + Feijão Pernil com cenoura e abobrinha	Arroz + Feijão Carne moída acebolada	Sopa de macarrão com frango desfiado e legumes (batata, abobrinha e cenoura)

Nádia I. R. Maronesi
Nádia I. R. Maronesi
Nutricionista
CRN3 - 52172

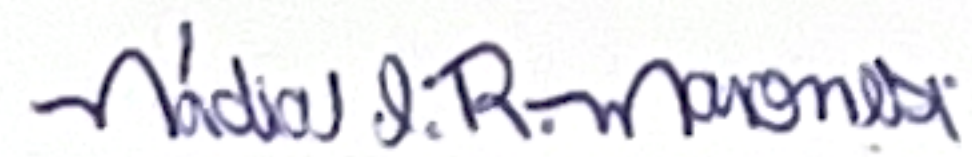
Caroline Mazer Perreira da Silva
Caroline Mazer Perreira da Silva
Nutricionista
CRN-3: 77253

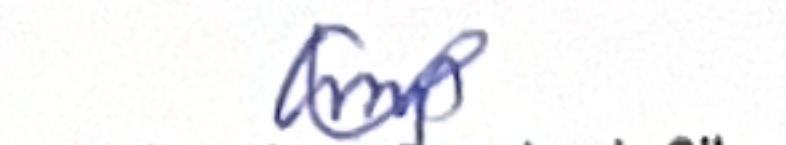
Almoço	Batata soubé Salada de alface com tomate	Chuchu cozido Salada de repolho com cheiro verde Abacaxi	Salada de pepino com cheiro verde Tangerina	Quibebe (mandioca ao molho) Salada de acelga com cheiro verde Banana	Melancia
Lanche da Tarde	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Pão mini hot dog com requeijão Vitamina de mamão	Pão mini francês com manteiga Leite com cacau	Mingau de aveia com banana	Pão mini hot dog com requeijão Suco de acerola
Jantar	Sopa de macarrão com carne moída e legumes (batata, chuchu e cenoura) Manga	Arroz + Feijão Ovo mexido com cenoura ralada e cheiro verde Salada de repolho com cheiro verde Abacaxi	Macarrão com carne moída Salada de alface com tomate Tangerina	Arroz + Feijão Frango em cubos acebolado Salada de pepino com cheiro verde Banana	Arroz Feijoadinha (feijão preto com pernil) Salada de acelga com cheiro verde
	13	14	15	16	17
Desjejum	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Mingau de amido com cacau	Pão mini francês com requeijão Leite com cacau	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Pão mini hot dog com requeijão Leite com cacau
Almoço	Arroz + Feijão Carne em isca com cenoura e abobrinha Salada de pepino com cheiro verde	Arroz Feijoadinha (feijão preto com pernil) Cenoura cozida Salada de repolho com cheiro verde Manga	Macarrão com frango desfiado Salada de alface com tomate Abacaxi	Arroz + Feijão Carne moída acebolada Beterraba cozida Salada de acelga com cheiro verde Tangerina	Sopa de macarrão com carne moída e legumes (batata, chuchu e cenoura) Banana
Lanche da Tarde	Pão mini hot dog com manteiga Suco de abacaxi	Pão mini hot dog com requeijão Vitamina de mamão	Pão mini francês com manteiga Leite com cacau	Mingau de aveia com banana	Pão mini hot dog com requeijão Leite com cacau
Jantar	Sopa de macarrão com frango desfiado e legumes (batata, repolho e cenoura) Mamão	Arroz + Feijão Ovo mexido com abobrinha ralada e cheiro verde Salada de alface com tomate Manga	Arroz + Feijão Carne moída com tomate e cebola Salada de repolho com cheiro verde Abacaxi	Arroz + Feijão Pernil acebolado Chuchu cozido Salada de pepino com cheiro verde Tangerina	Arroz Frango em cubos ao molho Polenta cremosa Salada de acelga com cheiro verde
	20	21	22	23	24

Nádia I. R. Maronesi
Nádia I. R. Maronesi
 Nutricionista
 CRN3 - 52172

Caroline Mazer Perreira da Silva
Caroline Mazer Perreira da Silva
 Nutricionista
 CRN-3: 77253

Desjejum	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Mingau de amido com cacau	Pão mini francês com requeijão Leite com cacau	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Pão mini hot dog com requeijão Leite com cacau
Almoço	Arroz + Feijão Carne moída com tomate e cebola Purê de batata Salada de alface com tomate	Arroz + Feijão Pernil acebolado Chuchu cozido Salada de repolho com cheiro verde Mamão	Arroz + Feijão Frango em cubos com batata Salada de acelga com cheiro verde Manga	Arroz + Feijão Carne em isca acebolada Abobrinha cozida Salada de pepino com cheiro verde Abacaxi	Sopa de macarrão com carne moída e legumes (batata, repolho e cenoura) Tangerina
Lanche da Tarde	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Pão mini hot dog com requeijão Vitamina de mamão	Pão mini francês com manteiga Leite com cacau	Mingau de aveia com banana	Pão mini hot dog com requeijão Suco de acerola
Jantar	Sopa de macarrão com frango desfiado e legumes (batata, abobrinha e cenoura) Melancia	Arroz + Feijão Carne em isca com cenoura Salada de repolho com cheiro verde Mamão	Macarrão com carne moída Salada de alface com tomate Manga	Arroz + Feijão Ovo mexido com cenoura ralada e cheiro verde Salada de pepino com cheiro verde Abacaxi	Arroz Estrogonofe de frango Batata scuté Salada de acelga com cheiro verde
	27	28	29	30	31
Desjejum	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Mingau de amido com cacau			
Almoço	Arroz + Feijão Carne em isca acebolada Abobrinha cozida Salada de pepino com cheiro verde	Arroz + Feijão Pernil ao molho Batata cozida Salada de repolho com cheiro verde Melancia			
Lanche da Tarde	Pão mini hot dog com manteiga Suco de abacaxi	Pão mini hot dog com requeijão Vitamina de mamão Arroz + Feijão			


Nádia I. R. Maronesi
 Nutricionista
 CRN3 - 52172


Caroline Mazer Perreira da Silva
 Nutricionista
 CRN-3: 77253

Jantar	Sopa de macarrão com frango desfiado e legumes (batata, chuchu e cenoura)	Carne moída com cenoura			
	Banana	Salada de alface com tomate Melancia			

Nádia J. R. Maronesi
Nádia J. R. Maronesi
 Nutricionista
 CRN3 - 52172

Caroline
Caroline Mazer Perreira da Silva
 Nutricionista
 CRN-3: 77253