



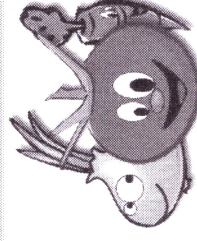
Cardápio das Escolas Municipais e Estaduais de Pontal

Ensino Fundamental e Ensino Médio (período integral_3 refeições) – FEVEREIRO/2023

FEVEREIRO		LANCHE DA MANHÃ		ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	FRUTAS (SOBREMESA)
01	Quarta-feira	-	-	-	-	-
02	Quinta-feira	-	-	-	-	-
03	Sexta-feira	Bolacha de Maisena + Leite com Chocolate em pó	Arroz com Ervilha + Feijão + Carne Iscas com Batata		Sanduíche de Pão Francês com Carne Moída + Suco de Caju	
06	Segunda-feira	Pão Francês com Requeijão + Leite com Chocolate em pó	Macarronada com Almôndegas + Salada de Tomate		Sanduíche de Pão Francês com Carne Iscas desfiada + Suco de Caju	
07	Terça-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Açúcar queimado	Arroz temperado com Pernil e Legumes + Feijão + Salada de Repolho		Vitamina de Leite com Banana	Melancia
08	Quarta-feira	Pão Francês com Ovo mexido + Suco de Laranja	Arroz com Ervilha + Feijão + Carne iscas com Cebola e Pimentão + Salada de Pepino		Sanduíche de Pão Francês com Carne Moída + Suco de Melancia	Melão
09	Quinta-feira	Pão Francês com Requeijão + Suco de Caju	Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Repolho com Cebola + Arroz doce		Salada de Frutas (Melão, Banana, Laranja)	
10	Sexta-feira	Pão Francês com Manteiga + Vitamina de Leite com Maçã	Arroz + Feijão preto + Frango Acebolado com Tomate + Salada de Mandioca		Bolacha Cream Cracker + Leite com Chocolate em pó	Banana
13	Segunda-feira	Pão Francês com Carne Moída + Suco de Caju	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Legumes + Salada de Pepino		Bolacha de Maisena + Suco de Melão	
14	Terça-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Chocolate em pó	Arroz + Feijão + Pernil Acebolado + Quiabo no forno		Banana	
15	Quarta-feira	Pão Francês com Presunto e Queijo + Suco de Melão	Arroz + Feijão + Carne Moída com Mandioca + Salada de Repolho com Cebola		Bolacha Cream Cracker + Leite com Chocolate em pó	Melancia
16	Quinta-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Chocolate em pó	Arroz + Feijão + Frango Primavera + Salada de Pepino		Salada de Frutas (Maçã, Banana, Mamão)	
17	Sexta-feira	Bolacha de Leite + Vitamina de Leite com Banana	Macarronada com Carne moída		Sanduíche de Pão Francês com Molho de Frango + Suco de Laranja	Melão
20	Segunda-feira	RECESSO CARNAVAL	RECESSO CARNAVAL	RECESSO CARNAVAL	RECESSO CARNAVAL	

Nádia I. R. Maronesi
Nutricionista
CRN 3 - 52172


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





Cardápio das Escolas Municipais e Estaduais de Pontal

Ensino Fundamental e Ensino Médio (período integral_3 refeições) – FEVEREIRO/2023

21	Terça-feira	RECESSO CARNAVAL	RECESSO CARNAVAL	RECESSO CARNAVAL
22	Quarta-feira	Pão Francês com Requeijão + Suco de Melão	Galinhadinha + Feijão + Salada de Repolho	Salada de Frutas (Laranja, Banana, Maçã)
23	Quinta-feira	Pão Francês com Ovo Mexido + Suco de Caju	Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Pepino	Sanduíche de Pão Francês com Carne Iscas + Suco de Laranja
24	Sexta-feira	Bolacha Cream Cracker + Leite com Chocolate em pó	Arroz + Feijão + Frango Acebolado + Salada de Batata com Chuchu	Banana
27	Segunda-feira	Pão Francês com Requeijão + Leite com Açúcar queimado	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Legumes	Bolacha de Leite + Suco de Laranja
28	Terça-feira	Pão Francês com Ovo Mexido + Suco de Caju	Arroz + Feijão preto com Pernil + Salada de Mandioca	Vitamina de Leite com Mamão
				Maçã

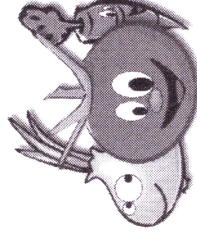
Observações:

- Os dias de oferta das frutas podem ser trocados caso a fruta não esteja madura ou esteja muito madura, mas todas as frutas deverão ser servidas durante a semana.
- Caso sobre 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.
- Os sucos e as vitaminas devem ser servidos gelados (colocar as frutas e/ou o leite para gelar no dia anterior).

O CARDÁPIO PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES COM AUTORIZAÇÃO PRÉVIA DA NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL

Proibida a alteração sem autorização da nutricionista

ESCOLAS: PEI Professora Dolores Belém Novaes




Nádia I. R. Maronesi
Nutricionista
CRN 3 - 52172