

SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Piloto
Rua Elpidio Vicente, 600, Centro - CEP 14.180-000 - Pontal/SP - Fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Municipais e Estaduais de Pontal

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

DIABETES MELLITUS

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



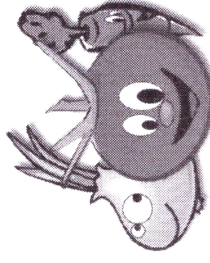
Nádya I. R. Maronesi

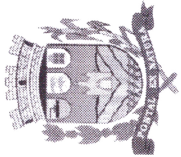
Nutricionista - CRN 3 - 52172

Nádya I. R. Maronesi

Nutricionista

CRN 3 - 52172





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Piloto
Rua Elpidio Vicente, 600, Centro – CEP 14.180-000 – Pontal/SP - Fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Municipais e Estaduais de Pontal

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

DIABETES MELLITUS

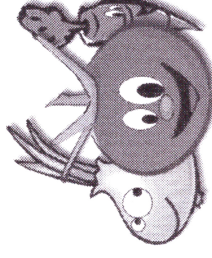
22	Quarta-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Melão	Galinhadinha (Arroz Integral) + Feijão + Salada de Repolho	Salada de Frutas com (Laranja, Banana, Maçã)	
23	Quinta-feira	Pão Integral com Ovo mexido + Suco de Caju	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Pepino	Sanduíche de Pão Integral com Carne Iscas + Suco de Laranja com Maçã	Melão
24	Sexta-feira	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Leite com Chocolate em pó <i>diet</i>	Arroz Integral + Feijão + Frango Acebolado + Salada de Chuchu	Vitamina de Leite com Banana	
27	Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão + Vitamina de Leite com Mamão	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Legumes	Omelete recheada com Requeijão e Mussarela + Suco de Laranja	
28	Terça-feira	Pão Integral com Ovo Mexido + Suco de Maçã	Arroz Integral + Feijão preto com Pernil + Abobrinha refogada + Salada de Repolho	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, 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 ACÚCAR** em nenhuma preparação (leites, sucos, vitaminas, café, bolos, etc).

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

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