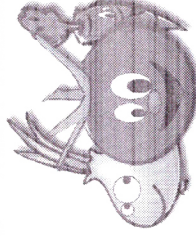




Cardápio das Escolas Municipais e Estaduais de Pontal

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

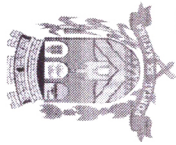
MARÇO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	FRUTAS (SOBREMESA)
01	Quarta-feira	Bolo Simples + Leite com Café	Salada de Frutas (Banana, Maçã, Melão)	
02	Quinta-feira	Pão Francês com Frango desfiado + Suco de Melancia	Vitamina de Leite com Maçã	Banana
03	Sexta-feira	Bolacha de Maisena + Leite com Chocolate em pó	Sanduíche de Pão Francês com Carne Moída + Suco de Caju	Abacaxi
06	Segunda-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Chocolate em pó	Sanduíche de Pão Francês com Patê de Frango + Suco de Laranja	-
07	Terça-feira	Pão Francês com Requeijão + Leite com Açúcar queimado	Vitamina de Leite com Banana	Melão
08	Quarta-feira	Pão Francês com Ovo mexido + Suco de Laranja	Bolo de Fubá + Suco de Melancia	Maçã
09	Quinta-feira	Pão Francês com Requeijão + Suco de Caju	Salada de Frutas (Melão, Banana, Laranja)	-
10	Sexta-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Chocolate em pó	Bolacha Cream Cracker + Suco de Caju	Abacaxi
13	Segunda-feira	Pão Francês com Carne Moída + Suco de Caju	Bolacha de Maisena + Suco de Melão	-
14	Terça-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Açúcar	Abacaxi	-
15	Quarta-feira	Bolo de Limão + Suco de Laranja	Bolacha Cream Cracker + Leite com Chocolate em pó	Maçã



Nádia I. R. Maronesi
Nutricionista
CRN 3 - 00477



Nádia 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) – MARÇO/2023

16	Quinta-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Chocolate em pó	Arroz + Feijão + Carne Moída com Tomate, Repolho e Azeitona + Salada de Alfafa	Torta de Sardinha + Limonada	Melancia
17	Sexta-feira	Bolacha de Leite + Vitamina de Leite com Marmelo	Arroz + Feijão + Frango Primavera + Salada de Rúcula	Salada de Frutas (Maçã, Banana, Melancia)	-
20	Segunda-feira	Pão Francês com Requeijão + Leite com Chocolate em pó	Arroz temperado com Pernil e Legumes + Feijão + Salada de Tomate	Bolo de Cenoura + Suco de Laranja	-
21	Terça-feira	Pão Francês com Ovo Mexido + Suco de Melão	Arroz + Feijão + Frango Acebolado com Tomate + Quiabo no forno	Banana	-
22	Quarta-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Açúcar Queimado	Macarronada com Carne Moída + Salada de Alfafa	Salada de Frutas (Laranja, Banana, Maçã)	-
23	Quinta-feira	Bolacha de Maisena + Vitamina de Leite com Abacate	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Cenoura, Vagem, Pimentão e Azeitona + Salada de Repolho	Sanduíche de Pão Francês com Frango desfiado + Limonada	Melancia
24	Sexta-feira	Pão Francês com Requeijão + Leite com Chocolate em pó	Arroz com Ervilha + Feijão + Carne Moída com Mandioca + Salada de Almeirão	Arroz Doce + Maçã	Melão
27	Segunda-feira	Pão Francês com Requeijão + Leite com Açúcar queimado	Arroz + Feijão preto com Pernil + Salada de Chuchu com Cenoura	Bolacha de Leite + Suco de Laranja	-
28	Terça-feira	Bolo Simples + Suco de Caju	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Legumes + Salada de Rúcula	Vitamina de Leite com Marmelo	Abacaxi
29	Quarta-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Chocolate em pó	Galinhadinha + Feijão + Salada de Alfafa	Torta de Pênis + Suco de Melancia	Maçã
30	Quinta-feira	Pão Francês com Requeijão + Suco de Abacaxi	Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Repolho	Salada de Frutas (Banana, Abacaxi, Laranja)	-
31	Sexta-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Açúcar Queimado	Arroz + Feijão + Coxa e Sobrecoxa de Frango assada com Batata + Salada de Acelga	Banana	-

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.



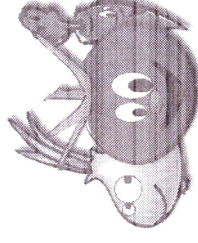
Nádya I. R. Maronesi

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) – MARÇO/2023**

- 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.
 - 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

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

