

Cardápio Mensal - Junho/2026



PREFEITURA DE
PONTAL
PONTAL, EU AMO, EU CUIDO

Creches - 1 a 3 anos - ESCOLAS: CCI Maria Lúcia Lacerda Biagi Americano – EMEI Francisco Galvão - CCI Elizabeth Buchala Silva dos Reis - EMEI Professora Ida Venturrelli Mengual - EMEI Professora Sandra Mara Malvas - EMEI Aparecida Contart Bazan - EMEI Professora Valéria Cristina Damião Bidóia - EMEI Lázara Garcia de Castro Neves - EMEI Professora Dirce de Oliveira Soares

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	1	2	3	4	5
Desjejum	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Mingau de amido com cacau	Pão mini hot dog com requeijão Leite com cacau		
Almoço	Arroz + Feijão Frango em cubos com tomate e cebola Salada de alface	Arroz Feijoadinha (feijão preto com pernil) Cenoura cozida Salada de repolho com cheiro verde e tomate (tomate da Agricultura Familiar) Melancia	Macarrão com frango desfiado Batata soubé na manteiga (Agricultura Familiar) Salada de alface com tomate e cebola (tomate e cebola da Agricultura Familiar) Banana		
Lanche da Tarde	Pão mini hot dog com manteiga Suco de abacaxi	Pão mini hot dog com requeijão Vitamina de mamão	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau		
Jantar	Sopa de macarrão com carne moída e legumes (batata, chuchu e cenoura) Melancia	Arroz + Feijão Ovo mexido com abobrinha ralada e cheiro verde Batata soubé na manteiga (Agricultura Familiar) Salada de acelga com cheiro verde e tomate (tomate da Agricultura Familiar) Banana	Arroz + Feijão Carne moída acebolada Salada de batata, chuchu, cenoura, ovo cozido e cheiro verde (Agricultura Familiar) Salada de repolho com tomate (tomate da Agricultura Familiar) Mamão		
	8	9	10	11	12
Desjejum	Pão mini hot dog com manteiga Suco de goiaba	Mingau de amido com cacau Banana (Agricultura Familiar)	Pão mini hot dog com requeijão Leite com cacau	Pão mini hot dog com manteiga Vitamina de abacate	Pão mini hot dog com requeijão Leite com cacau

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

Caroline Mazer
Caroline Mazer Perreira da Silva
Nutricionista
CRN-3: 72253

Almoço	Arroz	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão	
	Estrogonofe de frango	Frango em cubos com tomate e cebola	Pernil com cenoura e abobrinha	Vaca atolada (carne em cubos com mandioca)	Sopa de macarrão com frango desfiado e legumes (batata, chuchu, cenoura e repolho) - (repolho da Agricultura Familiar)
	Batata souté	Chuchu cozido (Agricultura Familiar)	Purê de batata (Agricultura Familiar)		
	Salada de alface	Salada de repolho com cheiro verde e cenoura ralada (cenoura da Agricultura Familiar)	Salada do pepino com cheiro verde e tomate (tomate da Agricultura Familiar)	Salada de acelga com cheiro verde e tomate (tomate da Agricultura Familiar)	
	Abacaxi (Agricultura Familiar)	Melancia	Banana	Mamão	Abacaxi
Lanche da Tarde	Pão mini hot dog com manteiga	Pão mini hot dog com requeijão	Pão mini hot dog com manteiga		Pão mini hot dog com requeijão
	Leite com cacau	Vitamina de mamão com banana (banana da Agricultura Familiar)	Leite com cacau	Mingau de aveia com banana	Suco de acerola
Jantar		Arroz + Feijão		Arroz + Feijão	Arroz
	Sopa de macarrão com caldo de feijão, carne moída e legumes (batata, chuchu e cenoura) - (feijão da Agricultura Familiar)	Ovo mexido com cenoura ralada e cheiro verde	Macarrão com carne moída	Frango em cubos acebolado	Feijoadinha (feijão preto com pernil)
		Salada de tomate (Agricultura Familiar)		Cenoura e chuchu cozidos na manteiga (Agricultura Familiar)	Purê de batata (Agricultura Familiar)
		Salada de repolho com cheiro verde	Salada de alface	Salada de pepino com cheiro verde e tomate (tomate da Agricultura Familiar)	Salada de acelga com cheiro verde e cebola (cebola da Agricultura Familiar)
	Melancia	Banana	Mamão	Abacaxi	Laranja (Agricultura Familiar)
	15	16	17	18	19
Desjejum	Pão mini hot dog com manteiga	Mingau de amido com cacau	Pão mini hot dog com requeijão	Pão mini hot dog com manteiga	Pão mini hot dog com requeijão
	Leite com cacau		Leite com cacau	Vitamina de abacate	Suco de caju
Almoço	Arroz + Feijão	Arroz		Arroz + Feijão	
	Carne em isca com cenoura e abobrinha	Feijoadinha (feijão preto com pernil)	Macarrão com carne moída	Carne moída acebolada	Sopa de macarrão com carne moída e legumes (batata, chuchu, cenoura, brócolis e repolho) - (brócolis e repolho da Agricultura Familiar)
	Salada de pepino com cheiro verde	Cenoura cozida	Salada de alface com cenoura ralada (cenoura da Agricultura Familiar)	Beterraba cozida	
		Salada de repolho com cheiro verde e tomate (tomate da Agricultura Familiar)		Salada de acelga com cheiro verde	

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

Caroline Mazer Perreira da Silva
Caroline Mazer Perreira da Silva
 Nutricionista
 CRN-3: 77263

	Laranja (Agricultura Familiar)	Melancia	Banana	Mamão	Acabaxi
Lanche da Tarde	Pão mini hot dog com manteiga Suco de abacaxi	Pão mini hot dog com requeijão Vitamina de mamão	Pão mini hot dog 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, chuchu, cenoura, couve-flor e repolho) - (couve-flor e repolho da Agricultura Familiar)	Arroz + Feijão Ovo mexido com abobrinha ralada e cheiro verde	Arroz + Feijão Frango em cubos com tomate e cebola	Arroz + Feijão Pernil acebolado	Arroz Frango em cubos ao molho
		Batata cozida (Agricultura Familiar)	Salada de batata, chuchu, cenoura, brócolis, couve-flor, ovo cozido e cheiro verde (Agricultura Familiar)	Chuchu cozido	Polenta cremosa
		Salada de alface com cenoura ralada (cenoura da Agricultura Familiar)	Salada de repolho	Salada de pepino com cheiro verde e tomate (tomate da Agricultura Familiar)	Salada de acelga com cheiro verde e tomate (tomate da Agricultura Familiar)
	Melancia	Banana	Mamão	Abacaxi	Banana (Agricultura Familiar)
	22	23	24	25	26
Desjejum	Pão mini hot dog com manteiga Suco de goiaba	Mingau de amido com cacau	Mingau de aveia com banana	Pão mini hot dog com requeijão Leite com cacau	Pão mini hot dog com requeijão Leite com cacau
Almoço	Arroz + Feijão Carne moída com tomate e cebola	Arroz + Feijão Pernil acebolado	(MANHÃ E TARDE) Pão hot dog com carne moída	Arroz + Feijão Carne moída com mandioca (mandioca da Agricultura Familiar)	Sopa de macarrão com caldo de feijão, carne moída e legumes (batata, chuchu, cenoura e abobrinha) - (feijão e abobrinha da Agricultura Familiar)
	Purê de batata (Agricultura Familiar)	Chuchu cozido	Suco de caju	Couve-flor cozido com cenoura (Agricultura Familiar)	
	Salada de alface com tomate (Agricultura Familiar)	Salada de repolho com cheiro verde	Bananinha sem açúcar (Agricultura Familiar)	Salada de pepino com cheiro verde	
	Banana (Agricultura Familiar)	Melancia	Mamão	Banana	Abacaxi
Lanche da Tarde	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Pão mini hot dog com requeijão Vitamina de mamão	Vitamina de abacate	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Pão mini hot dog com requeijão Suco de acerola

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

Caroline Mazer Perreira da Silva
Caroline Mazer Perreira da Silva
 Nutricionista
 CRN-3: 77263

Jantar	Sopa de macarrão com frango desfiado, caldo de mandioca e legumes (batata, chuchu e cenoura) - (mandioca da Agricultura Familiar)	Arroz + Feijão Came em isca com cenoura	(APENAS PARA INTEGRAIS) Macarrão com frango desfiado	Arroz + Feijão Ovo mexido com cenoura ralada e cheiro verde	Arroz Estrogonofe de frango
	Melancia	Couve-flor cozido (Agricultura Familiar) Salada de repolho com cheiro verde Banana	Salada de alface com tomate (Agricultura Familiar) Abacaxi	Abobrinha com tomate refogado (Agricultura Familiar) Salada de pepino com cheiro verde Mamão	Batata soulé Salada de acelga com cheiro verde e tomate (tomate da Agricultura Familiar) Melancia (Agricultura Familiar)
	29	30			
Desjejum	Pão mini hot dog com manteiga Leite com cacau	Mingau de amido com cacau			
Almoço	Arroz + Feijão Came em isca acebolada Abobrinha cozida Salada de pepino com cheiro verde Banana (Agricultura Familiar)	Arroz + Feijão Pernil ao molho Batata cozida Salada de repolho com cheiro verde e tomate (tomate da Agricultura Familiar) Melancia			
Lanche da Tarde	Pão mini hot dog com manteiga Suco de abacaxi	Pão mini hot dog com requeijão Vitamina de mamão com banana (Banana da Agricultura Familiar)			
Jantar	Sopa de macarrão com caldo de feijão, frango desfiado e legumes (batata, chuchu e cenoura) - (feijão da Agricultura Familiar) Melancia	Arroz + Feijão Came moída com cenoura Repolho refogado com tomate (Agricultura Familiar) Salada de alface Banana			

*Será fornecido tomate in natura proveniente da Agricultura Familiar para as preparações de macarronada e cachorro-quente com o objetivo de agregar qualidade nutricional e sensorial, enriquecendo o sabor, o odor e a textura das preparações.

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