

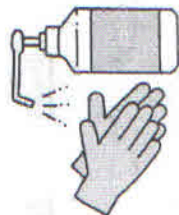


SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Piloto
Rua Elpidio Vicente, 600, Centro - CEP 14.180-000 - Pontal/SP - Fone: (16) 3953-1875



Cardápio das Escolas Municipais e Estaduais de Pontal Creches e Pré-Escola (período parcial e integral) – MAIO/2022

DIA DA SEMANA		LANCHE DA MANHÃ/TARDE		ALMOÇO/JANTAR	FRUTAS (sobremesa)
01					
02	Segunda-feira	Pão francês com manteiga + Leite puro (morno)		Arroz + Feijão + Frango primavera + Salada de pepino com cebola	Melancia
03	Terça-feira	Pão francês com requeijão + Vitamina de leite com mamão		Arroz + Feijão + Pernil assado com batata + Salada de acelga	Melão
04	Quarta-feira	Salada de frutas (abacaxi, melão, mamão)		Galinhadinha + Feijão + Quiabo assado	Laranja
05	Quinta-feira	Pão francês com patê de frango + Suco de laranja		Arroz + Feijão + Carne moída com cenoura + Salada de tomate	Abacaxi
06	Sexta-feira	Mingau de amido de milho		Arroz + Feijão preto com legumes e pernil + Salada de couve	Mamão
09	Segunda-feira	Vitamina de leite com abacate		Arroz + Feijão + Carne iscas com legumes + Salada cenoura ralada	Abacaxi
10	Terça-feira	Pão francês com manteiga + Leite puro (servir frio)		Arroz + Feijão cassoulet + Abobrinha ao forno	Mamão
11	Quarta-feira	Mingau de aveia		Arroz + Feijão + Carne moída com tomate + Salada de repolho	Melancia
12	Quinta-feira	Pão francês com requeijão + Vitamina de leite com mamão		Arroz + Feijão preto + Frango com batata + Salada de beterraba cozida	Melão
13	Sexta-feira	Torta de legumes + Suco de abacaxi		Risoto de pernil + Feijão + Salada de legumes (batata, berinjela e cenoura)	Laranja
16	Segunda-feira	Pão francês com manteiga + Vitamina de leite com mamão		Arroz + Feijão preto + Frango com cenoura e pimentão + Salada de tomate	Melancia
17	Terça-feira	Pão francês com requeijão + Leite puro (servir frio)		Arroz + Feijão + Carne iscas com legumes + Salada de repolho	Mamão
18	Quarta-feira	Salada de frutas (maçã, banana, mamão)		Macarronada com carne moída + Salada de acelga com tomate	Banana
19	Quinta-feira	Pão francês com patê de sardinha + Suco de laranja		Arroz + Feijão + Pernil assado com batata + Salada de repolho, tomate e pepino	Maçã
20	Sexta-feira	Vitamina de leite com maçã		Risoto de frango com legumes + Feijão + Salada de beterraba (crua)	Laranja
23	Segunda-feira	Pão francês com requeijão + Vitamina de leite com banana		Arroz + Feijão + Carne moída com legumes + Salada de tomate	Melão
24	Terça-feira	Pão francês patê de frango + Suco de melancia		Arroz + Feijão + Pernil assado com batata + Salada de alface	Maçã
25	Quarta-feira	Bolo de banana (sem açúcar) + Suco de abacaxi com maçã		Galinhadinha + Feijão + Salada de rúcula com pepino	Banana




Nádya I. R. Maronesi
Nutricionista
CRN 3 - 52172


Vitoria Christie de Freitas
Estagiária de Nutrição

5 DE MAIO
DIA DA
HIGIENIZAÇÃO
DAS MÃOS



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 Creches e Pré-Escola (período parcial e integral) – MAIO/2022

26	Quinta-feira	Torta de frango + Suco de laranja	Arroz + Feijão maravilha + Cabotiã no forno + Salada de alface	Mamão
27	Sexta-feira	Salada de frutas (abacaxi, banana, maçã)	Arroz + Feijão + Frango acebolado com tomate + Salada de repolho	Melancia
30	Segunda-feira	Mingau de amido de milho com maçã picada	Arroz + Feijão preto + Carne iscas com legumes + Salada de vinagrete	Maçã
31	Terça-feira	Pão francês com patê de cenoura + Suco de laranja	Sopa de macarrão, carne moída e legumes	Abacaxi

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.

O CARDÁPIO PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES COM AUTORIZAÇÃO PRÉVIA DA NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL.

Proibida a alteração sem autorização da nutricionista

ATENÇÃO

Orientações em relação à consistência de alimentos a serem ofertados às crianças de berçários:

- Seguindo as orientações do Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos, todas as carnes devem estar bem cozida a ponto de ficar extremamente fácil picar e desfiar. Ao serem oferecidas para a criança, deve estar bem picada ou desfiada e não pode conter sal em excesso.
- Os legumes devem ser bem cozidos e picados em pedaços pequenos. Caso a criança possa pegar o alimento com as mãos e consumir sozinhas, os legumes, bem cozidos, devem ser picados em pedaços maiores.

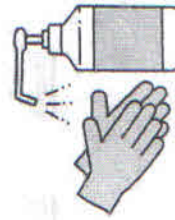
- Os vegetais folhosos, quando necessário, podem ser cozidos ou refogados e amassados com o garfo.

*Adaptações do cardápio exclusivas para as escolas que não possuem forno e/ou não cozinham no local

ABRIL		LANCHE DA MANHÃ/LANCHE DA TARDE		ALMOÇO/JANTAR		FRUTAS (sobremesa)	
13	Sexta-feira	Mingau de amido de milho com mamão picado		Sem alteração		Sem alteração	
25	Quarta-feira	Mingau de aveia com banana picada		Sem alteração		Sem alteração	
26	Quinta-feira	Vitamina de leite com maçã					

ESCOLAS

CCI Maria Lúcia Lacerda Biagi Americano | CCI Professor Ricardo Benedito de Oliveira | CCI Elizabeth Buchala Silva dos Reis | EMEI Professora Ida Venturrelli Mengual
EMEI Professora Sandra Mara Malvas | EMEI Dirce Oliveira Soares | EMEI Lazara Garcia de Castro Neves | EMEI Aparecida Contart Bazan



Nádia I. R. Maronesi
Nutricionista
CRN 3 - 52172

Vitória Christie de Freitas
Estagiária de Nutrição

5 DE MAIO
DIA DA
HIGIENIZAÇÃO
DAS MÃOS