



SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

Cozinha Prtado
Rua Elpidio Vicente, 600, Centro CEP 14.180-000 – Pontal/SP - Fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Ensino Fundamental (período parcial_2 refeições) – MARÇO/2025

DIABETES MELLITUS

ESCOLA: EMIEF Professora Esmeria Silva Andruccioli – EMIEF Mário Pedro

MARÇO		LANCHE DA MANHÃ/LANCHE DA TARDE		ALMOÇO / JANTAR		FRUTA (SOBREMESA)
03	Segunda-feira		Ponto Facultativo (Carnaval)			
04	Terça-feira		Ponto Facultativo (Carnaval)			
05	Quarta-feira	logurte de Morango Zero Açúcar	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Cenoura + Legumes Cozidos			
06	Quinta-feira	Cereal Matinal com Leite e com Achocolatado em Pó <i>Diet</i>	Arroz Integral com Açafrão + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Chuchu com Molho Branco (com queijo muçarela)			Maçã
07	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Abacaxi (concentrado)	Arroz Integral + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Legumes Cozidos + Salada de Tomate			
10	Segunda-feira	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Leite com Achocolatado em Pó <i>Diet</i>	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Pimentão, Cenoura e Milho Verde + Legumes Cozidos			Banana
11	Terça-feira	Pão Integral com Requeijão + logurte de Morango Zero Açúcar	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Legumes Cozidos			
12	Quarta-feira	Vitamina de Leite com Maçã	Arroz Integral + Feijão + Lombinho Suíno ao Molho Madeira + + Legumes Cozidos + Salada de Repolho			
13	Quinta-feira	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Leite com Achocolatado em Pó <i>Diet</i>	Arroz Integral + Estrogonofe de Frango + Legumes Cozidos			Mamão
14	Sexta-feira	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Caju (concentrado)	Arroz Integral + Feijão Preto com Pencil + Legumes Cozidos + Salada de Tomate			
17	Segunda-feira	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Leite com Achocolatado em Pó <i>Diet</i>	Arroz Integral + Feijão + Fricassê de Frango (Frango e Milho Verde) + Legumes Cozidos			
18	Terça-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas Acebolada + Legumes Cozidos +			Melancia

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

Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Tamihão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

Cozinha Piloto

Rua Epitácio Vicente, 600, Centro – CEP 14.180-600 – Pontal/SP - Fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Ensino Fundamental (período parcial_2 refeições) – MARÇO/2025 DIABETES MELLITUS

ESCOLA: EM.F. Professora Esmerina Silva Andruccioli – EM.F.I.E.F. Mário Pedro

19	Quarta-feira	Banana Iogurte de Morango Zero Açúcar	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Legumes Cozidos	Salada de Pepino	
20	Quinta-feira	Vitamina de Leite com Banana e Magã	Arroz Integral + Coxinha de Frango (com osso) ao Molho + Legumes Cozidos		Melão
21	Sexta-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Maracujá (concentrado)	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Cenoura, Vagem e Azeitona + Legumes Cozidos + Salada de Vinagrete		
24	Segunda-feira	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Caju (concentrado)	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Legumes + Legumes Cozidos		
25	Terça-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Acerola (concentrado)	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Legumes Cozidos		Banana
26	Quarta-feira	Vitamina de Leite com Mamão	Arroz Integral + Feijão + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Legumes Cozidos + Salada de Alface		
27	Quinta-feira	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Leite com Achiocolatado em Pó <i>Diet</i>	Arroz Integral + Creme de Milho + Carnes Iscas com Tomate + Legumes <i>Sauté</i>		Laranja
28	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Iogurte de Morango Zero Açúcar	Arroz Integral + Feijão + Lombinho Suíno Acebolado + Legumes Cozidos + Salada de Acelga		
31	Segunda-feira	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Acerola (concentrado)	Arroz Integral com Cenoura + Feijão + Pernil Acebolado com Tomate + Legumes Cozidos		

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.
- Os sucos e as vitaminas devem ser servidos gelados (colocar as frutas e/ou o leite para gelar no dia anterior).
- **NÃO ADICIONAR AÇÚCAR** 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.


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


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Tamihão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524

