

SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Piloto
Rua Elpidio Vicente, 600, Centro – CEP 11.180-000 – Pontal/SP – fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Creches e Ensino Infantil (período parcial e integral) – MARÇO/2025

SEM LACTOSE SEM OVO

ESCOLAS: EMEI Professora Sandra Mara Malvas

| MARÇO | LANCHE DA MANHÃ | ALMOÇO | LANCHE DA TARDE | JANTAR | FRUTA (SOBREMESA) |
|-------------------------|--|--|---|---|----------------------|
| 03 Segunda-feira | | | | | |
| 04 Terça-feira | | | | | |
| 05 Quarta-feira | Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Carne Moída com Mandioca + Legumes Cozidos | Pão Francês + Vitamina de Leite com Maçã (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Frango Acebolado com Tomate + Legumes Cozidos | |
| 06 Quinta-feira | Pão Francês + Suco de Abacaxi (concentrado) | Arroz com Açafrão + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Chuchu com Molho Branco (utilizar leite zero lactose) + Salada de Pepino | Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana (utilizar leite zero lactose) | Sopa de Macarrão com Legumes e Carne Moída | Maçã |
| 07 Sexta-feira | Pão francês + Vitamina de Leite com Mamão (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Polenta + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Salada de Tomate | Pão francês + Suco de Melão (natural da fruta) | Arroz + Feijão + Pernil Acebolado + Salada de Rúcula | Laranja |
| 10 Segunda-feira | Pão Francês + Suco de Melancia (natural da fruta) | Arroz + Feijão + Carne Iscas com Pimentão, Cenoura e Milho Verde + Salada de Repolho | Pão Francês + Suco de Acerola (concentrado) | Arroz + Feijão + Pernil com Legumes + Salada de Alface | Melão |
| 11 Terça-feira | Mingau de Amido de Milho com Banana Picada (utilizar leite zero lactose) | Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Alface | Mingau de Farinha de Aveia com Mamão Picado (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Purê de Batata (utilizar leite zero lactose) + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Salada de Almeirão | Banana |

Nádia R. Maronesi
Nádia I. R. Maronesi
Nutricionista R1 - CRN 3-52172

Bruna Quaranta
Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Tamilião Folconi
Fabiana Tamilião Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

Cozinha Piloto


Rua Elpidio Vicente, 600, Centro CEP 11.180-000 – Pontal/SP - Fone: (16) 3054-1875

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Creches e Ensino Infantil (período parcial e integral) – MARÇO/2025


SEM LACTOSE SEM OVO

ESCOLAS: LMI:1 Professora Sandra Mara Malvas

| | | | | | | |
|----|---------------|---|---|--|--|----------|
| 12 | Quarta-feira | Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana e Farinha de Aveia (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Lombrinho Suíno ao Molho Madeira + Salada de Repolho | Pão Francês + Vitamina de Leite com Maçã (utilizar leite zero lactose) | Sopa de Macarrão com Legumes e Carne Bovina Desfiada | Abacaxi |
| 13 | Quinta-feira | Pão Francês + Vitamina de Leite com Mamão (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Estrogonofe de Frango (utilizar leite zero lactose) + Legumes Cozidos + Salada de Rúcula | Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão Preto + Lombrinho Suíno com Legumes + Salada de Vinagrete | Mamão |
| 14 | Sexta-feira | Pão Francês + Suco de Caju (concentrado) | Arroz + Feijão Preto com Pernil + Salada de Tomate | Pão Francês + Suco de Abacaxi (concentrado) | Arroz + Feijão + Frango Desfiado ao Molho com Legumes + Salada de Couve | Melancia |
| 17 | Segunda-feira | Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Fricassê de Frango (Frango e Milho Verde) (utilizar leite zero lactose) + Salada de Almeirão | Pão Francês + Vitamina de Leite com Maçã (utilizar leite zero lactose) | Sopa de Fubá com Carne Moída | Abacaxi |
| 18 | Terça-feira | Mingau de Farinha de Aveia com Maçã Picada (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Carne Iscas Acebolada + Salada de Chuchu Cozido | Mingau de Amido de Milho com Banana Picada (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Carne Moída com Batata Doce + Salada de Acelga | Melancia |
| 19 | Quarta-feira | Pão Francês + Suco de Caju (concentrado) | Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Repolho | Pão Francês + Suco de Melancia (natural da fruta) | Arroz + Feijão + Carne em Iscas Desfiada com Cebola, Tomate e Pimentão + Salada de Couve | Banana |


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


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Tannahão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524





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 de Pontal Creches e Ensino Infantil (período parcial e Integral) – MARÇO/2025

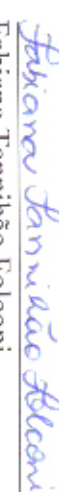
SEM LACTOSE SEM OVO

ESCOLAS: EMEI Professora Sandra Mara Malvas

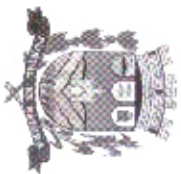
| | | | | | | |
|----|---------------|---|---|--|--|--|
| 20 | Quinta-feira | Pão Francês + Vitamina de Leite com Maçã (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Purê de Batata (utilizar leite zero lactose) + Coxinha de Frango (com osso) ao Molho + Salada de Pepino | Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Pernil com Legumes + Salada de Tomate | Meião |
| 21 | Sexta-feira | Pão francês + Suco de Abacaxi (natural da fruta) | Arroz + Feijão + Carne Moída com Cenoura, Vagem e Azeitona + Salada de Vinagrete | Pão francês + Suco de Maracujá (concentrado) | Arroz + Feijão + Frango Iscas Acebolado com Tomate + Salada de Repolho | Salada de Frutas (Banana, Maçã, Mamão) |
| 24 | Segunda-feira | Pão Francês + Suco de Caju (concentrado) | Arroz + Feijão + Carne Iscas com Legumes + Salada de Tomate | Pão Francês + Suco de Laranja (natural da fruta) | Arroz + Feijão + Frango Grelhado + Beterraba Cozida + Salada de Acelga | Laranja |
| 25 | Terça-feira | Mingau de Amido de Milho com Maçã Picada (utilizar leite zero lactose) | Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Rúcula | Mingau de Farinha de Avela com Banana Picada (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Pernil Acebolado com Tomate + Salada de Repolho | Banana |
| 26 | Quarta-feira | Mingau de Farinha de Avela com Mamão picado (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho com Batata + Salada de Alface | Pão Francês + Vitamina de Leite com Banana (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Carne em Iscas Desfiada com Cebola + Salada de Cenoura Ralada | Meião |
| 27 | Quinta-feira | Pão Francês + Vitamina de Leite com Mamão (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Creme de Milho (utilizar leite zero lactose) + Carne Iscas com Tomate + Legumes Sauté (não utilizar manteiga) | Mingau de Farinha de Avela com Mamão picado (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Frango Iscas Acebolado + Repolho Refogado (preparar na escola) + Salada de Tomate | Mamão |
| 28 | Sexta-feira | Pão francês + Vitamina de Leite com Mamão (utilizar leite zero lactose) | Arroz + Feijão + Lombinho Suíno Acebolado + Salada de Acelga | Pão francês + Vitamina de Leite com Banana (utilizar leite zero lactose) | Sopa de Macarrão com Legumes e Carne Moída | Melancia |


Nádia I. R. Maronesi
Nutricionista RT - CRN 3-521172


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Tamihão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

Cozinha Piloto

Rua I Pedro Vicente, 600, Centro - CEP 14.180-000 - Pontal/SP - Fone: (16) 3955-1875

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Creches e Ensino Infantil (período parcial e Integral) – MARÇO/2025 SEM LACTOSE SEM OVO

ESCOLAS: EMEI Professora Sandra Mara Malvas

| | | | | | | |
|-----------|----------------------|---|---|---|---|----------|
| | | | | | | |
| 31 | Segunda-feira | Pão Francês + Suco de Laranja (natural da fruta) | Arroz com Cenoura + Feijão + Pernil Acebolado com Tomate + Salada de Acelga | Pão Francês + Suco de Maracujá (concentrado) | Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Vinagrete | Melancia |

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 AÇÚCAR** em nenhuma preparação (Leite sem Lactose, sucos, vitaminas, 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

