



Cardápio da Escola do Município de Pontal – FEVEREIRO/2020

E.E. DOLORES BELEM NOVAES – INTEGRAL

NECESSIDADES ESPECIAIS – DIABETES MELITO

MARÇO		LANCHE DA MANHÃ 9:30 h	ALMOÇO 12:30	LANCHE DA TARDE 15:50
02/ Março	Segunda- feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Carne moída com Legumes + Salada de Tomate + Banana	Pão integral com Presunto e Mussarela + Laranjada (com adoçante)
03/ Março	Terça-feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Pernil Acebolado com Tomate + Salada de Alface + Abacaxi	Torta de Frango com Legumes (com aveia) + Suco de Limão (com adoçante)
04/ Março	Quarta-feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Carne iscas com Legumes + Salada de Repolho + Maçã	Pão integral com Carne moída + Goiaba
05/ Março	Quinta-feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Galinhadinha (arroz integral) + Feijão + Salada de Alface + Abacaxi	Pão integral com Requeijão + Banana
06/ Março	Sexta-feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Frango Primavera (frango com tomate, cenoura, brócolis e cebola) + Salada de Almeirão + Goiaba	Bolinho diet + Laranja
09/ Março	Segunda- feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Carne iscas acebolada + Abobrinha refogada + Salada de Pepino + Banana	Pão integral com Frango desfiado + Abacaxi
10/ Março	Terça-feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Carne moída com Legumes + Salada de Alface + Melão	Bolinho diet + Vitamina de Leite com Goiaba (com adoçante)
11/ Março	Quarta-feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Frango Acebolado com Tomate + Salada de Brócolis + Mamão	Pão integral com Requeijão e Mussarela + Laranja
12/ Março	Quinta-feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Galinhadinha (arroz integral) + Feijão + Chuchu cozido + Salada de Rúcula + Goiaba	Pão integral com Carne moída + Melão
13/ Março	Sexta-feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Carne iscas Acebolada com Tomate, Cenoura e Brócolis + Salada de Acelga + Abacaxi	Torta de Carne moída com Legumes (com aveia) + Suco de Limão (com adoçante)
16/ Março	Segunda- feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Frango com Legumes + Salada de Repolho + Laranja	Pão integral com Pernil desfiado + Goiaba
17/ Março	Terça-feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral com Legumes + Feijão + Frango grelhado + Salada de Alface + Banana	Torta de Frango com Legumes (com aveia) + Abacaxi

Cristiane Pereira
CRN 3 – 11792

Nádia I. R. Maronesi
CRN 3 - 52172



Cardápio da Escola do Município de Pontal – FEVEREIRO/2020

E.E. DOLORES BELEM NOVAES – INTEGRAL

NECESSIDADES ESPECIAIS – DIABETES MELITO

18/ Março	Quarta-feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Carne iscas Acebolada + Cenoura refogada com Vagem + Salada de Almeirão + Maçã	Pão integral com Requeijão e Mussarela + Laranja
19/ Março	Quinta-feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão Maravilha + Couve refogada + Salada de Tomate com Cenoura crua + Abacaxi	Pão integral com Carne moída + Suco de Limão (com adoçante)
20/ Março	Sexta-feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Galinhadinha (arroz integral) + Feijão + Abobrinha refogada + Salada de Pepino com Tomate + Banana	Bolinho diet + Vitamina de Leite com Melão (com adoçante)
23/ Março	Segunda- feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral com Legumes + Feijão + Frango grelhado + Brócolis cozido + Salada de Tomate + Maçã	Pão integral com Presunto e Mussarela + Laranja
24/ Março	Terça-feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Frango com Legumes + Salada de Alface + Melancia	Torta de Frango com Legumes (com aveia) + Suco de Limão (com adoçante)
25/ Março	Quarta-feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Pernil Acebolado com Tomate + Salada de Repolho + Laranja	Pão integral com Carne moída + Goiaba
26/ Março	Quinta-feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Carne moída com Legumes + Salada de Rúcula + Melancia	Pão integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Maçã
27/ Março	Sexta-feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Carne iscas acebolada + Cenoura refogada + Salada de Brócolis + Maçã	Bolinho diet + Abacaxi
30/ Março	Segunda- feira	Pão integral com Requeijão + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Carne moída + Legumes cozidos + Salada de Tomate + Maçã	Pão integral com Presunto e Mussarela + Suco de Limão (com adoçante)
31/ Março	Terça-feira	Pão integral com Manteiga + Leite com Achocolatado diet	Arroz integral + Feijão + Frango refogado com Cenoura e Chuchu + Salada de Alface + Mamão	Pão integral com Carne moída + Laranja

*O cardápio poderá sofrer alterações justificadas

****NÃO** deverão ser oferecidas quaisquer tipos de preparações que contenham açúcar

Cristiane Pereira
CRN 3 – 11792

Nádia I. R. Maronesi
CRN 3 - 52172