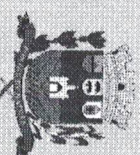


# Cardápio Mensal - Fevereiro/2026



PREFEITURA DE  
**PONTAL**  
PONTAL, EU AMO, EU CUIDO

## Diabetes Mellitus

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>Desjejum/ Lanche da Tarde</b>	Pão integral com manteiga Leite com achocolatado em pó DIET	Pão integral com requeijão Suco de uva (concentrado)	Vitamina de leite com banana e maçã	Cereal matinal Leite puro	Pão integral com manteiga Suco de acerola (concentrado)
<b>Almoço/Jantar</b>	Arroz integral + Feijão Carne moída com cebola e tomate Vagem refogada Salada de repolho com cenoura ralada	Arroz integral Feijão preto com pernil suíno Chuchu refogado Salada de vinagrete (tomate, cebola e cheiro verde) Banana	Arroz integral + Feijão Coxa e Sobrecoxa de frango ao molho Couve refogada Salada de tomate Maçã	Arroz integral + Feijão Carne bovina em iscas com cebola e tomate Salada de pepino	Arroz integral Coxinha da asa de frango ao molho Vagem e cenoura refogadas Salada de couve com tomate Maçã
	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	
<b>Desjejum/ Lanche da Tarde</b>	Pão integral com requeijão Leite com achocolatado em pó DIET	Pão integral com manteiga Suco de maracujá (concentrado)	Vitamina de leite com abacate	Cereal matinal Iogurte de morango DIET	Pão integral com requeijão Suco de abacaxi (concentrado)
<b>Almoço/Jantar</b>	Arroz integral Estrogonofe de frango Chuchu cozido Salada de repolho com cheiro verde	Arroz integral com cenoura + Feijão Carne moída acebolada Abobrinha cozida Salada de alicerce com tomate Maçã	Arroz integral + Feijão Lombinho suíno ao molho madeira Legumes soufê (cenoura, vagem, abobrinha) Salada de acelga	Arroz integral + Feijão Carne bovina em iscas com tomate Vagem refogada Salada de tomate Melancia	Maccarrão integral com salsaicha ao molho Salada de acelga Laranja
	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
<b>Desjejum/ Lanche da Tarde</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b>	<b>FERIADO</b>	Vitamina de leite com mamão	Cereal matinal Leite puro	Pão integral com manteiga Suco de acerola (concentrado)
			Arroz integral + Feijão	Arroz integral + Feijão	Arroz integral + Feijão

*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

<b>Almoço/Jantar</b>					
	<b>23</b>				
<b>Desjejum/ Lanche da Tarde</b>	Pão integral com requeijão  Leite puro	Pão integral com manteiga  Suco de maracujá (concentrado)	Vitamina de leite com banana e cacaú	Cereal matinal  Leite com achocolatado em pó D/EI	Pão integral com requeijão  Suco de uva (concentrado)
<b>Almoço/Jantar</b>	Arroz Integral  Feijão preto com pernil suíno e lingüiça  Legumes soufê (cenoura, vagem, abobrinha)  Salada de vinagrete (tomate, cebola e chירו verde)  Mamão	Arroz Integral  Coxinha da asa de frango assada  Creme de milho  Salada de alface  Molência	Arroz Integral + Feijão  Frango em iscas com tomate e cebola  Cenoura refogada  Salada de repolho com tomate e cheiro verde	Maccarrão Integral com carne molida ao molho  Salada de acelga  Banana	Arroz Integral + Feijão  Carne em iscas com abobrinha, cenoura e vagem  Salada de alface
	<b>24</b>		<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
			Pernil suíno assado  Repolho refogado  Salada de tomate com cheiro verde  Banana	Carne molida com cenoura, vagem, pimentão e azeitona  Salada de tomate	Frango em iscas acebolado com tomate  Cenoura cozida  Salada de repolho  Abacaxi

*Nádia I. R. Maronnesi*

**Nádia I. R. Maronnesi**  
Nutricionista  
CRN3 - 52172

*Caroline*

**Caroline Mazer Pereira da Silva**  
Nutricionista  
CRN-3: 77253