



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

Ensino Fundamental e Ensino Médio (período Integral_3refeições) – JUNHO 2023

DIABETES MELLITUS

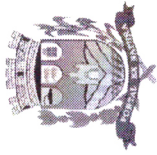
JUNHO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	FRUTAS (SOBREMESA)
01	Quinta-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite com Chocolate em pó <i>diet</i>	Arroz Integral + Feijão + Pernil com Legumes + Salada de Alface	Torta de Frango + Suco de Limão com Maçã
02	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Banana	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída Acebolada + Cabotia no forno* + Salada de Pepino	Vitamina de Leite com Mamão
05	Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão + Vitamina de Leite com Maçã	Arroz Integral + Feijão + Carnes Iscas Acebolada com Tomate + Farofa de Legumes + Salada de Acelga	Pão Integral com Carne Moída + Suco de Caju
06	Terça-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Mamão	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Chuchu + Salada de Repolho	Bolo de Banana + Suco de Laranja
07	Quarta-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Melancia	Arroz Integral + Feijão + Frango ao Molho + Salada de Acelga	Salada de Frutas (Laranja, Maçã, Banana)
08	Quinta-feira			
09	Sexta-feira			
12	Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão + Vitamina de Leite com Maçã	Arroz Integral + Feijão + Frango com Abobrinha e Cenoura + Salada de Pepino	Bolo de Banana + Suco de Caju
13	Terça-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Mamão	Macarronada com Carne Moída + Salada de Acelga	Salada de Frutas (Laranja + Banana + Mamão)
14	Quarta-feira	Pão Integral Patê de Frango + Suco de Melancia	Arroz Integral + Feijão + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Salada de Acelga com Tomate	Pão Integral com Requeijão + Suco de Laranja
15	Quinta-feira	Pão Integral com Ovo Mexido + Suco de Abacaxi	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas Acebolada + Salada de Repolho	Pão Integral com Frango desfiado + Suco de Maçã com Limão


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


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Tannihão 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 e Estaduais de Pontal
Ensino Fundamental e Ensino Médio (período Integral_3refeições) – JUNHO 2023
DIABETES MELLITUS

16	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Maçã	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Cabotia + Salada de Acelga	Pão Integral com Ovo mexido + Suco de Abacaxi + Banana	Maçã
19	Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão + Vitamina de Leite com Mamão	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Legumes + Salada de Repolho	Bolo de Banana com Maçã + Suco de Laranja	-
20	Terça-feira	Pão Integral com Pernil desfiado + Suco de Melão	Arroz Integral + Feijão + Frango Acebolado com Tomate + Salada de Pepino	Vitamina de Leite com Banana	Banana
21	Quarta-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Abacaxi	Arroz Carreteiro (Arroz Integral) + Feijão + Salada de Acelga	Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã)	-
22	Quinta-feira	Pão Integral com Requeijão + Vitamina de Leite com Maçã	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Cenoura, Vagem, Pimentão e Azeitona + Salada de Repolho	Pão Integral com Frango desfiado + Suco de Melancia	Abacaxi
23	Sexta-feira	Pão Francês com Ovo Mexido + Suco de Maçã com Limão	Arroz Integral + Feijão + Coxa e Sobrecoxa de Frango assada + Salada de Tomate	Pão Integral com Requeijão + Suco de Abacaxi + Tangerina	-
26	Segunda-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Banana	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída ao molho + Salada de Acelga	Sanduíche de Pão Integral com Carne Iscas desfiada + Suco de Caju	-
27	Terça-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite puro	Arroz Integral + Feijão + Frango Primavera + Salada de Repolho	Torta de Pernil + Suco de Laranja	Maçã
28	Quarta-feira	Pão Integral com Patê de Frango + Suco de Melancia	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas cozida + Abobrinha refogada + Salada de Vinagrete	Cachorro Quente + Suco de Caju + Bananinha (sem açúcar)	Abacaxi
29	Quinta-feira	Pão Integral com Ovo mexido + Suco de Caju	Arroz Integral com Brócolis + Feijão Preto com Pernil + Cenoura refogada + Salada de Tomate	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Banana	Tangerina
30	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Mamão	Arroz + Feijão + Carne Iscas Acebolada + Salada de Acelga	Pão Integral com Carne moída + Suco de Laranja	-

Observações:



Nádia I. R. Maronesi

Nutricionista RT - CRN 3-52172



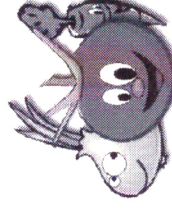
Bruna Quaranta

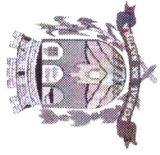
Nutricionista - CRN 3-38330



Fabiana Tannhäuser Folconi

Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Piloto

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

Cardápio das Escolas Municipais e Estaduais de Pontal

Ensino Fundamental e Ensino Médio (período Integral_3refeições) – JUNHO 2023

DIABETES MELLITUS

- 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 (leites, sucos, vitaminas, café, bolos, etc).

O CARDÁPIO PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES COM AUTORIZAÇÃO PRÉVIA DA NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL. Proibida a alteração sem autorização da nutricionista.

ESCOLAS: PEI Professora Dolores Belém Novaes

Nádia I. R. Maronesi

Nádia I. R. Maronesi

Nutricionista RT - CRN 3-52172

Bruna Quaranta

Bruna Quaranta

Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Tamihão Folconi

Fabiana Tamihão Folconi

Nutricionista - CRN 3-40524

