

SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Piloto
Rua Epitácio Vicente, 600, Centro – CEP 14.180-000 – Pontal/SP - Fone: (16) 3943-1875

Ensino Fundamental e Ensino Médio (período integral_3refeições) – OUTUBRO/2024

DIABETES MELLITUS

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novais

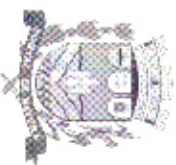
OUTUBRO		LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	FRUTA (SOBREMESA)	LANCHE DA TARDE
01	Terça-feira	Pão Integral com Requeijão + Vitamina de Leite com Maçã	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Salada de Vinagrete		Melancia
02	Quarta-feira	Pão Integral com Manteiga + Leite com Achocolatado em Pó <i>Diet</i>	Arroz Integral + Feijão + Frango Iscas com Legumes + Salada de Almeirão	Abacaxi	Pão Integral com Pernil Desfiado + Suco de Limão (natural da fruta)
03	Quinta-feira	Pão Integral com Ovo Mexido + Suco de Uva (concentrado)	Arroz Integral + Feijão + Pernil Acebolado + Cenoura com Vagem <i>Sauté</i>		Salada de Frutas (Banana, Maçã e Mamão)
04	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Maracujá (concentrado)	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída ao Molho + Salada de Couve	Banana	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Caju (concentrado)
07	Segunda-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Acerola (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Iscas Acebolada + Salada de Pepino		Bolo Sem Açúcar + Suco de Maracujá (concentrado)
08	Terça-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite com Achocolatado em Pó <i>Diet</i>	Arroz + Feijão Preto Temperado com Pernil + Salada de Alfaca	Banana	Mamão
09	Quarta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Frutas (Banana e Mamão)	Arroz + Coxa e Sobrecoxa de Frango com Tomate + Creme de Milho + Salada de Acelga	Abacaxi	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Leite com Achocolatado em Pó <i>Diet</i>
10	Quinta-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Caju (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Tomate	Maçã	Pão Integral com Patê de Frango + Suco de Acerola (concentrado)
11	Sexta-feira	Cereal Matinal com logurte de Morango <i>Diet</i>	Macarrão com Carne Moída ao Molho		Cachorro-Quente + Suco de Abacaxi (concentrado) + Doce (sem açúcar)
14	Segunda-feira	Pão Integral com Manteiga + logurte de Morango <i>Diet</i>	Arroz + Feijão + Frango Primavera		Pão Integral com Carne Moída + Suco de Maracujá (concentrado)
15	Terça-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite com Achocolatado em Pó <i>Diet</i>	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Mandioca + Salada de Repolho	Melancia	Vitamina de Leite com Banana


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


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Taminhão Folcomi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Piloto
Rua Ipiranga, Viçense, 600, Centro CEP 14.180-000 Pontal/SP - Fone: (116) 3052-1873

Cardápio das Escolas Estaduais de Pontal Ensino Fundamental e Ensino Médio (Período Integral_3refeições) – OUTUBRO/2024 DIABETES MELLITUS

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novais

16	Quarta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Maçã	Arroz + Feijão + Pernil Acebolado + Farofa de Legumes + Salada de Alface		Melão
17	Quinta-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite com Achocolatado em Pó Diet	Macarrão com Salsicha ao Molho + Salada de Pepino	Laranja	Torta de Frango + Limonada
18	Sexta-feira	FERIADO (Aniversário da Cidade)			
21	Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite com Achocolatado em Pó Diet	Arroz + Feijão + Coxa e Sobrecoxa de Frango com Batata		Bolacha Cream Cracker + Leite com Achocolatado em Pó Diet
22	Terça-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Uva (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Vinagrete	Abacaxi	Vitamina de Leite com Mamão
23	Quarta-feira	Cereal Matinal com Iogurte de Morango Diet	Arroz com Milho Verde + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Salada de Almeirão		Pão Integral com Frango Desfiado + Suco de Abacaxi (concentrado)
24	Quinta-feira	Pão Integral com Manteiga + Leite com Achocolatado em Pó Diet	Macarrão ao Molho Rosé com Frango + Salada de Alface	Banana	Pão de Queijo Assado + Suco de Caju (concentrado)
25	Sexta-feira	Pão Integral com Requeijão + Iogurte de Morango Diet	Arroz + Feijão + Lombrinho Suíno ao Molho Madeira + Salada de Alface	Melancia	Maçã
28	Segunda-feira	PONTO FACULTATIVO (Dia do Servidor Público)			
29	Terça-feira	Pão Integral com Manteiga + Leite com Achocolatado em Pó Diet	Arroz + Feijão + Carne Moída com Batata		Bolacha Cream Cracker + Suco de Maracujá (concentrado)
30	Quarta-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Acerola (concentrado)	Arroz com Cenoura + Feijão + Pernil Acebolado + Salada de Vinagrete	Laranja	Banana
31	Quinta-feira	Pão Integral com Manteiga + Iogurte de Morango Diet	Arroz + Feijão + Fricassê de Frango + Salada de Rúcula	Melão	Pão Integral com Carne Iscas
01	Sexta-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Caju (concentrado)	Macarrão com Almondêga ao Molho + Salada de Alface	Melancia	Desfiada + Limonada Bolacha de Leite + Leite com Achocolatado em Pó Diet

Nádia L. R. Maronesi

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

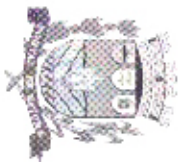
Bruna Quaranta

Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Tannião Folcomi

Fabiana Tannião Folcomi
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) 3053-1875

Cardápio das Escolas Estaduais de Pontal Ensino Fundamental e Ensino Médio (período integral_3refeições) – OUTUBRO/2024 DIABETES MELLITUS

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novais

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 (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 RJ - CRN 3-52172


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Tamião Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524

