

# Cardápio Mensal - Fevereiro/2026



PREFEITURA DE  
**PONTAL**  
PONTAL, EM AMO, EM CUIDO

EJA - ESCOLA: EMEF Professor Alvenir Domingues

|              | 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>                               |
|              | Arroz + Feijão                        | Arroz  | Arroz + Feijão                               | Arroz + Feijão                                      | Arroz + Polenta                        |
|              | Carne Moída com batata                | Feijão preto com pernil suíno  | Coxa e Sobrecoxa de frango ao molho          | Carne bovina em iscas com cebola e tomate           | Coxinha da asa de frango ao molho      |
| <b>Noite</b> |                                       | Chuchu refogado<br>Salada de vinagrete (tomate, cebola e cheiro verde) | Salada de repolho com tomate e cheiro verde) | Salada de pepino                                    | Vagem e cenoura refogadas              |
|              | <b>9</b>                              | <b>10</b>  | <b>11</b>                                    | <b>12</b>   | <b>13</b>                              |
|              | Arroz                                 | Arroz com cenoura + Feijão   | Arroz + Feijão                               | Arroz + Feijão                                      | Macarrão com molho                     |
| <b>Noite</b> | Estrogonofe de frango                 | Carne moída acebolada  | Lombinho suíno ao molho madeira              | Carne bovina em iscas com mandioca                  | Macarrão com salsicha ao molho         |
|              | Batata soufflé                        | Salada de alface com tomate  | Farofa de legumes                            | Melancia  | Salada de acelga                       |
|              | Salada de repolho com cheiro verde    | Maçã   |  |   | Laranja                                |
|              | <b>16</b>                             | <b>17</b>  | <b>18</b>                                    | <b>19</b>   | <b>20</b>                              |
|              | <b>PONTO FACULTATIVO</b>              | <b>FERIADO</b>   | Arroz + Feijão                               | Arroz + Feijão                                      | Arroz + Feijão                         |
| <b>Noite</b> |                                       |  | Pernil suíno assado com batata               | Carne moída com cenoura, vagem, pimentão e azeitona | Frango em iscas acebolado com tomate   |
|              |                                       |  | Salada de tomate com cheiro verde            | Salada de repolho                                   | Salada de repolho                      |
|              | <b>23</b>                             | <b>24</b>  | <b>25</b>                                    | <b>26</b>   | <b>27</b>                              |
|              | Arroz                                 | Arroz  | Arroz + Feijão                               | Macarrão com carne moída ao molho                   | Arroz + Feijão                         |
| <b>Noite</b> | Feijoadinha (feijão preto com pernil) | Frango em cubos acebolado  | Frango em iscas com tomate e cebola          | Macarrão com carne moída ao molho                   | Carne em iscas com abobrinha e cenoura |
|              | Mamão                                 | Crema de milho   | Salada de alface                             | Salada de acelga                                    | Abacaxi                                |
|              |                                       | Melancia   |  | Banana  |  |

*Nidia I. R. Maronesi*

**Nídia I. R. Maronesi**  
Nutricionista

CRN3 - 521172

*Caroline Mazer*

**Caroline Mazer Pereira da Silva**  
Nutricionista

CRN-3: 77253