

Cardápio Mensal - Maio/2026



PREFEITURA DE
PONTAL
PONTAL, EU AMO, EU CUIDO

EJA - ESCOLA: EMEF Professor Alvenir Domingues

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
					1
Noite					
	4	5	6	7	8
Noite	Arroz Estrogonofe de frango Batata souté Banana	Arroz + Feijão Frango em cubos com tomate e cebola Cenoura cozida (Agricultura Familiar) Salada de repolho com cheiro verde	Arroz + Feijão Pernil com cenoura e abobrinha Salada de pepino com cheiro verde Mamão	Arroz + Feijão Vaca atolada (carne em cubos com mandioca) Salada de acelga com cheiro verde Abacaxi (Agricultura Familiar)	Macarrão com salsicha Salada de tomate (Agricultura Familiar) Melancia
	11	12	13	14	15
Noite	Arroz + Feijão Carne em isca com cenoura e abobrinha Salada de alface Mamão	Arroz Feijoadinha (feijão preto com pernil) Farofa de cenoura Salada de vinagrete (Agricultura Familiar) Banana (Agricultura Familiar)	Arroz + Feijão Frango em cubos com tomate e cebola Abobrinha cozida (Agricultura Familiar) Salada de repolho com cheiro verde Melancia	Arroz + Feijão Carne moída acebolada Beterraba cozida Salada de alface com tomate (Agricultura Familiar) Banana	Arroz Frango em cubos ao molho Polenta cremosa Salada de acelga com cheiro verde
	18	19	20	21	22
Noite	Macarrão com carne moída Salada de tomate (Agricultura Familiar) Melancia	Arroz + Feijão Pernil acebolado Chuchu cozido Salada de pepino com cheiro verde	Arroz + Feijão Carne moída com mandioca (Mandioca da Agricultura Familiar) Cenoura refogada na manteiga (Agricultura Familiar) Salada de alface Banana	Arroz Frango em cubos com tomate e cebola Creme de milho Salada de repolho com cheiro verde Melancia (Agricultura Familiar)	Arroz + Feijão Carne em isca com cenoura e abobrinha Salada de acelga com tomate (Agricultura Familiar) Mamão

Nádia I. R. Maronesi
Nádia I. R. Maronesi
Nutricionista
CRN3 - 52172

Caroline
Caroline Mazer Perreira da Silva
Nutricionista
CRN-3: 77253

	25	26	27	28	29
Noite	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão	Arroz	Arroz + Feijão
	Carne em isca acebolada	Pernil ao molho	Frango em cubos com tomate e cebola	Feijoadinha (feijão preto com pernil)	Carne moída com chuchu
	Abobrinha cozida	Batata assada	Chuchu cozido (Agricultura Familiar)	Farofa de cenoura	
	Salada de acelga com cheiro verde	Salada de couve com tomate (Agricultura Familiar)	Salada de alface	Salada de tomate (Agricultura Familiar)	Salada de repolho com cheiro verde
	Banana	Mamão	Laranja (Agricultura Familiar)	Melancia	

Nádia I. R. Maronesi
Nádia I. R. Maronesi
 Nutricionista
 CRN3 - 52172

Comp
Caroline Mazer Perreira da Silva
 Nutricionista
 CRN-3: 77253