



SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

Cozinha Prato

Rua Ipiranga Visconde, 600, Centro CEP 14.180-000 - Pontal/SP - Fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Estaduais de Pontal Ensino Fundamental e Ensino Médio (período Integral_3 refeições) – OUTUBRO/2023 DIABETES MELLITUS

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novaes

OUTUBRO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	FRUTA (SOBREMESA)	LANCHE DA TARDE
02 Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão + Vitamina de Leite com Banana	Arroz Integral + Feijão + Frango Cremoso com Legumes + Salada de Pepino	-	Vitamina de Leite com Maçã
03 Terça-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Limão com Maçã	Arroz Integral + Feijão Preto com Pernil + Farofa de Legumes + Salada de Vinagrete	Maçã	Pão Integral com Carne Moída + Suco de Abacaxi
04 Quarta-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Caju	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída ao Molho + Salada de Repolho	-	Salada de Frutas (Laranja, Maçã e Banana)
05 Quinta-feira	Pão Integral com Patê de Frango + Suco de Abacaxi	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas + Purê de Cabotia + Salada de Alface	Melancia	Bolacha Cream Cracker + Vitamina de Leite com Banana
06 Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Maçã	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Legumes	Laranja	Banana
09 Segunda-feira	Pão Integral com Manteiga + Leite	Arroz Integral + Feijão + Frango Primavera + Salada de Tomate	-	Vitamina de Leite com Abacate
10 Terça-feira	Pão Integral com Requeijão + Vitamina de Leite com Maçã	Cachorro-quente + Suco de Abacaxi	Banana	Bolacha Cream Cracker + Suco de Laranja
11 Quarta-feira	Pão Integral com Frango Desfiado + Suco de Caju	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Salada de Acelga	Melão	Pão Integral com Manteiga + Leite
12 Quinta-feira	FERIADO (Dia de Nossa Senhora Aparecida)			
13 Sexta-feira	PONTE FERIADO			
16 Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite	Arroz Integral + Feijão + Frango com Legumes + Salada de Pepino	-	Bolacha Cream Cracker + Vitamina de Leite com Maçã

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

Bruna Quaranta
Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiane Jamilão Folconi
Fabiane Jamilão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Piloto
Rua Elpidio Vicente, 600, Centro CIP 14 180-000 – Pontal/SP – Fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Estaduais de Pontal Ensino Fundamental e Ensino Médio (período integral_3 refeições) – OUTUBRO/2023 DIABETES MELLITUS

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novaes

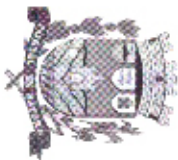
17	Terça-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de leite com Banana	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída ao Molho + Salada de Almeirão	Abacaxi	Maçã + Leite
18	Quarta-feira	Pão Integral com Manteiga + Leite	FERIADO (Aniversário da Cidade)		
19	Quinta-feira		Arroz Integral + Strogonoff de Carne Bovina + Farofa de Legumes	Laranja	Salada de Frutas (Maçã, Mamão e Laranja)
20	Sexta-feira	Pão Integral com Pernil Desfiado + Suco de Maçã com Limão	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Cabotia + Salada de Acelga	-	Vitamina de leite com Banana
23	Segunda-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de leite com Mamão	Arroz Integral + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Polenta		Vitamina de leite com Maçã
24	Terça-feira	Pão Integral com Carne Moída + Suco de Caju	Arroz Integral com Cenoura + Feijão + Carne Iscas Acebolada com Tomate + Salada de Alface	Banana	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Leite
25	Quarta-feira	Pão Integral com Patê de Frango + Suco de Melancia	Arroz Integral + Feijão + Salsicha ao Molho com Batata + Salada de Rúcula	-	Salada de Frutas (Mamão, Banana, Abacaxi)
26	Quinta-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Abacaxi	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Cenoura (ralada)	Melancia	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Limão com Maçã
27	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de leite com Banana	Arroz Integral temperado com Pernil + Feijão + Salada de Repolho	-	Melão
30	Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite	Arroz Integral + Feijão + Frango Primavera + Salada de Pepino	-	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Laranja
31	Terça-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de leite com Maçã	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Mandioca + Salada de Couve com Tomate	Laranja	Banana + Leite


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


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Taminhão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

Cozinha Piloto

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

Cardápio das Escolas Estaduais de Pontal Ensino Fundamental e Ensino Médio (período integral_3 refeições) – OUTUBRO/2023 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 L. R. Maronesi
Nutricionista RT - CRN 3-52172


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Tannião Folcomi
Nutricionista - CRN 3-40524

