

SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

Cozinha Piloto

Rua Epitácio Vicente, 608, Centro CEP 11.180-000 – Pontal/SP - Fone: (116) 3953-1875

Cardápio das Escolas Estaduais de Pontal (período integral_3 refeições) – NOVEMBRO/2023

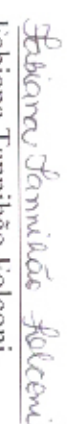
DIABETES MELLITUS

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novares

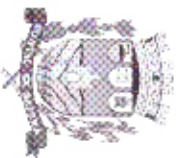
NOVEMBRO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	FRUTA (SOBREMESA)	LANCHE DA TARDE
01	Quarta-feira Pão Integral com Requeijão + Suco de Melancia	Arroz Integral Carreteiro + Feijão + Salada de Couve com Tomate	Melão	Pão Integral com Manteiga + Suco de Laranja + Maçã
02	Quinta-feira FERIADO (Dia de Finados)	FERIADO (Dia de Finados)		FERIADO (Dia de Finados)
03	Sexta-feira PONTE FERIADO	PONTE FERIADO		PONTE FERIADO
06	Segunda-feira Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Banana	Arroz Integral + Feijão + Frango Primavera	Maçã	Vitamina de Leite com Maçã
07	Terça-feira Pão Integral com Requeijão + Vitamina de Leite com Mamão	Arroz Integral + Feijão + Carne em Iscas com Tomate + Salada de Vinagrete		Salada de Frutas (Maçã, Mamão Laranja)
08	Quarta-feira Pão Integral com Carne Moída ao Molho + Suco de Abacaxi	Arroz Integral + Feijão + Pernil com Legumes + Salada de Alface	Melancia	Vitamina de Leite com Maçã
09	Quinta-feira Pão Integral com Patê de Frango + Suco de Limão com Maçã	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Cenoura, Vagem e Pimentão + Salada de Almeirão	Mamão	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Laranja
10	Sexta-feira Pão Integral com Manteiga + Suco de Melancia	Arroz Integral + Feijão + Frango com Requeijão + Salada de Tomate		Banana
13	Segunda-feira Pão Integral com Requeijão + Suco de Melancia	Arroz Integral + Feijão + Pernil Desfiado com Legumes + Salada de Repolho	Maçã	Vitamina de Leite com Mamão
14	Terça-feira Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Banana	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída Acebolada + Salada de Couve		Salada de Frutas (Mamão, Banana, Maçã)
15	Quarta-feira FERIADO (Dia da Proclamação da República)	FERIADO (Dia da Proclamação da República)		FERIADO (Dia da Proclamação da República)


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


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Tannhäuser Polconi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Culinária Piloto
Rua Ipiranga Vicente, 600, Centro CEP 11.180-000 Pontal/SP - Fone: (16) 3931.1875

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

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novas

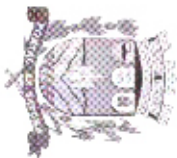
16	Quinta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de leite com Mamão	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída ao Molho + Salada de Tomate	Banana	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Limão com Maçã
17	Sexta-feira	Pão Integral com Frango desfiado + Suco de Laranja	Arroz Integral Temperado com Salsicha + Feijão + Salada de Rúcula		Abacaxi
20	Segunda-feira	FERIADO (Dia da Consciência Negra)			
21	Terça-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Limão com Maçã	Arroz Integral com Cenoura + Feijão + Pernil Acebolado com Tomate + Salada de Couve	Melão	Bolacha de Leite + Suco de Melancia
22	Quarta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de leite com Mamão	Arroz Integral + Feijão + Frango em lscas ao Molho + Farofa de Legumes		Banana
23	Quinta-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Abacaxi	Arroz Integral + Feijão <i>Cassoulet</i> (Frango + Pernil + Cenoura) + Legumes refogados	Maçã	Vitamina de leite com Banana
24	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de leite com Maçã	Arroz Integral Pizza + Feijão + Salada de Alface		Salada de Frutas (Banana, Maçã, laranja)
27	Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Abacaxi	Arroz Integral + Feijão + Frango Cremoso com Legumes + Salada de Tomate		Maçã
28	Terça-feira	Pão Integral com Carne Moída + Suco de Limão com Maçã	Arroz Integral Carreteiro + Feijão + Salada de Acelga	Melancia	Vitamina de leite com Mamão
29	Quarta-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de leite com Banana	Arroz Integral + Carne Moída ao Molho + Polenta + Salada de Pepino		Salada de Frutas (Laranja, Maçã, Melão)
30	Quinta-feira	Pão Integral com Patê de Frango + Suco de Melancia	Arroz Integral com Brócolis + Feijão + Carne em lscas Acebolada com Tomate + Salada de Repolho	Banana	Pão Integral com Manteiga + Suco de Abacaxi

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

Bruna Quaranta
Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Tamião Folconi
Fabiana Tamião Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Pílotu
Rua Elpidio Vicente, 600, Centro - CEP 14.180-000 Pontal/SP - Fone: (16) 3955-1875

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

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novaes

01	Sexta-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite puro	Arroz Integral + Feijão + Frango ao Molho + Salada de Acelga	Abacaxi	Pão Integral com Pernil defumado + Suco de Limão com Maçã
----	-------------	---	--	---------	---

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 - C/RN 3-52172


Bruna Quaranta
Nutricionista - C/RN 3-38330


Fabiana Tannihão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524

