



SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cristina Píolo
Rua Epitácio Viana, 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_3 refeições) – OUTUBRO/2023

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novais

OUTUBRO		LANCHE DA MANHÃ		ALMOÇO		FRUTA (SOBREMESA)		LANCHE DA TARDE	
02	Segunda-feira	Pão Francês com Requeijão + Leite com Chocolate em pó		Arroz + Feijão + Frango Cremoso com Legumes + Salada de Pepino		-		Vitamina de Leite com Maçã	
03	Terça-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Açúcar Queimado		Arroz + Feijão Preto com Pernil + Farofa de Legumes + Salada de Vinagrete		Maçã		Pão Francês com Carne Moída + Suco de Abacaxi	
04	Quarta-feira	Pão Francês com Requeijão + Limonada		Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Repolho		-		Salada de Frutas (Laranja, Maçã e Banana)	
05	Quinta-feira	Pão Francês com Patê de Frango + Suco de Abacaxi		Arroz + Feijão + Carne Iscas + Purê de Cabotiã + Salada de Alface		Melancia		Bolacha Cream Cracker + Leite com Chocolate em pó	
06	Sexta-feira	Pão Francês com Manteiga + iogurte de Salada de Frutas		Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes		Laranja		Arroz Doce	
09	Segunda-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Chocolate em pó		Arroz + Feijão + Frango Primavera + Salada de Tomate		-		Vitamina de Leite com Abacate	
10	Terça-feira	Pão Francês com Requeijão + Leite com Açúcar Queimado		Cachorro-quente + Suco de Abacaxi + Doces		Banana		Bolacha Cream Cracker + Suco de Laranja	
11	Quarta-feira	Pão Francês com Frango Desfiado + Suco de Caju		Arroz + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Salada de Acelga		Melão		iogurte de Morango	
12	Quinta-feira	FERIADO (Dia de Nossa Senhora Aparecida)							
13	Sexta-feira	PONTE FERIADO							
16	Segunda-feira	Pão Francês com Requeijão + Leite com Chocolate em pó		Arroz + Feijão + Frango com Legumes + Salada de Pepino				Bolacha de Maisena + Leite com Açúcar Queimado	
17	Terça-feira	Pão Francês com Manteiga + Vitamina de Leite com Banana		Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Almeirão		Abacaxi		Maçã + iogurte de Salada de Frutas	
18	Quarta-feira	FERIADO (Aniversário da Cidade)							
19	Quinta-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Chocolate em pó		Arroz + Strogonoff de Carne Bovina + Farofa de Legumes		-		Salada de Frutas (Maçã, Mamão e Laranja)	

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

Bruna Quaranta
Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Tamihão Folcomi
Fabiana Tamihão Folcomi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cuzinha Piloto
Rua Epitácio 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

ESCOLAS: 14: Professora Dolores Belém Novais

20	Sexta-feira	Pão Francês com Pernil Desfiado + Limonada	Arroz + Feijão + Carne Moída com Cabotia + Salada de Acelga	Laranja	Vitamina de Leite com Banana.
23	Segunda-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Chocolate em pó	Arroz + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Polenta	-	Vitamina de Leite com Maçã
24	Terça-feira	Pão Francês com Carne Moída + Suco de Caju	Arroz com Cenoura + Feijão + Carne Iscas Acebolada com Tomate + Salada de Alface	Banana	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + logurte de Salada de Frutas
25	Quarta-feira	Pão Francês com Patê de Frango + Suco de Melancia	Arroz + Feijão + Salsicha ao Molho com Batata + Salada de Rúcula	-	Salada de Frutas (Mamão, Banana, Abacaxi)
26	Quinta-feira	Pão Francês com Requeijão + Suco de Abacaxi	Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Cenoura (ralada)	Melancia	Bolacha de Malsena + Limonada
27	Sexta-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Açúcar Queimado	Arroz temperado com Pernil + Feijão + Salada de Repolho	-	Melão
30	Segunda-feira	Pão Francês com Requeijão + Leite com Chocolate em pó	Arroz + Feijão + Frango Primavera + Salada de Pepino		Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Laranja
31	Terça-feira	Pão Francês com Manteiga + Leite com Açúcar Queimado	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Mandioca + Salada de Couve com Tomate	Laranja	Banana + logurte de Salada de Frutas.

Observações:

- Os dias de oferta das frutas podem ser trocados caso a fruta não esteja madura ou esteja muito madura, mas 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.
- Os sucos e as vitaminas devem ser servidos gelados (colocar as frutas e/ou o leite para gelar no dia anterior).

O CARDÁPIO PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES COM AUTORIZAÇÃO PRÉVIA DA NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL

Proibida a alteração sem autorização da nutricionista

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

Bruna Quaranta
Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Taminhão Folconi
Fabiana Taminhão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524

