



SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

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

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Creches e Ensino Infantil (período parcial e integral) – OUTUBRO/2024

SEM LACTOSE SEM OVO

ESCOLAS: EMII Professora Sandra Mara Malvas

OUTUBRO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	LANCHE DA TARDE	JANTAR	FRUTA (SOBREMESA)
01	Terça-feira Mingau de leite sem lactose com Farinha de Aveia com Maçã Picada	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Salada de Cenoura Ralada	Mingau de leite sem lactose com Amido de Milho com Banana Picada	Arroz + Feijão + Pernil com Batata + Salada de Vinagrete	Melancia
02	Quarta-feira Pão Francês + Suco de Uva (concentrado)	Arroz + Feijão + Frango Iscas com Legumes + Salada de Almeirão	Pão Francês + Suco de Acerola (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Moída com Mandioca + Salada de Tomate	Mamão
03	Quinta-feira Pão Francês + Suco de Maçã (natural da fruta)	Arroz + Feijão + Pernil Acebolado + Cenoura com Vagem <i>Sauté</i> + Salada de Vinagrete	Pão Francês + Suco de Caju (concentrado)	Arroz + Feijão + Frango Iscas com Tomate + Salada de Chuchu Cozido	Abacaxi
04	Sexta-feira Pão Mini <i>Hot-Dog</i> + Suco de Maracujá (concentrado)	Arroz + Purê de Batata + Carne Moída ao Molho + Salada de Couve	Pão Mini <i>Hot-Dog</i> + Suco de Melancia (natural da fruta)	Arroz + Feijão + Carne Iscas Acebolada + Abobrinha Refogada <i>(preparar na escola)</i>	Banana
07	Segunda-feira Pão Francês + Suco de Acerola (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Iscas Acebolada + Salada de Pepino	Pão Francês + Suco de Maracujá (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Moída com Batata + Salada de Pepino	Melão
08	Terça-feira Pão Mini <i>Hot-Dog</i> + Vitamina de Leite sem Lactose com Banana	Arroz + Feijão Preto Temperado com Pernil + Salada de Alface	Pão Mini <i>Hot-Dog</i> + Suco de Acerola (concentrado)	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Acelga	Banana
09	Quarta-feira Pão Francês + Vitamina de Leite sem Lactose com Frutas (Banana e Mamão)	Arroz + Coxa e Sobrecoxa de Frango com Tomate + Creme de Milho + Salada de Acelga	Pão Francês + Suco de Uva (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Iscas Desfiada com Cebola, Tomate e Pimentão + Salada de Acelga	Abacaxi
10	Quinta-feira Pão Francês + Suco de Caju (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Tomate	Pão Francês + Vitamina de Leite sem Lactose com Maçã	Arroz + Feijão + Pernil com Legumes + Salada de Tomate	Maçã

Nádia I. R. Maronesi

Nádia I. R. Maronesi

Nutricionista RT - CRN 3-52172

Bruna Quaranta

Bruna Quaranta

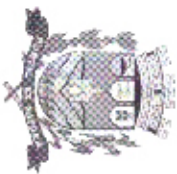
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Taminhão Folconi

Fabiana Taminhão Folconi

Nutricionista - CRN 3-40524





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

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Creches e Ensino Infantil (período parcial e integral) – OUTUBRO/2024 SEM LACTOSE SEM OVO

ESCOLAS: EMEI Professora Sandra Mara Malvas

11	Sexta-feira	Mingau de Leite sem Lactose com Amido de Milho com Maçã Picada	Cachorro-Quente (Pão Mini Hot-Dog com Carne Moída) + Suco de Abacaxi (concentrado) + Doces (sem açúcar)	Mingau de Leite sem Lactose com Farinha de Aveia com Mamão Picado	Cachorro-Quente (Pão Mini Hot-Dog com Carne Moída) + Suco de Abacaxi (concentrado) + Doces (sem açúcar) *	Melancia
14	Segunda-feira	Pão Francês + Suco de Acerola (concentrado)	Arroz + Feijão + Frango Primavera + Salada de Couve	Pão Francês + Vitamina de Leite sem Lactose com Maçã	Arroz + Feijão + Carne Moída com Batata Doce + Salada de Acelga	Banana
15	Terça-feira	Mingau de Leite sem Lactose com Farinha de Aveia com Mamão Picado	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Mandioca + Salada de Repolho	Mingau de Leite sem Lactose com Amido de Milho com Banana Picada	Galinhadinha + Feijão + Salada de Almeirão	Melancia
16	Quarta-feira	Pão Francês + Vitamina de Leite sem Lactose com Maçã	Arroz + Feijão + Pernil Acebolado + Legumes Souré + Salada de Alfaca	Pão Francês + Suco de Abacaxi (concentrado)	Sopa de Macarrão com legumes e Carne Desfiada	Melão
17	Quinta-feira	Pão Francês + Vitamina de Leite sem Lactose com Banana	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Pepino	Pão Francês + Suco de Maracujá (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Legumes + Salada de Repolho	Laranja
18	Sexta-feira	FERIADO (Aniversário da Cidade)				
21	Segunda-feira	Pão Francês + Suco de Acerola (concentrado)	Arroz + Feijão + Coxa e Sobrecoxa de Frango com Batata + Salada de Repolho	Pão Francês + Suco de Abacaxi (concentrado)	Arroz + Feijão + Pernil Acebolado com Tomate + Salada de Pepino	Melão
22	Terça-feira	Mingau de Leite sem Lactose com Amido de Milho com Banana Picada	Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes + Salada de Vinagrete	Mingau de Leite sem Lactose com Farinha de Aveia com Mamão Picado	Arroz + Feijão + Frango Cremoso + Salada de Alfaca	Abacaxi
23	Quarta-feira	Pão Francês + Suco de Uva (concentrado)	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Salada de Almeirão	Pão Francês + Vitamina de Leite sem Lactose com Maçã	Arroz + Feijão + Carne Iscas com Mandioca + Salada de Tomate	Maçã

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
Cozinha Piloto
Rua Elpidio Vicente, 600, Centro - CEP 14.180-000 - Pontal/SP - fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Municipais de Pontal Creches e Ensino Infantil (período parcial e integral) – OUTUBRO/2024

SEM LACTOSE SEM OVO

ESCOLAS: I.M.E.I Professora Sandra Mara Malvas

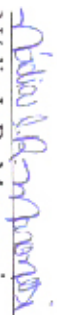
24	Quinta-feira	Pão Francês + Vitamina de leite sem lactose com Mamão	Macarrão ao Molho Rosé com Frango + Salada de Alface	Pão Francês + Suco de Melancia (natural da fruta)	Arroz + Feijão + Frango lscas Acebolado + Salada de Tomate	Banana
25	Sexta-feira	Pão Mini <i>Hot-Dog</i> + Suco de Maracujá (concentrado)	Arroz + Feijão + Lombinho Suíno ao Molho Madeira + Salada de Acelga	Pão Mini <i>Hot-Dog</i> + Vitamina de leite sem lactose com Banana	Sopa de Fubá com Carne Moída	Melancia
28	Segunda-feira	PONTO FACULTATIVO (Dia do Servidor Público)				
29	Terça-feira	Mingau de leite sem lactose com Farinha de Aveia com Maçã Picada	Arroz + Feijão + Carne Moída com Batata + Salada de Pepino	Mingau de leite sem lactose com Amido de Milho com Mamão Picado	Arroz + Escondidinho de Frango + Salada de Repolho	Laranja
30	Quarta-feira	Pão Francês + Suco de Uva Integral	Arroz com Cenoura + Feijão + Pernil Acebolado + Salada de Vinagrete	Pão Francês + Vitamina de leite sem lactose com Maçã	Arroz + Feijão + Carne lscas Desfiada com Tomate + Legumes <i>Sauté</i>	Banana
31	Quinta-feira	Pão Francês + Vitamina de leite sem lactose com Banana	Arroz + Feijão + Fricassê de Frango + Salada de Rúcula	Pão Francês + Suco de Uva Integral	Arroz + Feijão + Carne lscas com Legumes + Salada de Couve	Melão
01	Sexta-feira	Pão Mini <i>Hot-Dog</i> + Suco de Caju (concentrado)	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Alface	Pão Mini <i>Hot-Dog</i> + Suco de Limão (natural da fruta)	Arroz + Feijão + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Salada de Beterraba Cozida	Melancia

Observações:

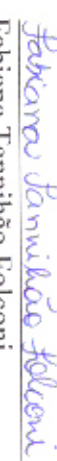
- Os dias de oferta das frutas podem ser trocados, caso a fruta não esteja madura ou esteja muito madura, porém todas as frutas deverão ser servidas durante a semana.
- Caso sobrem verduras e/ou frutas no dia em que foram servidas, as mesmas podem ser oferecidas em outro dia da semana, de forma a não sobrar estoque e não desperdiçar alimentos.
- NÃO ADICIONAR AÇÚCAR em nenhuma preparação (leite sem lactose sem lactose, sucos, vitaminas, bolos, etc).

* PARA O PERÍODO INTEGRAL, OFERTAR SOPA DE MACARRÃO E LEGUMES NO PERÍODO DA TARDE.

O CARDÁPIO PODERÁ SOFRER ALTERAÇÕES COM AUTORIZAÇÃO PRÉVIA DA NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL. Proibida a alteração sem autorização da nutricionista.


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


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Tannihão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524

