



SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cantinho Pírate
Rua Epitácio Viscelli, 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_3refeições) – FEVEREIRO/2025 DIABETES MELLITUS

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novas

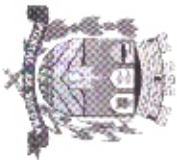
FEVEREIRO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	FRUTA (SOBREMESA)	LANCHE DA TARDE
03 Segunda-feira	Pão Integral com Ovo Mexido + Suco de Caju (concentrado)	Arroz Integral com Cenoura + Feijão + Pernil Acebolado com Tomate		Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Acerola (concentrado)
04 Terça-feira	Cereal Matinal com Leite com Achocolatado em <i>Pó Diet</i>	Arroz Integral + Feijão + Salsicha ao Molho + Salada de Acelga	Abacaxi	Pão Integral com Frango Desfiado + Suco de Limão (natural da fruta)
05 Quarta-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Abacaxi (concentrado)	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Cenoura + Salada de Alface		Salada de Frutas (Maçã, Banana, Laranja)
06 Quinta-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Maracujá (concentrado)	Arroz Integral com Açafrão + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Chuchu com Molho Branco (com queijo muçarela) + Salada de Pepino	Maçã	iogurte de Morango Zero Açúcar
07 Sexta-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite com Achocolatado em <i>Pó Diet</i>	Arroz Integral + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Salada de Tomate	Laranja	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Caju (concentrado)
10 Segunda-feira	Pão Integral com Manteiga + Vitamina de Leite com Banana e Aveia	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Pimentão, Cenoura e Milho Verde		Bolo sem Açúcar + Suco de Acerola (concentrado)
11 Terça-feira	Pão Integral com Requeijão + Leite com Achocolatado em <i>Pó Diet</i>	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Alface	Banana	Pão Integral com Manteiga + Suco de Maracujá (concentrado)
12 Quarta-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Abacaxi (concentrado)	Arroz Integral + Feijão + Lombinho Suíno ao Molho Madeira + Salada de Repolho	Abacaxi	Vitamina de Leite com Maçã
13 Quinta-feira	Cereal Matinal com iogurte de Morango Zero Açúcar	Arroz Integral + Estrogonofe de Frango + Legumes Cozidos + Salada de Rúcula	Mamão	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Leite com Achocolatado em <i>Pó Diet</i>
14 Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Caju (concentrado)	Arroz Integral + Feijão Preto com Pernil + Salada de Tomate		Melancia

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

Bruna Quaranta
Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Tannião Folcomi
Fabiana Tannião Folcomi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL
Cozinha Piloto
Rua Hipólito 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_3refeições) – FEVEREIRO/2025 DIABETES MELLITUS

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novais

17	Segunda-feira	Pão Integral com Requeijão + Suco de Melão (natural da fruta)	Arroz Integral + Feijão + Fricassê de Frango (Frango e Milho Verde)		Leite com Achocolatado em Pó Diet
18	Terça-feira	Cereal Matinal com Leite	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas Acebolada + Salada de Chuchu Cozido	Melancia	Pão Integral com Ovo Mexido + Suco de Caju (concentrado)
19	Quarta-feira	Pão Francês com Requeijão + Iogurte de Morango Diet	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Repolho	Banana	Torta de Frango + Suco de Maracujá (concentrado)
20	Quinta-feira	Pão Integral com Carne Moída + Suco de Caju (concentrado)	Arroz Integral + Coxinha de Frango (com osso) ao Molho + Legumes Cozidos + Salada de Pepino	Melão	Bolacha Cream Cracker + Leite com Achocolatado em Pó Diet
21	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Acerola (concentrado)	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Cenoura, Vagem e Azeitona + Salada de Vinagrete		Salada de Frutas (Banana, Maçã, Mamão)
24	Segunda-feira	Pão Integral com Manteiga + Leite com Achocolatado em Pó Diet	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Legumes		Pão de Queijo + Suco de Abacaxi (concentrado)
25	Terça-feira	Cereal Matinal com Leite	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Rúcula	Banana	Bolacha Cream Cracker + Iogurte de Morango Zero Açúcar
26	Quarta-feira	Pão Integral com Manteiga + Leite com Achocolatado em Pó Diet	Arroz Integral + Feijão + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Salada de Alfafa	Melão	Vitamina de Leite com Maçã e Aveia
27	Quinta-feira	Pão Integral com Ovo Mexido + Suco de Maracujá (concentrado)	Arroz Integral + Creme de Milho + Carnes Iscas com Tomate + Legumes Sauté		Abacaxi
28	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Abacaxi (concentrado)	Arroz Integral + Feijão + Lombinho Suíno Acebolado + Salada de Acelga	Laranja	Bolacha Maisena + Leite com Achocolatado em Pó Diet

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


Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Tammihão Folconi
Nutricionista - CRN 3-40524

