

SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

Cozinha Piloto

Rua Epitácio Vicente, 600, Centro - CEP: 14.180-200 - Pontal/SP - Fone: (16) 3953-1875

Cardápio das Escolas Estaduais de Pontal Ensino Fundamental e Ensino Médio (Período Integral Integral_Brefeições) – MARÇO/2025 DIABETES MELLITUS

ESCOLAS: EE Professora Dolores Belém Novas

MARÇO	LANCHE DA MANHÃ	ALMOÇO	FRUTA (SOBREMESA)	LANCHE DA TARDE
03	Segunda-feira	Ponto Facultativo (Carnaval)		
04	Terça-feira	Ponto Facultativo (Carnaval)		
05	Quarta-feira	Arroz Integral + Feijão + Carne Moída com Cenoura + Legumes cozidos		Cereal Matinal com Leite
06	Quinta-feira	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	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	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Pimentão, Cenoura e Milho Verde		Pão Integral com Pernil Desfiado + Suco de Acerola (concentrado)
11	Terça-feira	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Alface	Banana	Pão Integral com Manteiga + Suco de Maracujá (concentrado)
12	Quarta-feira	Arroz Integral + Feijão + Lombrinho Suíno ao Molho Madeira + Salada de Repolho	Abacaxi	Vitamina de Leite com Maçã
13	Quinta-feira	Arroz Integral + Estrogonofe de Frango + Legumes Cozidos + Salada de Rúcula	Mamão	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Leite com Açoçolado em <i>Pó Diet</i>
14	Sexta-feira	Arroz Integral + Feijão Preto com Pernil + Salada de Tomate		Melancia
17	Segunda-feira	Arroz Integral + Feijão + Fricassê de Frango (Frango e Milho Verde)		Leite com Açoçolado em <i>Pó Diet</i>
18	Terça-feira	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas Acebolada + Salada de Chuchu Cozido	Melancia	Pão Integral com Ovo Mexido + Suco de Caju (concentrado)

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

Bruna Quaranta
Bruna Quaranta
Nutricionista - CRN 3-38330

Fabiana Taminhão Folcomi
Fabiana Taminhão Folcomi
Nutricionista - CRN 3-40524





SECRETARIA MUNICIPAL DE ENSINO DE PONTAL

Corizinho Priato

Rua Epitácio Pessoa, 600, Centro - CEP 14.180-200 - Pontal/SP - Fone: (16) 3955-1875

Cardápio das Escolas Estaduais de Pontal Ensino Médio (período Integral_3refeições) – MARÇO/2025 DIABETES MELLITUS

ESCOLAS: 11: Professora Dolores Belém Novais

19	Quarta-feira	Pão Francês com Requeijão + Iogurte de Morango <i>Diet</i>	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Repolho	Banana	Pão Integral com Frango Desfiado + 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 <i>Cream Cracker</i> + Leite com Achocolatado em <i>Pó Diet</i>
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 <i>Pó Diet</i>	Arroz Integral + Feijão + Carne Iscas com Legumes		Pão Integral com Pirlé Desfiado + Suco de Abacaxi (concentrado)
25	Terça-feira	Cereal Matinal com Leite	Macarrão com Carne Moída ao Molho + Salada de Rúcula	Banana	Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Iogurte de Morango Zero Açúcar
26	Quarta-feira	Pão Integral com Manteiga + Leite com Achocolatado em <i>Pó Diet</i>	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 <i>Sauté</i>		Abacaxi
28	Sexta-feira	Pão Integral com Manteiga + Suco de Abacaxi (concentrado)	Arroz Integral + Feijão + Lombrinho Suíno Acebolado + Salada de Acelga	Laranja	Bolacha Maysena + Leite com Achocolatado em <i>Pó Diet</i>
31	Segunda-feira	Pão Francês com Ovo Mexido + Suco de Caju (concentrado)	Arroz com Cenoura + Feijão + Perril Acebolado com Tomate		Bolacha <i>Cream Cracker</i> + Suco de Acerola (concentrado)

Observações:

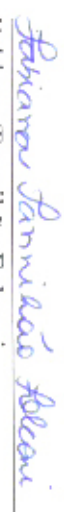
- Os dias de oferta das frutas podem ser trocados, caso a fruta não esteja madura ou esteja muito madura, porém todas as frutas deverão ser servidas durante a semana.
 - Caso sobreem verduras e/ou frutas no dia em que foram servidas, as mesmas podem ser oferecidas em outro dia da semana, de forma a não 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 R.T. - CRN 3-52172


Bruna Quaranta

Nutricionista - CRN 3-38330


Fabiana Tannihão Folcomi

Nutricionista - CRN 3-40524

