

**Cardápio das Escolas Estaduais de Pontal**  
**Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA (período parcial\_1 refeição) – OUTUBRO/2023**

ESCOLAS: EE Professor Basílio Rodrigues da Silva - EE Professora Josepha Castro - EE Professora Dolores Martins de Castro - EE Professora Yolanda Luiz Stiehlert

| OUTUBRO |               | ALMOÇO                                                                    |  | JANTAR                                                                    |  | FRUITA<br>(SOBREMESA) |
|---------|---------------|---------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------|
| 02      | Segunda-feira | Arroz + Feijão + Frango Cremoso com Legumes                               |  | Arroz + Feijão + Frango Cremoso com Legumes                               |  |                       |
| 03      | Terça-feira   | Arroz + Feijão Preto com Pernil + Farofa de Legumes + Salada de Vinagrete |  | Arroz + Feijão Preto com Pernil + Farofa de Legumes + Salada de Vinagrete |  | Maçã                  |
| 04      | Quarta-feira  | Macarrão com Carne Moída ao Molho                                         |  | Macarrão com Carne Moída ao Molho                                         |  |                       |
| 05      | Quinta-feira  | Arroz + Feijão + Carne Iscas + Purê de Cabotia + Salada de Alface         |  | Arroz + Feijão + Carne Iscas + Purê de Cabotia + Salada de Alface         |  | Melancia              |
| 06      | Sexta-feira   | Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes                                  |  | Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes                                  |  |                       |
| 09      | Segunda-feira | Arroz + Feijão + Frango Primavera                                         |  | Arroz + Feijão + Frango Primavera                                         |  |                       |
| 10      | Terça-feira   | Cachorro-quente + Suco de Abacaxi + Doces                                 |  | Cachorro-quente + Suco de Abacaxi + Doces                                 |  | Banana                |
| 11      | Quarta-feira  | Arroz + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Salada de Acelga                |  | Arroz + Feijão + Carne Iscas com Tomate + Salada de Acelga                |  |                       |
| 12      | Quinta-feira  | FERIADO (Dia de Nossa Senhora Aparecida)                                  |  | FERIADO (Dia de Nossa Senhora Aparecida)                                  |  |                       |
| 13      | Sexta-feira   | PONTE FERIADO                                                             |  | PONTE FERIADO                                                             |  |                       |
| 16      | Segunda-feira | Arroz + Feijão + Frango com Legumes                                       |  | Arroz + Feijão + Frango com Legumes                                       |  |                       |
| 17      | Terça-feira   | Macarrão com Carne Moída ao Molho                                         |  | Macarrão com Carne Moída ao Molho                                         |  | Abacaxi               |
| 18      | Quarta-feira  | FERIADO (Aniversário da Cidade)                                           |  | FERIADO (Aniversário da Cidade)                                           |  |                       |
| 19      | Quinta-feira  | Arroz + Strogonoff de Carne Bovina + Farofa de Legumes                    |  | Arroz + Strogonoff de Carne Bovina + Farofa de Legumes                    |  | Laranja               |
| 20      | Sexta-feira   | Arroz + Feijão + Carne Moída com Cabotia                                  |  | Arroz + Feijão + Carne Moída com Cabotia                                  |  |                       |
| 23      | Segunda-feira | Arroz + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Polenta                     |  | Arroz + Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho + Polenta                     |  |                       |
| 24      | Terça-feira   | Arroz com Cenoura + Feijão + Carne Iscas Acebolada com Tomate             |  | Arroz com Cenoura + Feijão + Carne Iscas Acebolada com Tomate             |  | Banana                |
| 25      | Quarta-feira  | Arroz + Feijão + Salsicha ao Molho com Batata + Salada de Rúcula          |  | Arroz + Feijão + Salsicha ao Molho com Batata + Salada de Rúcula          |  |                       |
| 26      | Quinta-feira  | Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes                                  |  | Arroz + Feijão + Carne Moída com Legumes                                  |  | Melancia              |
| 27      | Sexta-feira   | Arroz temperado com Pernil + Feijão + Salada de Repolho                   |  | Arroz temperado com Pernil + Feijão + Salada de Repolho                   |  |                       |

*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





## Cardápio das Escolas Estaduais de Pontal Ensino Médio e EJA (período parcial\_1 refeição) – OUTUBRO/2023

ESCOLAS: EE Professor Basílio Rodrigues da Silva - EE Professora Josepha Castro - EE Professora Dolores Martins de Castro - EE Professora Yolanda Luiz Stelieri

| 30 | Segunda-feira | Arroz + Feijão + Frango Primavera         | Arroz + Feijão + Frango Primavera         | Abacaxi |
|----|---------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------|---------|
| 31 | Terça-feira   | Arroz + Feijão + Carne Iscas com Mandioca | Arroz + Feijão + Carne Iscas com Mandioca |         |

### 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.
- 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 Taminhão Folconi

Nutricionista - CRN 3-40524

