



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DAS UNIDADES ESCOLARES - TURNO: INTEGRAL

MODELO 4

REFEIÇÕES	Segunda-feira - 24/06	Terça-feira - 25/06	Quarta-feira - 26/06	Quinta-feira - 27/06	Sexta-feira - 28/06
Desjejum	Biscoito cream cracker + Leite com cacau	Mingau de aveia	Biscoito cream cracker + Café com leite	Mingau de amido com cacau	Vitamina de banana com mamão
Colação	Banana	Tangerina	Melancia	Banana	Suco de maracujá
Almoço	Ovos cozidos, salada de chuchu com cenoura, arroz e feijão	Risoto de frango, abobrinha refogada e feijão	Picadinho de carne, purê de inhame, salada de alface, arroz e feijão	Macarrão com frango desfiado ao molho, abóbora refogada e feijão	Frango ensopado, salada de tomate, arroz e feijão
Lanche 1	Melancia	Suco de maracujá	Mamão	Maçã	Tangerina
Lanche 2	Mingau de aveia	Biscoito cream cracker + Leite com cacau	Mingau de amido com cacau	Vitamina de banana com mamão	Biscoito cream cracker + Café com leite
Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g) 10 a 15%	LIP (g) 15 a 30%	CHO (g) 55 a 65%	
	1586	68 g 17%	44 g 25%	236 g 59%	

Equipe de cardápios e fichas técnicas – Responsável técnica: Joana da Silva Costa - CRN: 08100465

*Cardápio sujeito a alterações devido a entrega e disponibilidade dos gêneros, podendo ser utilizada a lista de substituições