



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DAS UNIDADES ESCOLARES - TURNO: MANHÃ

MODELO 5

REFEIÇÕES	Segunda-feira - 04/11	Terça-feira - 05/11	Quarta-feira - 06/11	Quinta-feira - 07/11	Sexta-feira - 08/11
<b>Desjejum</b>	Mingau de aveia	Biscoito cream cracker + Leite com cacau	Mingau de fubá	Vitamina de abacate	Biscoito maisena + Leite com cacau
<b>Colação</b>	Banana	Melancia	Laranja	Mamão	Banana
<b>Almoço</b>	Ovo mexido, abobrinha refogada, salada de alface com tomate, arroz e feijão	Picadinho de frango acebolado, couve refogada, salada de beterraba, arroz e feijão	Macarrão à bolonhesa, cenoura refogada, salada de brócolis, feijão	Risoto de frango, abóbora refogada, feijão	Carne em cubos, batata sautê, chuchu refogado, arroz e feijão
<b>Sobremesa</b>	Mamão	Maçã	Banana	Melancia	Laranja
<b>Composição nutricional (média semanal)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>PTN (g)</b> 10 a 15%	<b>LIP (g)</b> 15 a 30%	<b>CHO (g)</b> 55 a 65%	
	1168	50g 17%	31g 24%	176g 60%	

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