



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DAS UNIDADES ESCOLARES - TURNO: TARDE

MODELO 2

REFEIÇÕES	Segunda-feira - 02/12	Terça-feira - 03/12	Quarta-feira - 04/12	Quinta-feira - 05/12	Sexta-feira - 06/12
<b>Almoço</b>	Omelete de forno com abobrinha, purê de inhame, arroz e feijão	Escondidinho de frango com batata doce, salada de alface, arroz e feijão	Frango em cubos, couve refogada, polenta, arroz e feijão	Carne moída, abóbora cozida, macarrão ao alho e óleo e feijão	Frango picadinho, aipim sautê, farofa, arroz e feijão
<b>Sobremesa</b>	Banana	Melancia	Laranja	Mamão	Melancia
<b>Lanche 1</b>	Maçã	Mamão	Banana	Maçã	Banana
<b>Lanche 2</b>	Biscoito de maisena + Leite com cacau	Mingau de amido	Biscoito cream cracker + Leite com cacau	Mingau de fubá	Vitamina de abacate + Biscoito cream cracker
<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%
		1286	49g 15%	32g 23%	206g 64%

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