



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DAS UNIDADES ESCOLARES - TURNO: TARDE

MODELO 3

REFEIÇÕES	Segunda-feira - 21/10	Terça-feira - 22/10	Quarta-feira - 23/10	Quinta-feira - 24/10	Sexta-feira - 25/10
<b>Almoço</b>	Ovos mexidos, salada de alface, beterraba cozida, arroz e feijão	Estrogonofe de frango, batata doce corada, salada de brócolis, arroz e feijão	Carne moída refogada, cenoura refogada, salada de tomate, macarrão ao alho e óleo e feijão	Frango em cubos, chuchu refogado, farofa, arroz e feijão	Picadinho de carne, repolho refogado, arroz e feijão
<b>Sobremesa</b>	Suco de limão	Mamão	Suco de maracujá	Suco de limão	Melancia
<b>Lanche 1</b>	Banana	Melancia	Laranja	Mamão	Laranja
<b>Lanche 2</b>	Mingau de amido	Leite com cacau + Biscoito cream cracker	Mingau de amido	Leite com cacau + Biscoito cream cracker	Vitamina de banana
<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%
		1166	48g 16%	31g 24%	176 61%

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