



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DOS CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL - 3º, 4º E 5º PERÍODO

MODELO 6

REFEIÇÕES	Segunda-feira - 18/03	Terça-feira - 19/03	Quarta-feira - 20/03	Quinta-feira - 21/03	Sexta-feira - 22/03				
Desjejum	Mingau de aveia	Vitamina de banana com mamão	Biscoito + Chocolate quente	Mingau de amido	Vitamina de abacate + Biscoito				
Colação	Mamão	Melão	Banana	Maçã	Banana				
Almoço	Ovos mexidos, beterraba cozida, salada de tomate, arroz e feijão	Frango em cubos, purê de batata, salada de repolho, arroz e feijão	Carne moída com cenoura, salada de tomate, macarrão (ao alho e óleo) e feijão	Risoto de frango, abobrinha refogada, feijão	Picadinho de carne, abóbora cozida, salada de chuchu, arroz e feijão				
Lanche	Suco de laranja	Melancia	Melão	Melancia	Laranja				
Jantar	Caldo de abóbora com cheiro verde e músculo desfiado	Sopa de macarrão com legumes (inhame, cenoura, chuchu) e músculo desfiado	Canja (arroz, batata e cenoura) e frango desfiado	Sopa de macarrão com legumes (batata, abóbora, repolho) e músculo desfiado	Creme de aipim com músculo desfiado				
Composição nutricional (média semanal)		Energia (kcal)	PTN (g) 10 a 15%	LIP (g) 15 a 30%	CHO (g) 55 a 65%	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
		984	41g 17%	23g 21%	156g 63%	355,9	3,68	415,4	49,41

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

\*De acordo com a nova resolução do PNAE, nº 06 de 08 de maio de 2020, fica proibida a adição de açúcar nas preparações.

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

\* A consistência dos alimentos deve ser aumentada, gradativamente, a fim de estimular a mastigação, no entanto, todo alimento deve ser ofertado sob supervisão e na consistência compatível com o nível de desenvolvimento e prontidão da criança, o qual a análise deve ser realizada individualmente, uma vez que cada criança possui seu próprio tempo.