



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

MODELO 7

REFEIÇÕES	Segunda-feira - 20/05	Terça-feira - 21/05	Quarta-feira - 22/05	Quinta-feira - 23/05	Sexta-feira - 24/05				
Desjejum	Mingau de aveia	Leite com cacau + Biscoito	Vitamina de banana com maçã	Mingau de fubá	Vitamina colorida (banana, beterraba, aveia)				
Colação	Banana picada	Laranja picada	Manga picada	Melancia picada	Maçã picada				
Almoço	Omelete com abobrinha, cenoura refogada, arroz e feijão	Picadinho de carne, salada de repolho, arroz e feijão	Isca de fígado acebolada, polenta, vagem refogada, arroz e feijão	Frango em cubos, purê de batata doce, salada de chuchu, arroz e feijão	Ensopado de frango com cenoura, abobrinha refogada, arroz e feijão				
Lanche	Tangerina picada	Melancia picada	Mamão picado	Suco de uva	Banana picada				
Jantar	Caldo de aipim com músculo desfiado	Polenta com vagem e carne moída	Sopa de legumes com macarrão (abóbora, inhame, repolho) e frango desfiado	Creme de inhame com músculo desfiado	Canja (batata, cenoura, arroz) e frango desfiado				
Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)		PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)
	1057		10 a 15% 45g 17%	15 a 30% 23g 20%	55 a 65% 171g 64%	405,6	4,1	1305	55

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.