



PREFEITURA DE PETRÓPOLIS
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

UNIDADES ESCOLARES
Substituições para Pequenas Refeições

DESJEJUM (turno da manhã) LANCHE 2 (turno da tarde) LANCHE OPCIONAL (turno da noite)	
1. <u>Bebida à base de LEITE</u>	1.1 <u>Demais bebidas</u>
Leite puro ou Leite com açúcar	Cacau em pó Café torrado moído Canela
com	
COM	
2. <u>Acompanhamentos</u>	2.2. <u>Acompanhamentos</u>
Biscoito tipo cream cracker Biscoito tipo maisena Pipoca Bolos em geral	Bolos em geral Pipoca
OU	
<u>3. <u>Preparações com leite</u></u>	
<i>Alimentos</i> Amido Flocos de aveia Fubá Milho Frutas Abacate	<i>Preparações</i> Mingau Mingau ou vitamina Bolo ou mingau Bolo ou mingau Vitamina Creme
COLAÇÃO (turno da manhã) LANCHE 1 (turno da tarde)	
<u>FRUTA</u>	
<u>In natura</u> <u>Suco</u> <u>Picada</u>	

Obs¹: Ressaltamos que a Lista de substituições é baseada nos gêneros fornecidos atualmente pela Gerência de Alimentação Escolar.

Obs²: Os gêneros acima podem ser substituídos entre si, pois se equivalem nutricionalmente

Rua Quissamã n.º 1.931 – Quissamã – Petrópolis – Tel.: (24) 2246-8693
supervisao.petropolis2024@gmail.com



PREFEITURA DE PETRÓPOLIS
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

UNIDADES ESCOLARES
Substituições para Grandes Refeições

VERDURAS E LEGUMES (GRUPO A E B)		
GRUPO A (5 X NA SEMANA)	GRUPO B (3 X NA SEMANA)	PREPARO
ABOBRINHA ALFACE BRÓCOLIS COUVE COUVE - FLOR ESPINAFRE REPOLHO PEPINO TOMATE	ABÓBORA BETERRABA CENOURA CHUCHU	CRUS COZIDOS REFOGADOS
CARNES E OVOS (PORÇÃO DE 5X NA SEMANA)		
CARNES BRANCAS	CARNE VERMELHA	PREPARO
PEITO DE FRANGO Lombo Suíno OVO DE GALINHA OVO DE GALINHA (substituto das carnes brancas).	PATINHO MOÍDO PATINHO EM CUBOS	ASSADOS, COZIDOS, OU GRElhADOS
GUARNIÇÃO: TUBÉRCULOS OU FARINHAS (1X NA SEMANA)		
TUBÉRCULOS¹	FARINHAS²	PREPARO¹
AIPIM BATATA DOCE BATATA INGLESA INHAME	FARINHA DE MANDIOCA FARINHA DE TRIGO FUBÁ	PURÊS COZIDOS PREPARO² FAROFA BOLO SALGADO POLENTA
ACOMPANHAMENTOS: LEGUMINOSAS E CEREAIS		
LEGUMINOSAS (5X NA SEMANA)	CEREAIS (5X NA SEMANA)	PREPARO
FEIJÃO PRETO	ARROZ PARBOILIZADO (3X NA SEMANA) ARROZ INTEGRAL (1X NA SEMANA) MACARRÃO ESPAGUETE * MACARRÃO PARAFUSO * *Macarrão em geral (1x NA SEMANA)	COZIDOS
SOBREMESA		
FRUTAS (5X NA SEMANA)/ DOCE DE LEITE (1X AO MÊS)		

Obs¹: Ressaltamos que a Lista de substituições é baseada nos gêneros fornecidos atualmente pela Gerência de Alimentação Escolar.

Obs²: Os gêneros acima podem ser substituídos entre si, pois se equivalem nutricionalmente