



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DAS UNIDADES ESCOLARES - TURNO: NOITE (JOVENS E ADULTOS - A PARTIR DE 16 ANOS)

MODELO 3

Horários	REFEIÇÕES	segunda-feira 23/02	terça-feira 24/02	quarta-feira 25/02	quinta-feira 26/02	sexta-feira 27/02
Jantar	Arroz	Macarrão ao alho e óleo	Arroz	Arroz	Arroz	Arroz
	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto	Feijão preto
	Omelete de forno com cenoura	Frango desfiado	Carne moída	Purê de batata doce	Ensopado de frango com cenoura	Frango picadinho
	Brócolis cozido	Salada de alface com tomate	Salada de beterraba	Abobrinha refogada	Abóbora refogada	Abóbora refogada
Sobremesa	Maçã	Laranja	Mamão	Banana	Melão	Melão
Lanche 1	Laranja	Melancia	Maçã	Laranja	Mamão	Mamão
Lanche 2	Vitamina de mamão	Leite com cacau e Biscoito	Mingau de fubá	Café com leite e Biscoito	Smoothie de banana com maracujá	Smoothie de banana com maracujá
(média semanal)		Energia (kcal)	PTN (g) 10 a 15%	LIP (g) 15 a 30%	CHO (g) 55 a 65%	
		1.183	52 g 17%	29 g 22%	180 g 61%	

Equipe de cardápios e fichas técnicas

Responsável técnica: Joana da Silva Costa - CRN: 08100465

Joana Costa
JOANA DA SILVA COSTA
NUTRICIONISTA
CRN 08100465



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

**O espaço para os horários se encontra em branco para que cada unidade o preencha, de acordo com a sua realidade de oferta de refeições.