



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DAS UNIDADES ESCOLARES - TURNO: TARDE

MODELO 7

REFEIÇÕES	Segunda-feira - 20/05	Terça-feira - 21/05	Quarta-feira - 22/05	Quinta-feira - 23/05	Sexta-feira - 24/05
<b>Almoço</b>	Omelete com abobrinha, salada de alface, arroz com cenoura e feijão	Picadinho de carne, salada de beterraba, macarrão ao alho e óleo e feijão	Isca de fígado acebolada, polenta, couve à mineira, arroz e feijão	Lombo em cubos, purê de inhame, salada de chuchu, arroz e feijão	Ensopado de frango com cenoura, abobrinha refogada, arroz e feijão
<b>Sobremesa</b>	Maçã	Tangerina	Laranja	Melancia	Banana
<b>Lanche 1</b>	Banana	Laranja	Melancia	Tangerina	Maçã
<b>Lanche 2</b>	Mingau de aveia	Leite com cacau + Biscoito	Vitamina de mamão + Biscoito	Mingau de fubá	Vitamina colorida (banana, beterraba, aveia)
<b>Composição nutricional (média semanal)</b>		<b>Energia (kcal)</b>	<b>PTN (g)</b> <b>10 a 15%</b>	<b>LIP (g)</b> <b>15 a 30%</b>	<b>CHO (g)</b> <b>55 a 65%</b>
		1296	52g 16%	33g 23%	202g 63%

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