



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DAS UNIDADES ESCOLARES - TURNO: INTEGRAL

MODELO 2

REFEIÇÕES	segunda-feira 25/08	terça-feira 26/08	quarta-feira 27/08	quinta-feira 28/08	sexta-feira 29/08
Desjejum	Biscoito e Vitamina de banana com aveia	Biscoito e Leite com cacau	Mingau de aveia	Mingau de amido	Biscoito e Vitamina colorida (banana, beterraba e aveia)
Colação	Melão	Mamão	Maçã	Melancia	Laranja
Almoço	Arroz Feijão preto Ovos cozidos com cheiro verde Salada de tomate	Arroz Feijão preto Frango picadinho Couve refogada	Risoto de frango com cenoura Milho Feijão preto Salada de brócolis	Arroz Feijão preto Lombo em cubos Beterraba cozida	Arroz Feijão preto Picadinho de frango com chuchu Cenoura cozida
Lanche 1	Laranja	Maçã	Mamão	Suco de maracujá	Melão
Lanche 2	Mingau de amido	Smothie de banana com maracujá	Biscoito e Leite com cacau	Leite com cacau	Mingau de aveia
Composição nutricional (média semanal)		Energia (kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)
		1.429	10 a 15% 57,406 16%	15 a 30% 40,224 25%	55 a 65% 212,154 59%

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.