



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 1

Horários	REFEIÇÕES	segunda-feira 06/04	terça-feira 07/04	quarta-feira 08/04	quinta-feira 09/04	sexta-feira 10/04
	Jantar	Arroz Feijão preto Ovos cozidos com cheiro verde Salada de alface com tomate	Arroz Feijão preto Frango picadinho Salada de chuchu Cenoura refogada	Arroz Feijão preto Carne moída Aipim sauté Salada de pepino	Arroz Feijão preto Isca de frango acebolada Cenoura refogada Salada de tomate	Arroz Feijão preto Lombo em cubos Couve refogada Purê de batata
	Sobremesa	Melancia	Laranja	Banana	Melão	Limonada
	Lanche 1	Banana	Maçã	Melancia	Mamão	Maçã
	Lanche 2	Leite com cacau e Biscoito	Mingau de aveia	Vitamina de abacate e Biscoito	Smothie de banana com maracujá	Mingau de amido
	(média semanal)		Energia (kcal) 1.049	PTN (g) 10 a 15% 44 g 17%	LIP (g) 15 a 30% 29 g 25%	CHO (g) 55 a 65% 155 g 59%

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.