



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DAS UNIDADES ESCOLARES - TURNO: MANHÃ (6 a 18 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
	<b>Desjejum</b>	Vitamina de mamão	Leite com cacau e Biscoito	Mingau de fubá	Leite com cacau e Biscoito	Smoothie de banana com maracujá
	<b>Colação</b>	Laranja	Melancia	Maçã	Laranja	Mamão
	<b>Almoço</b>	Arroz Feijão preto Omelete de forno com cenoura Brócolis cozido	Macarrão ao alho e óleo Feijão preto Frango desfiado Salada de alface com tomate	Arroz Feijão preto Carne moída Purê de batata doce Salada de beterraba	Arroz Feijão preto Ensopado de frango com cenoura Abobrinha refogada	Arroz Feijão preto Frango picadinho Abóbora refogada
	<b>Sobremesa</b>	Maçã	Laranja	Mamão	Banana	Melão
	<b>(média semanal)</b>		<b>Energia (kcal)</b> <b>1.227</b>	<b>PTN (g)</b> <b>10 a 15%</b> <b>54 g</b> <b>17%</b>	<b>LIP (g)</b> <b>15 a 30%</b> <b>31 g</b> <b>23%</b>	<b>CHO (g)</b> <b>55 a 65%</b> <b>187 g</b> <b>61%</b>

Equipe de cardápios e fichas técnicas

Responsável técnica: Joana da Silva Costa - CRN: 08100465

*Joana Costa*  
JOANA DA SILVA COSTA  
NUTRICIONISTA  
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.