



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 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
	Sobremesa	Maçã	Laranja	Mamão	Banana	Melão
	Lanche 1	Laranja	Melancia	Maçã	Laranja	Mamão
	Lanche 2	Vitamina de mamão	Leite com cacau e Biscoito	Mingau de fubá	Café com leite e Biscoito	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.