



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE ENSINO INFANTIL - TURNO: INTEGRAL

MODELO 7

REFEIÇÕES	Segunda-feira - 20/05	Terça-feira - 21/05	Quarta-feira - 22/05	Quinta-feira - 23/05	Sexta-feira - 24/05			
Desjejum	Mingau de aveia	Leite com cacau + Biscoito	Vitamina de banana com maçã	Mingau de fubá	Vitamina colorida (banana, beterraba, aveia)			
Colação	Banana picada	Laranja picada	Mamão picado	Melancia picada	Maçã picada			
Almoço	Omelete com abobrinha, salada de brócolis, arroz com cenoura e feijão	Picadinho de carne, salada de beterraba, arroz e feijão	Isca de fígado acebolada, polenta, vagem refogada, arroz e feijão	Frango em cubos, purê de batata doce, salada de chuchu, arroz e feijão	Ensopado de frango com cenoura, abobrinha refogada, arroz e feijão			
Sobremesa	Tangerina picada	Melancia picada	Tangerina picada	Suco de uva	Banana picada			
Lanche 1	Laranja picada	Banana picada	Melancia picada	Maçã picada	Mamão picado			
Lanche 2	Vitamina colorida (banana, beterraba, aveia)	Mingau de aveia	Leite com cacau + Biscoito	Vitamina de banana com maçã	Mingau de fubá			
Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g) 10 a 15%	LIP (g) 15 a 30%	CHO (g) 55 a 65%	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mcg)
	1139	42g 15%	27g 22%	188g 66%	672	3,9	1367	76

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