



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

OUTUBRO/2022 - MODELO 1

REFEIÇÕES	Segunda-feira 03/10	Terça-feira 04/10	Quarta-feira 05/10	Quinta-feira 06/10	Sexta - feira 07/10			
<b>Desjejum</b>	Biscoito maisena + Chocolate quente	Mingau de amido (canela para finaliza)	Biscoito cream craker + Chocolate quente	Vitamina de fruta com aveia	Bolo de cenoura + Chocolate quente			
<b>Colação</b>	Fruta picada	Fruta picada	Fruta picada	Fruta picada	Fruta picada			
<b>Almoço</b>	Omelete de forno, beterraba ralada, arroz e feijão	Isca de frango acebolada, couve refogada, macarrão (ao sugo) e feijão	Estrogonofe de frango, batata inglesa corada, salada de alface e tomate, arroz e feijão	Frango ensopado com tomate, purê de abóbora, brócolis cozido, arroz e feijão	Picadinho de carne, repolho refogado, salada de tomate, arroz e feijão			
<b>Sobremesa</b>	Limonada	Fruta picada	Suco de maracujá	Fruta picada	Suco de caju			
<b>Composição nutricional (média semanal)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b> 55 a 65%	<b>PTN (g)</b> 10 a 15%	<b>LIP (g)</b> 15 a 30%	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Cálcio (mg)</b>	<b>Ferro (mg)</b>
	557	84g 66%	22g 15%	16g 22%	119	18,81	238	2,06

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