



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DAS UNIDADES ESCOLARES - TURNO: INTEGRAL

MODELO 4

REFEIÇÕES	Segunda-feira - 28/10	Terça-feira - 29/10	Quarta-feira - 30/10	Quinta-feira - 31/10	Sexta-feira - 01/11
Desjejum	FERIADO	Leite com cacau + Biscoito cream cracker	Vitamina de banana + Biscoito maisena	Mingau de amido + Biscoito cream cracker	Vitamina de abacate + Biscoito maisena
Colação		Banana	Mamão	Banana	Melancia
Almoço		Omelete de forno com cenoura, salada de alface com tomate, arroz e feijão	Carne moída refogada, purê de abóbora, couve refogada, arroz e feijão	Estrogonofe de frango, batata corada, salada de brócolis, arroz e feijão	Lombo assado, abobrinha refogada, salada de couve-flor, arroz e feijão
Lanche 1		Melancia	Suco de limão	Laranja	Suco de maracujá
Lanche 2		Mingau de Fubá	Leite com cacau + Biscoito cream cracker	Mingau de amido	Leite com cacau + Biscoito maisena
Composição nutricional (média semanal)		Energia (kcal) 1761,41	PTN (g) 10 a 15% 65,14g 15%	LIP (g) 15 a 30% 53,20g 27%	CHO (g) 55 a 65% 260,85g 59%

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