



PREFEITURA MUNICIPAL DE PETRÓPOLIS
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PADRONIZADO DOS CENTROS DE EDUCAÇÃO INFANTIL - 3º, 4º E 5º PERÍODO

MODELO 2

REFEIÇÕES	Segunda-feira - 02/12	Terça-feira - 03/12	Quarta-feira - 04/12	Quinta-feira - 05/12		Sexta-feira - 06/12			
Desjejum	Biscoito + Leite com cacau	Mingau de amido	Biscoito + Leite com cacau	Mingau de fubá		Vitamina de abacate			
Colação	Maçã picada	Mamão picado	Banana picada	Maçã picada		Banana picada			
Almoço	Omelete de forno com abobrinha, cenoura cozida, arroz e feijão	Escondidinho de frango com batata doce, salada de brócolis, arroz e feijão	Frango em cubos, espinafre refogado, polenta, arroz e feijão	Carne moída, abóbora cozida, macarrão ao alho e óleo e feijão		Frango picadinho, salada de chuchu, arroz e feijão			
Lanche	Banana picada	Melancia picada	Maçã picada	Mamão picado		Melancia picada			
Jantar	Canja (batata doce, cenoura e chuchu) e frango desfiado	Caldo de aipim com frango desfiado	Sopa de macarrão com legumes (abóbora, cenoura, espinafre) e frango desfiado	Creme de inhame com músculo desfiado		Caldo de abóbora com frango desfiado			
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)
		988	39g 16%	22,6g 21%	160g 64%	249	5,5	436	78

Equipe de cardápios e fichas técnicas – Responsável técnica: Joana da Silva Costa - CRN: 08100465

*De acordo com a nova resolução do PNAE, nº 06 de 08 de maio de 2020, fica proibida a adição de açúcar nas preparações.

*Cardápio sujeito a alterações devido a entrega e disponibilidade dos gêneros, podendo ser utilizada a lista de substituições

* A consistência dos alimentos deve ser aumentada, gradativamente, a fim de estimular a mastigação, no entanto, todo alimento deve ser ofertado sob supervisão e na consistência compatível com o nível de desenvolvimento e prontidão da criança, o qual a análise deve ser realizada individualmente, uma vez que cada criança possui seu próprio tempo.