



CARDÁPIO DAAA/CENUT Nº 02 AG. 01 /2017

A Diretoria Técnica do DAAA, no uso de suas atribuições, comunica aos Senhores Dirigentes Regionais de Ensino, Supervisores e Diretores de Escolas do Sistema Centralizado de Alimentação Escolar, o Cardápio para o PRIMEIRO ciclo de distribuição de 2017, modalidades PADRÃO, MAIS EDUCAÇÃO REFEIÇÃO, ETEC REFEIÇÃO, LOTE 2.

CARDÁPIO PARA O 1º CICLO / 2017  
AGRUPAMENTO 1

Apiai, Caietés, Carapicuíba, Centro Oeste, Itapevi, José Bonifácio, Mirante do Paranapanema, Osasco e São José do Rio Preto.

Semanas	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
1	Data	02/fev		03/fev		
	Padrão				Arroz Feijão Peito de frango (pouch) acebolado	Macarrão ao sugo com Atum Fruta
	Item do enriquecimento					Fruta
		kcal 357 Prot 13,73g Lip 11,82g CHO 48,72g Fibras 4,85g Vit A 9,79g Vit C 1,58mg Ca 34,25mg Fe 2,48mg Mg 63,75mg Zn 1,16mg	kcal 358 Prot 14,46g Lip 6,32g CHO 60,79g Fibras 2,45g Vit A 19,91g Vit C 7,80g Ca 66,91g Fe 8,64g Mg 298 Zn 17,37g Ca 5,39g Fe 48,24g Mg 3,32g Zn 362 Ca 15,89g Fe 14,74g Mg 41,84g Zn 1,96mg	kcal 416 Prot 19,91g Lip 7,80g CHO 66,91g Fibras 8,64g Vit A 19,91g Vit C 7,80g Ca 66,91g Fe 8,64g Mg 298 Zn 17,37g Ca 5,39g Fe 48,24g Mg 3,32g Zn 362 Ca 15,89g Fe 14,74g Mg 41,84g Zn 1,96mg	kcal 441 Prot 15,33g Lip 23,62g CHO 42,83g Fibras 1,41g Vit A 15,33g Vit C 23,62g Ca 42,83g Fe 1,41g Mg 80mg Zn 20,63mg Ca 4,90mg Fe 43,14mg Mg 1,31mg Zn 80,15mg Ca 3,90mg Fe 3,13mg Mg 4,50mg Zn 0,09mg	kcal 362 Prot 15,89g Lip 14,74g CHO 41,84g Fibras 1,96mg Vit A 15,89g Vit C 12,19g Ca 45,38g Fe 3g Mg 4,50mg Zn 0,09mg
2	Data	06/fev		08/fev		
	Padrão	Arroz Feijão Ovos Mexidos Sugestão: Salada de Beterraba	Arroz mineiro de forno (Arroz + carne suína) Farinha de mandioca	Arroz Feijoado (Feijão preto + carne bovina + carne suína) Sugestão: Salada de Couve Farinha de Mandioca	Macarrão a bolonhesa de frango Fruta	Arroz Atum ao molho Salada
	Item do enriquecimento	Legumes e Verduras/Ovo		Legumes e Verduras	Fruta	Legumes e Verduras
		kcal 403 Prot 9,94g Lip 9,94g CHO 69,27g Fibras 6,91g Vit A 9,79g Vit C 1,58mg Ca 34,25mg Fe 2,48mg Mg 63,75mg Zn 1,16mg	kcal 358 Prot 14,46g Lip 6,32g CHO 60,79g Fibras 2,45g Vit A 19,91g Vit C 7,80g Ca 66,91g Fe 8,64g Mg 298 Zn 17,37g Ca 5,39g Fe 48,24g Mg 3,32g Zn 362 Ca 15,89g Fe 14,74g Mg 41,84g Zn 1,96mg	kcal 416 Prot 19,91g Lip 7,80g CHO 66,91g Fibras 8,64g Vit A 19,91g Vit C 7,80g Ca 66,91g Fe 8,64g Mg 298 Zn 17,37g Ca 5,39g Fe 48,24g Mg 3,32g Zn 362 Ca 15,89g Fe 14,74g Mg 41,84g Zn 1,96mg	kcal 441 Prot 15,33g Lip 23,62g CHO 42,83g Fibras 1,41g Vit A 15,33g Vit C 23,62g Ca 42,83g Fe 1,41g Mg 80mg Zn 20,63mg Ca 4,90mg Fe 43,14mg Mg 1,31mg Zn 80,15mg Ca 3,90mg Fe 3,13mg Mg 4,50mg Zn 0,09mg	kcal 362 Prot 15,89g Lip 14,74g CHO 41,84g Fibras 1,96mg Vit A 15,89g Vit C 12,19g Ca 45,38g Fe 3g Mg 4,50mg Zn 0,09mg
3	Data	13/fev		14/fev		
	Padrão	Arroz Feijoado vegetariana Sugestão: Salada de Couve Farinha de Mandioca	Arroz Estrogonofe de frango Salada	Arroz Carne suína ao molho Farinha de mandioca	Arroz Feijão Frango Primavera	Macarrão a Putanesca (Macarrão + atum) Fruta
	Item do enriquecimento	Legumes e Verduras	Legumes e Verduras		Legumes e Verduras	Fruta
		kcal 357 Prot 13,73g Lip 11,82g CHO 48,72g Fibras 4,85g Vit A 9,79g Vit C 1,58mg Ca 34,25mg Fe 2,48mg Mg 63,75mg Zn 1,16mg	kcal 310 Prot 17,33g Lip 7,94g CHO 42,70g Fibras 1,81mg Vit A 19,91g Vit C 7,80g Ca 66,91g Fe 8,64g Mg 298 Zn 17,37g Ca 5,39g Fe 48,24g Mg 3,32g Zn 362 Ca 15,89g Fe 14,74g Mg 41,84g Zn 1,96mg	kcal 358 Prot 14,46g Lip 6,32g CHO 60,79g Fibras 2,45g Vit A 19,91g Vit C 7,80g Ca 66,91g Fe 8,64g Mg 298 Zn 17,37g Ca 5,39g Fe 48,24g Mg 3,32g Zn 362 Ca 15,89g Fe 14,74g Mg 41,84g Zn 1,96mg	kcal 441 Prot 15,33g Lip 23,62g CHO 42,83g Fibras 1,41g Vit A 15,33g Vit C 23,62g Ca 42,83g Fe 1,41g Mg 80mg Zn 20,63mg Ca 4,90mg Fe 43,14mg Mg 1,31mg Zn 80,15mg Ca 3,90mg Fe 3,13mg Mg 4,50mg Zn 0,09mg	kcal 350 Prot 15,89g Lip 12,19g CHO 45,38g Fibras 3g Vit A 15,89g Vit C 12,19g Ca 45,38g Fe 3g Mg 4,50mg Zn 0,09mg
4	Data	20/fev		21/fev		
	Padrão	Arroz Integral Feijão Omelete com Abobrinha	Arroz mineiro de forno (Arroz + carne suína) Farinha de mandioca	Arroz Feijoado (Feijão preto + carne bovina + carne suína) Sugestão: Salada de Couve Farinha de Mandioca	Macarrão ao alho e óleo com Atum Fruta	Galinhada (Arroz + frango) Salada
	Item do enriquecimento	Legumes e Verduras/Ovo		Legumes e Verduras	Fruta	Legumes e Verduras
		kcal 357 Prot 13,73g Lip 11,82g CHO 48,72g Fibras 4,85g Vit A 9,79g Vit C 1,58mg Ca 34,25mg Fe 2,48mg Mg 63,75mg Zn 1,16mg	kcal 358 Prot 14,46g Lip 6,32g CHO 60,79g Fibras 2,45g Vit A 19,91g Vit C 7,80g Ca 66,91g Fe 8,64g Mg 298 Zn 17,37g Ca 5,39g Fe 48,24g Mg 3,32g Zn 362 Ca 15,89g Fe 14,74g Mg 41,84g Zn 1,96mg	kcal 416 Prot 19,91g Lip 7,80g CHO 66,91g Fibras 8,64g Vit A 19,91g Vit C 7,80g Ca 66,91g Fe 8,64g Mg 298 Zn 17,37g Ca 5,39g Fe 48,24g Mg 3,32g Zn 362 Ca 15,89g Fe 14,74g Mg 41,84g Zn 1,96mg	kcal 441 Prot 15,33g Lip 23,62g CHO 42,83g Fibras 1,41g Vit A 15,33g Vit C 23,62g Ca 42,83g Fe 1,41g Mg 80mg Zn 20,63mg Ca 4,90mg Fe 43,14mg Mg 1,31mg Zn 80,15mg Ca 3,90mg Fe 3,13mg Mg 4,50mg Zn 0,09mg	kcal 310 Prot 17,33g Lip 7,94g CHO 42,70g Fibras 1,81mg Vit A 19,91g Vit C 7,80g Ca 66,91g Fe 8,64g Mg 298 Zn 17,37g Ca 5,39g Fe 48,24g Mg 3,32g Zn 362 Ca 15,89g Fe 14,74g Mg 41,84g Zn 1,96mg
5	Data	27/fev		28/fev		
	Padrão	CARNAVAL		CARNAVAL		
	Item do enriquecimento			Legumes e Verduras		
				Legumes e Verduras		
6	Data	01/mar		02/mar		
	Padrão	PLANEJAMENTO		PLANEJAMENTO		
	Item do enriquecimento			Legumes e Verduras		
				Legumes e Verduras		

Elaborado por:

Isabella de Cássia de Lucca Silva Moreira CRN: 38134  
Assistente Técnico I

Viviane Faundes Platecka CRN: 21309  
Diretor Técnico II - CENUT

ESTE CARDÁPIO DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA DA ESCOLA E SER DISPONIBILIZADO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR, CONFORME RESOLUÇÃO FNDE Nº 26/2013.

AS RECEITAS PERTINENTES AO CARDÁPIO SEGUEM EM DOCUMENTO ANEXO.