



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO
CENTRO DE SERVIÇOS DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO DAAA/CENUT Nº 09 AG. 02/2018

A Diretora Técnica do DAAA/CENUT, 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 2018, modalidade INDÍGENA, LOTE 2.

CARDÁPIO PARA O 1º CICLO / 2018
AGRUPAMENTO 2

Botucatu, Diadema, Itapeverica da Serra, Itu, Mauá, Miracatu, Registro, Santo André, Santos, São Bernardo do Campo, São Roque, Sorocaba, Sul 1, Sul 2, Sul 3, Taboão da Serra, Votorantim

1	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta																		
	Data																01/fev					02/fev																		
	Produtos disponíveis em estoque Sugestão: Arroz Feijão Produto cárneo																Produtos disponíveis em estoque Sugestão Macarrão Produto cárneo																							
Padrão	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)																													
	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)																												
Item do enriquecimento																																								
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta																		
2	Data	05/fev					06/fev					07/fev					08/fev					09/fev																		
	Padrão	Arroz Feijão Fritada de Ovos					Arroz Feijão Frango Refogado a Primavera (Legumes + Peito de frango em cubos (congelado))					Arroz Feijão Carne bovina acebolada (Carne bovina coxão mole em iscas (congelado)) Salada					Macarrão a Bolonhesa (Molho + Carne bovina patinho moída (congelado))					Arroz com Atum (Arroz + Atum) Fruta																		
		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)																
		382	13,01	4,27	72,81	8,91		468	19,1	8,94	77,7	2,47		331	21,08	6,37	47,24	3,09		475	26,59	5,09	80,63	8,76																
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)															
		0,16	13,07	39,67	2,27	70,33	1,04	1,89		11,78	2,35	35,21	2,5	3,78	0,19	7,01	4,37	5,64	2,95	1,26		39,54	3,37	97,97	2,19															
	Item do enriquecimento	Ovos					Legumes e verduras					Legumes e verduras										Fruta																		
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta																		
3	Data	12/fev					13/fev					14/fev					15/fev					16/fev																		
	Padrão	EMENDA FERIADO					FERIADO					EXPEDIENTE SUSPENSO					Macarrão ao sugo Moela de frango (congelado) Fruta					Arroz Feijão Carne bovina acebolada (Carne bovina coxão mole em cubos (congelado))																		
																	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	
																	321	20,22	5,7	47,24	3,09		519	25,37	6,98	88,59	6,83													
	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)																
11,97	0,19	12,05	4,81	5,67	1,81	5,67	1,97	39,96	3,77	85,25	2,55																													
Item do enriquecimento																																								

Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
4	Data	19/fev					20/fev					21/fev					22/fev					23/fev									
	Padrão	Arroz Feijoada Vegetariana (Feijão preto + Legumes) Farinha de mandioca					Arroz Feijão Carne bovina refogada Carne bovina coxão mole em iscas (congelado)					Galinhada (Arroz + Peito de frango em cubos (congelado)) Salada					Macarrão a Bolonhesa (Molho + Carne bovina patinho moída (congelado)) Fruta					Arroz Feijão Carne bovina acebolada (Carne bovina patinho em iscas (congelado)) Salada									
		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	
		324	11,97	4,15	59,61	7,94		576	25,66	9,31	97,39	7,47		331	21,08	6,37	47,24	3,09		475	26,59	5,09	80,63	8,76		432	25,27	6,74	67,57	6,01	
	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	
				35,76	2,08	60,17	0,93	1,89	1,97	47,09	3,94	90,21	2,72	3,78	0,19	7,01	4,37	5,64	2,95	1,26		39,54	3,37	97,97	2,19	0,95	1,97	37,63	2,73	67,67	3,05
Item do enriquecimento		Legumes e verduras										Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras									
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
5	Data	26/fev					27/fev					28/fev					01/mar					02/mar									
	Padrão	Arroz Feijão Omelete de cenoura					Macarrão a Bolonhesa (Molho + Carne bovina patinho moído (congelado)) Fruta					Arroz Feijoada (Feijão + Carne bovina coxão mole em cubos (congelado)) Salada					Arroz Feijão Frango a Primavera (Legumes + Peito de frango em cubos (congelado))					Arroz com Atum (Arroz + Atum)									
		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	
		418	13,17	4,27	81,61	9,55		331	21,08	6,37	47,24	3,09		543	21,58	19,08	71,18	8,39		471	24,99	7,3	76,37	6,65		389	24,79	4,59	62,13	7,56	
	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	
	0,16	13,07	46,17	2,38	74,03	1,08	3,78	0,19	7,01	4,37	5,64	2,95			45,41	2,23	82,14	1,79	5,67	1,97	43,31	2,84	70,68	1,77	1,26		39,54	2,37	97,97	2,19	
Item do enriquecimento		Ovos					Fruta					Legumes e verduras					Legumes e verduras														
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
6	Data	05/mar					06/mar					07/mar					08/mar					09/mar									
	Padrão	Arroz Feijoada Vegetariana (Feijão preto + Legumes)					Arroz Estrogonofe de Carne (Molho + Carne bovina coxão mole em iscas (congelado)) Salada					Arroz Feijão Frango acebolado (Peito de frango em cubos (congelado))					Macarrão a Bolonhesa (Molho + Carne bovina patinho moída (congelado)) Fruta					Arroz Bolinho de Peixe Assado (Filé de polaca do alasca (congelado)) Salada									
		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	
		324	11,97	4,15	59,61	7,94		576	25,66	9,31	97,39	7,47		331	21,08	6,37	47,24	3,09		475	26,59	5,09	80,63	8,76		377	22,87	5,46	59,19	2,85	
	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(μg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	
				35,76	2,08	60,17	0,93	1,89	1,97	47,09	3,94	90,21	2,72	3,78	0,19	7,01	4,37	5,64	2,95	1,26		39,54	3,37	97,97	2,19		0,19	28,02	0,8	31,48	0,4
Item do enriquecimento		Legumes e verduras					Legumes e verduras										Fruta					Legumes e verduras									

Elaborado por:

Natália Albano CRN: 22086

Assessor Técnico I

Viviane Fagundes 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.

HORTIFRUTI: PARA INFORMAÇÕES SOBRE SAFRA E PRODUTOS DE ÉPOCA, CONSULTE: <http://www.hortiescolha.com.br/>