



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 15 AG. 03/2018

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 SEGUNDO ciclo de distribuição de 2018, das escolas de TEMPO INTEGRAL, LOTE 1.**

CARDÁPIO PARA O 2º CICLO / 2018

AGRUPAMENTO 3

Americana, Bragança Paulista, Campinas Oeste, Capivari, Caraguatatuba, Guaratinguetá, Itaquaquecetuba, Jacareí, Jundiaí, Limeira, Mogi das Cruzes, Mogi Mirim, Pindamonhangaba, Pirassununga, São João da Boa Vista, São José dos Campos, Suzano, Taubaté

8	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
	Data	19/mar					20/mar					21/mar					22/mar					23/mar									
	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito salgado					Leite em Pó Biscoito doce					Bebida láctea Biscoito salgado					Leite em pó Biscoito doce					Bebida láctea Biscoito salgado									
	Padrão	Arroz com lentilha Fritada de ovos					Arroz Carreteiro (Arroz + Carne bovina patinho em cubos (congelado)) Salada					Arroz Feijão Carne bovina refogada (Carne bovina patinho em iscas (congelado)) Farinha de mandioca					Arroz Feijão Bolo de Carne (Carne bovina coxão mole moído (congelado) + Leguems)					Macarrão a Scabech (Molho + Sardinha) Fruta									
	Lanche da tarde	Leite em pó Biscoito salgado					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)					Bebida láctea Torrada					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo									
		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)	
		838	28,63	20,57	134,63	12,3		1041	41,64	24,96	162,47	10,2		983	38,91	25,81	148,84	7,52		1043	42,5	23	166,42	11,8		858	31,34	26,77	122,94	4,18	
		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)
	67,47	1,61	490,95	5,5	118,49	1,92	3,78	1,77	463,59	4,91	83,91	4,56	88,42	2,02	466,12	2,76	57,69	13,46	69,16	1,66	487,09	4,7	134,15	4,07	69,16	3,52	236,36	4,17	34,58	0,8	
	Item do enriquecimento	Ovos					Legumes e verduras										Legumes e verduras					Fruta									
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
9	Data	26/mar					27/mar					28/mar					29/mar					30/mar									
	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito salgado					Leite em Pó Biscoito doce					Bebida láctea Biscoito salgado					Leite em pó Biscoito salgado					FERIADO									
	Padrão	Arroz Feijoada vegetarianana (Feijão preto + Legumes) Farinha de mandioca					Macarrão alho e óleo Carne bovina com legumes (Carne bovina patinho em iscas (congelado) + Legumes)					Arroz Feijão Carne bovina acebolada (Carne bovina patinho em iscas (congelado)) Fruta					(Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moído (congelado)) Farinha de mandioca Salada														
	Lanche da tarde	Leite em pó Biscoito doce					Bebida láctea Biscoito salgado					Leite em pó Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torrada / Geleia														
		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)		
		768	26,02	20,36	120,18	11,45		1052	41,45	26,22	162,47	10,2		1038	45,21	25,55	156,77	13,18		974	39,12						25,27	147,52	7,19		
		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)
		67,47	1,61	453,85	4,91	61,56	1,3	0,95	1,77	463,78	4,91	96,57	4,56	88,42	2,02	501,64	4,84	117,85	14,39	44,73	6,37	436,9	4,46	13,18	1,53						
	Item do enriquecimento	Legumes e verduras					Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras														
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
	Data	02/abr					03/abr					04/abr					05/abr					06/abr									
	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em Pó Biscoito salgado					Bebida láctea Biscoito salgado					Leite em pó Biscoito doce					Bebida láctea Biscoito salgado									

10	Padrão	Arroz com lentilha Omelete de cenoura					Arroz Feijão Charutinho de repolho com atum (Repolho + Atum) Salada					Arroz Feijão Carne suína acebolada (Carne suína pernil em iscas (congelado)) Farinha de mandioca					Macarrão alho e óleo Carne bovina refogada (Carne bovina patinho em cubos (congelado)) Fruta					Arroz Peixada (Molho + Filé de polaca do alasca (congelado)) Salada									
	Lanche da tarde	Bebida láctea Biscoito salgado					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Leite em pó Biscoito salgado					Bebida láctea Torrada / Geleia					Bebida láctea Biscoito doce									
		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)							
		838	28,63	20,57	134,63	12,3		891	34,53	21,99	138,65	3,33		1033	38,48	31,58	148,7	7,72		1195	48,68	24,26	195,53	12,71		1131	36,96	38,21	159,82	12,1	
		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)
		67,47	1,61	490,95	5,5	118,49	1,92	70,47	1,61	353,49	2,5	35,73	4,16	20	0,41	474,46	2	23,8	10,37	70,47	6,21	478,91	4,22	128,39	2,54	67,47	3,38	392,35	3,93	101,35	2,23
	Item do enriquecimento	Ovos					Legumes e verduras										Fruta					Legumes e verduras									
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
	Data	09/abr					10/abr					11/abr					12/abr					13/abr									
11	Lanche da manhã	Leite em pó Biscoito salgado					Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó Biscoito salgado					Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó Biscoito salgado									
	Padrão	Arroz Virado de feijão preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca)					Arroz Feijão Carne bovina a primavera (Carne bovina patinho em iscas (congelado) + Legumes) Salada					Arroz Feijão Carne suína acebolada (Carne suína pernil em iscas (congelado)) Farinha de mandioca					Macarrão a bolonhesa (Molho + Carne bovina coxão mole moído (congelado)) Fruta					Arroz Feijão Frango Dourado (Peito de frango em cubos (pouch) + Batata) Salada									
	Lanche da tarde	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em Pó Torrada / Geleia					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Leite em pó Biscoito salgado					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo									
		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)							
		768	26,02	20,36	120,18	11,45		1052	41,45	26,22	162,47	10,2		1109	44,3	29,9	165,57	13,18		974	39,12	25,27	147,52	7,19		1102	48,14	23,06	175,48	10,36	
		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)
		67,47	1,61	454,09	4,91	61,57	1,3	0,95	1,77	463,78	4,91	96,57	4,56	87,47	2,02	514,25	4,39	123,38	12,67	44,73	6,37	436,9	4,46	13,18	1,53	73,42	1,66	491,53	4,36	128,79	2,98
	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/>