



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 30 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 TERCEIRO ciclo de distribuição de 2018, das escolas de TEMPO INTEGRAL, LOTE 2.

CARDÁPIO PARA O 3º CICLO / 2018

AGRUPAMENTO 2

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

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 com Chocolate em pó Biscoito doce	Bebida láctea Biscoito salgado	Leite em pó com Chocolate em Pó Biscoito salgado	Bebida láctea Biscoito salgado	Leite em pó com Chocolate em pó Torrada / Geleia
	Padrão	Arroz com Lentilha Fritada de ovos	Arroz Galinhada (Molho + Leite em pó + Peito de frango em cubos (congelado)) Salada	Arroz Feijoadada (Feijão preto + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Farinha de mandioca	Arroz Carne bovina refogada (Carne bovina coxão mole em cubos (congelado)) Fruta	Arroz Feijão Escondidinho de Atum (Atum + Batata) Salada
	Lanche da tarde	Bebida láctea Torrada	Leite em pó com Chocolate em Pó Mistura para preparo de bolo	Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)	Leite em pó com Chocolate em Pó Torta Salgada com Atum	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)
		991 32,66 36,04 134,05 12,01	858 37,98 21,37 128,5 6,34	1167 57,32 41,23 141,6 10,98	1143 44,72 43,02 144,26 5,67	1179 45,82 35 170,12 10,89
		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)
		279,63 4,52 490,81 3,06 53,23 2,67	137,32 0,19 358,72 2,44 77,83 11,48	119,31 2,84 555,27 4,38 114,4 3,15	281,61 6,42 571,98 6,74 112,15 3,73	191,32 9,17 591,07 4,67 143,68 3,8
	Item do enriquecimento	Ovos	Legumes e verduras		Fruta	Legumes e verduras
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	Data	16/abr	17/abr	18/abr	19/abr	20/abr
12	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce	Leite em pó com Chocolate em Pó Biscoito salgado	Bebida láctea Biscoito salgado	Leite em pó com Chocolate em Pó Biscoito salgado	Bebida láctea Mistura para preparo de bolo
	Padrão	Arroz Feijoadada Vegetariana (Feijão preto + Legumes) Farinha de mandioca	Arroz Estrogonofe de Carne (Molho + Leite em pó + Carne bovina coxão mole em iscas (congelado))	Arroz Frango Dourado (Peito de frango em cubos (congelado) + Batata) Salada	Mexidinho (Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moída (congelado)) Farinha de mandioca Salada	Arroz Feijão Carne bovina acebolada (Carne bovina em cubos (pouch)) Fruta
	Lanche da tarde	Leite em pó com Chocolate em pó Torta Salgada com Atum	Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)	Leite em pó com Chocolate em Pó Mistura para preparo de bolo	Bebida láctea Torrada / Geleia	Leite em pó com Chocolate em pó Torta Salgada com Requeijão Caseiro
		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)
		1061 35,27 36,25 148,5 12,86	892 35,3 24,95 131,62 5,2	1132 59,09 36,91 140,9 7,09	1169 46,72 43,57 147,42 6,59	1058 44,84 27,65 157,43 10,41
		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)
		279,63 4,52 527,67 3,65 110,15 3,29	120,94 0,19 344,83 3,14 72,67 3,57	119,31 4,86 541,85 3,5 111,9 1,78	301,61 4,97 605,54 6,94 121,45 13,03	209,63 11,54 570,7 4,19 131,38 11,86
	Item do enriquecimento	Legumes e verduras		Legumes e verduras	Legumes e verduras	Fruta
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	Data	23/abr	24/abr	25/abr	26/abr	27/abr
	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce	Leite em pó com Chocolate em Pó Torrada	Bebida láctea Biscoito salgado	Leite em pó com Chocolate em Pó Biscoito salgado	Bebida láctea Torrada / Geleia
		Arroz com Lentilha Omelete de cenoura	Arroz Feijão Bobó de Frango	Arroz a Chinesa (Arroz + Legumes + Carne suína pernil em cubos (congelado))	Macarrão com Moela (Molho + Moela de frango (congelado))	Arroz com Atum (Arroz + Atum) Fruta
	Padrão					

13								(Molho + Leite em pó + Legumes + Peito de frango em cubos (congelado))					Salada																		
	Lanche da tarde	Leite em pó com Chocolate em pó Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torta Salgada com Frango					Leite em pó com Chocolate em Pó Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torta Salgada com Requeijão Caseiro					Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)									
		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)							
	858	29,36	32,44	112,15	11,23		698	32	17,72	102,59	3,94		1089	66,88	27,07	144,5	8,66		1063	45,74	38,29	133,76	6,11		1181	45,44	34,87	171,32	10,39		
		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)
		279,63	4,52	484,81	2,43	53,23	2,67	117,33	2,8	304,02	1,06	62,84	2,14	120,57	2,84	600,96	5,89	121,66	3,82	293,58	6,89	538,24	6,12	57,34	3,44	191,36	9,17	593,06	4,47	136,99	3,71
	Item do enriquecimento	Ovos					Legumes e verduras					Legumes e verduras										Fruta									
Sem	Data	30/abr					01/mai					02/mai					03/mai					04/mai									
14	Lanche da manhã	EMENDA FERIADO					FERIADO					Bebida láctea Biscoito salgado					Leite em pó com Chocolate em Pó Torrada / Geleia					Bebida láctea Biscoito salgado									
	Padrão											Arroz Feijão Frango refogada a Primavera (Legumes + Peito de frango em cubos (congelado)) Salada					Macarrão com Moela (Molho + Moela de frango (congelado)) Fruta					Arroz Feijão Atum a Gomes de Sá (Atum + Legumes) Salada									
												Lanche da tarde	Leite em pó com Chocolate em Pó Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torta Salgada com Atum					Leite em pó com Chocolate em pó 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)		
												1161	57,29	40,75	141,2	9,17		1112	45,39	40,46	141,47	4,78		1245	43,23	38,08	182,35	7,61			
		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)						
		119,31	4,86	541,85	3,5	111,9	1,78	293,58	6,89	541,84	6,72	57,34	3,44	211,32	9,58	564,03	2,13	92,18	11,93												
	Item do enriquecimento						Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras														
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
	Data	07/mai					08/mai					09/mai					10/mai					11/mai									
15	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em Pó Biscoito salgado					Bebida láctea Torrada					Leite em pó com Chocolate em Pó Biscoito salgado					Bebida láctea Torrada / Geleia									
	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca)					Arroz Estrogonofe de Carne (Molho + Leite em pó + Carne bovina coxão mole em iscas (congelado))					Arroz Feijão Frango refogado (Peito de frango em cubos (congelado)) Fruta					Arroz Almondegas ao Sugo (Molho + Carne bovina coxão mole moída (congelado)) Salada					Arroz Feijão Carne bovina com legumes (Legumes + Carne bovina em cubos (pouch))									
		Lanche da tarde	Leite em pó com Chocolate em pó Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torta Salgada com Atum					Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Leite em pó com Chocolate em pó Torta Salgada com Requeijão Caseiro								
			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)						
		1061	35,27	36,25	148,5	12,86		888	33,65	24,7	132,87	4,31		1155	57,29	40,15	141,2	7,28		1008	40,73	39,92	121,52	4,18		1127	44,44	27,59	175,35	11,21	
		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)
		279,63	4,52	527,67	3,65	110,15	3,29	120,94	2,85	339,89	2,56	66,97	3,53	119,31	4,86	541,85	3,5	111,9	1,78	281,61	4,56	550,84	5,56	106,45	3,69	191,32	11,18	553,55	4,15	139,2	2,85
	Item do enriquecimento	Legumes e verduras										Fruta					Legumes e verduras					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/>