



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 40 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 QUARTO ciclo de distribuição de 2018, modalidades REGULAR, MAIS EDUCAÇÃO REFEIÇÃO, ETEC REFEIÇÃO, LOTE 1**.

CARDÁPIO PARA O 4º CICLO / 2018
AGRUPAMENTO 3

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

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																								
	Data	21/mai	22/mai	23/mai	24/mai	25/mai																								
17	Padrão	Arroz Feijoada Vegetariana (Feijão preto + Legumes) Farinha de mandioca	Arroz Bobó de Frango (Mandioca + Molho + Peito de frango em cubos (congelado)) Salada	Arroz Feijão Carne bovina acebolada (Carne bovina patinho em iscas (congelado))	Mexidinho (Arroz + Feijão + Carne bovina patinho moído (congelado)) Farinha de mandioca Salada	Macarrão a Putanesca (Molho + 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)									
		387	14,13	3,73	75,89	15,19		550	31,47	14,31	75,38	9,78	435	25,43	6,74	68,04	6,13	452	27,62	5,07	75,52	13,38	533	24,07	19,29	67,17	3,41			
		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)					
			45,41	2,57	63,87	1,79	117,33	0,19	305,36	1,04	68,54	2,18	0,95	2,02	38,48	2,77	68,99	3,06	3,78	2,02	41,44	3,15	56,34	3,88	53,55	0,19	34,49	4,21	21,45	0,71
	Item do enriquecimento	Legumes e verduras	Legumes e verduras		Legumes e verduras	Fruta																								
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																								
	Data	28/mai	29/mai	30/mai	31/mai	01/jun																								
18	Padrão	Arroz com lentilha (Arroz + Lentilha) Fritada de Ovos	Arroz Estrogonofe de carne (Molho + Leite em pó + Carne bovina patinho em iscas (congelado)) Fruta	Arroz Feijoada (Feijão + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Farinha de mandioca Salada	FERIADO	EMENDA FERIADO																								
		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)														
		344	16,02	7,57	51,74	7,34	420	20,73	6,62	70,95	4,78	441	25,41	6,09	72,76	14,09														
		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)											
			8,54	1,98	6,95	1,17	0,95	0,19	10,41	1,76	36,64	3,69			20,08	2,28	25,14	1,46												
	Item do enriquecimento	Ovos	Fruta	Legumes e verduras																										
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																								
	Data	04/jun	05/jun	06/jun	07/jun	08/jun																								
19	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca)	Arroz Frango Dourado (Batata + Peito de frango em cubos (congelado)) Salada	Arroz Feijão Carne bovina refogada (Carne bovina patinho em iscas (congelado)) Fruta	Macarrão a Bolonhesa (Molho + Leite em pó + Carne bovina patinho moído (congelado))	Arroz Tropical (Arroz + Repolho + Atum) 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)									
		387	14,13	3,73	75,89	15,19	383	22,14	5,49	62,95	9,78	507	26,43	6,94	86,04	8,13	407	25,62	4,67	65,52	6,38	518	26,96	19,74	59,8	14,19				
		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)					
			45,41	2,57	63,87	1,79	1,26	0,19	8,96	0,87	43,51	1,3	0,95	2,02	38,48	2,77	68,99	3,06	3,78	2,02	41,44	3,15	56,34	3,88	14,49	0,19	40,16	4,4	111,54	2,23

	Item do enriquecimento	Legumes e verduras					Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras														
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
	Data	11/jun					12/jun					13/jun					14/jun					15/jun									
20	Padrão	Arroz com lentilha (Arroz + Lentilha) Omelete com cenoura					Arroz Estrogonofe de carne (Molho + Leite em pó + Carne bovina patinho em iscas (congelado))					Arroz Mineiro de Forno (Arroz + Molho + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Salada					Macarrão com Moela (Molho + Moela de frango (congelado)) Fruta					Arroz Feijão Frango refogado (Peito de frango em cubos (pouch)) 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)					
		344	16,02	7,57	51,74	7,34	515	29,06	15,23	65,38	2,78	405	25,25	6,09	63,96	14,09	402	23,21	5,13	67,17	5,41	499	32,87	5,39	81,36	12,84					
	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)	
	Item do enriquecimento	Ovos										Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras									
				8,54	1,98	6,95	1,17	118,27	0,19	306,81	1,92	61,67	4,57			13,58	2,17	21,44	1,42	39,06	0,19	31,64	4,8	5,74	1,47	1,26	2,02	47,46	1,96	95,67	1,49

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/>