



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 42 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, das escolas de TEMPO INTEGRAL, 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	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 Torrada / Geleia					Leite em pó com Flocos de Milho Biscoito salgado								
	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								
	Lanche da tarde	Leite em pó com Chocolate em pó Torrada					Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)					Leite em pó com Flocos de Milho Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Biscoito doce					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)
		1096	36,6	34,77	160,81	19,42		907	40,08	21,77	139,3	13,43		1075	46,37	25,79	164,31	9,62		1293	51,57	39,92	183,41	16,23		1210	46,6	37,82	172,17	10,62
		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)
	274,8	6,26	529,28	3,52	120,79	3,19	137,32	0,92	362,22	2,47	92,28	11,5	118,27	22,67	524,03	9,02	112,17	6,66	274,8	26,14	531,31	10,05	113,26	7,94	186,49	9,05	536,77	5,41	96,7	2,43
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	Lanche da manhã	Leite em pó com Chocolate em pó Biscoito salgado					Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em pó Biscoito salgado					FERIADO					EMENDA FERIADO								
	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																		
	Lanche da tarde	Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)					Leite em pó com Chocolate 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)												
		1053	33,99	34,56	146,36	18,57		943	36,71	22,25	150,42	7,29		1191	58,25	38,84	153,71	15,37												
		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)											
	274,8	6,26	492,42	2,93	63,88	2,58	120	0,92	348,52	3,11	86,55	4,79	117,33	4,66	515,33	3,7	64,62	2,36												
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								
	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em pó Biscoito salgado					Bebida láctea Biscoito salgado					Leite em pó com Flocos de Milho Biscoito doce					Bebida láctea Torrada / Geleia								
		Arroz Virado de Feijão Preto					Arroz Frango Dourado					Arroz Feijão					Macarrão a Bolonhesa (Molho + Leite em pó + Carne bovina					Arroz Tropical (Arroz + Repolho + Atum)								

19	Padrão	(Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca)						(Batata + Peito de frango em cubos (congelado)) Salada						Carne bovina refogada (Carne bovina patinho em iscas (congelado)) Fruta						patinho moído (congelado)						Salada					
	Lanche da tarde	Leite em pó com Chocolate em pó Torrada						Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)						Leite em pó com Chocolate em pó Mistura para preparo de bolo						Bebida láctea Biscoito doce						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)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	
	1096	36,6	34,77	160,81	19,42		907	40,08	21,77	139,3	13,43		1164	46,93	28,32	181,89	11,05		1244	48,76	39,52	173,41	9,14		1195	49,49	38,27	164,8	19,4		
	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)	
	274,8	6,26	529,28	3,52	120,79	3,19	137,32	0,92	362,22	2,47	92,28	11,5	120	4,87	558,64	4,26	122,6	4,2	274,8	28	541,51	10,02	113,26	7,94	186,49	9,05	542,44	5,6	186,79	3,94	
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					
	Lanche da manhã	Leite em pó com Chocolate em pó Biscoito salgado						Bebida láctea Biscoito doce						Leite em pó com Chocolate em pó Biscoito doce						Bebida láctea Biscoito salgado						Leite em pó com Chocolate em pó Torrada / Geleia					
	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					
20	Lanche da tarde	Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)						Leite em pó com Chocolate em pó Torrada						Bebida láctea Mistura para preparo de bolo						Leite em pó com Flocos de Milho Biscoito doce						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)	
	1053	38,49	38,61	136,66	11,57		871	35,71	22,05	132,42	5,29		1104	48,21	27,03	168,66	13,84		1240	46,34	39,99	175,06	8,18		1172	55,3	23,92	185,56	17,96		
		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)
	274,8	6,26	492,42	2,93	63,88	2,58	120	0,92	348,52	3,11	86,55	4,79	119,05	2,85	605,39	5,4	128,91	3,38	286,77	28,31	531,71	11,67	62,66	5,81	187,75	11,07	546,25	3,12	156,46	3,18	
Item do enriquecimento	Ovos												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/>