



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 66 AG. 01/2018

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 SEM CONGELADO, LOTE 1.**

CARDÁPIO PARA O 4º CICLO / 2018

AGRUPAMENTO 1

ETEC Albert Einstein, ETEC Paulino Botelho, Guarulhos Norte, Guarulhos Sul, São Carlos

Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta					
	Data	07/mai						08/mai						09/mai						10/mai						11/mai					
15	Padrão	Arroz Feijoada Vegetariana (Feijão preto + Legumes) Farinha de mandioca						Arroz Feijão Carne bovina acebolada (Carne bovina em cubos)						Arroz Frango refogado a primavera (Legumes + Peito de frango em cubos)						Arroz Feijão Carne a Jardineira (Legumes + Carne bovina em cubos)						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)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	
		391	14,23	3,73	76,69	15,28		536	35,76	14,29	66,18	2,87		496	25,2	9,6	78,84	13,21		479	25,2	8,78	76,32	13,47		533	21,02	20,22	68,22	5,69	
		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)
		0,2	0,73	48,91	2,6	78,32	1,81	118,59	0,92	312,64	1,07	70,07	2,18	0,2	2,02	43,02	2,85	70,78	0,25	0,2	2,02	46,17	3,23	70,78	1,06	39,26	0,92	28,21	3,26	20,16	0,06
	Item do enriquecimento	Legumes e verduras												Legumes e verduras						Legumes e verduras						Fruta					
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta					
	Data	14/mai						15/mai						16/mai						17/mai						18/mai					
16	Padrão	Arroz com lentilha (Arroz + Lentilha) Fritada de Ovos						Arroz Carne de panela (Molho + Leite em pó + Batata + Carne bovina em cubos)						Arroz Feijoada (Feijão preto + Carne bovina em cubos) Farinha de mandioca Fruta						Macarrão alho e óleo Atum a Scabech (Molho + Atum) Salada						Arroz Feijão Frango refogado (Peito de frango em cubos)					
		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)	
		348	16,12	7,57	52,54	7,43		576	28,83	18,09	76,18	9,87		538	24,57	9,34	90,41	7,89		519	23,91	20,68	60,85	14,47		454	30,87	4,99	71,36	5,84	
		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)
		0,2	0,73	12,04	2,01	21,4	1,19	117,33	0,92	311,35	2	63,46	1,76	0,2	0,73	90,16	4,67	78,96	1,24	0,2	0,92	33,88	3,45	110,25	1,57	1,26	2,02	47,46	1,96	95,67	1,49
	Item do enriquecimento	Ovos						Legumes e verduras						Fruta						Legumes e verduras											
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta					
	Data	21/mai						22/mai						23/mai						24/mai						25/mai					
17	Padrão	Arroz Feijoada Branca de Legumes (Feijão branco + Legumes) Farinha de mandioca						Arroz Frango Dourado (Batata + Peito de frango em cubos) Salada						Arroz Feijão Carne bovina refogada (Carne bovina em cubos)						Arroz Feijão Carne bovina com legumes (Legumes + Carne bovina em cubos)						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)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	
		391	14,23	3,73	76,69	15,28		581	37,76	14,69	76,18	9,87		451	23,2	9,2	68,84	6,21		479	25,2	8,78	76,32	13,47		546	22,91	20,48	68,85	14,47	
		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)
		0,2	0,73	48,91	2,6	78,32	1,81	118,59	0,92	312,64	1,07	70,07	2,18	0,2	2,02	43,02	2,85	70,78	0,25	0,2	2,02	46,17	3,23	70,78	1,06	0,2	0,92	33,88	3,45	110,25	1,57
	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 Virado de Feijão com Ovo (Feijão + Legumes + Ovo + Farinha de mandioca)						Arroz Carreteiro (Arroz + Carne bovina em cubos) Fruta						Arroz Bobó de Frango (Molho + Mandioca + Peito de frango em cubos) 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)													
		393	18,62	7,92	62,24	14,43		603	27,83	17,89	84,18	4,87		480	33,34	5,94	73,61	12,89													
		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)												
			0,2	0,73	12,04	2,01	21,4	1,19	117,33	0,92	311,35	2	63,46	1,76	1,26	0,73	84,95	3,63	81,88	1,62											
Item do enriquecimento		Ovos / Legumes						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/>