



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 56 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 QUINTO ciclo de distribuição de 2018, das escolas de TEMPO INTEGRAL, LOTE 2.**

CARDÁPIO PARA O 5º CICLO / 2018
AGRUPAMENTO 2

Botucatu, Diadema, Itapeerica da Serra, Itapetininga, Itararé, Itu, Mauá, Miracatu, Registro, Santo André, Santos, São Bernardo do Campo, São Roque, Sorocaba, Taboão da Serra, Votorantim

Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta								
	Data	11/jun					12/jun					13/jun					14/jun					15/jun								
20	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em pó Biscoito doce					Bebida láctea Torrada					Leite em pó com Flocos de milho Biscoito doce					Bebida láctea Biscoito doce								
	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca) Salada					Arroz Feijão Carne bovina refogada (Carne bovina patinho em iscas (congelado)) Fruta					Arroz Feijoada (Feijão preto + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Farinha de mandioca Salada					Macarrão com Moela (Molho + Moela de frango (congelado))					Arroz Cuscuz de Sardinha (Flocos de Milho + Molho + Sardinha) Salada								
	Lanche da tarde	Leite em pó com Chocolate em pó Torrada					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torta Salgada com Sardinha					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)		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)
		896	31,09	23,02	141,03	10,47		1253	61,54	37,87	166,58	6,68		1194	55,36	30,5	174,5	9,3		1080	47,81	25,77	164,11	7,05		1370	49,45	37,29	209,19	11,18
		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)
	117,33	4,66	534,66	3,03	121,62	2,69	189,45	5,08	559,65	4,91	151,81	6,5	186,78	6,31	781,18	6,17	146,94	4,75	221,6	26,98	577,37	12	75,77	15,22	191,36	26,22	555,12	9,3	136,49	5,48
	Item do enriquecimento	Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras					Legumes e verduras													
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta								
	Data	18/jun					19/jun					20/jun					21/jun					22/jun								
21	Lanche da manhã	Bebida láctea Torrada					Leite em pó com Chocolate em pó Biscoito doce					Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em Pó Biscoito doce					Bebida láctea Biscoito doce								
	Padrão	Arroz com Lentilha (Arroz + Lentilha) Fritada de ovos					Arroz Feijão Frango Acebolado (Peito de frango em cubos (congelado)) Salada					Arroz Carne refogada (Carne bovina coxão mole em cubos (congelado)) Fruta					Mexidinho (Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moído (congelado)) Farinha de mandioca Salada					Macarrão a Scabech (Molho + Sardinha)								
	Lanche da tarde	Leite em pó com Chocolate em pó Biscoito doce					Bebida láctea Torta Salgada com Sardinha					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torta Salgada com Requeijão Caseiro					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)
		825	28,48	22,8	126,57	9,62		1325	66,8	37,95	179,16	10,28		1225	54,65	31,96	179,7	9,62		1088	45,74	25,93	167,89	6,42		1154	42,15	36,74	163,57	5,83
		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)
	117,33	4,66	497,79	2,44	64,7	2,07	188,51	7,1	589,96	6,3	183,47	5,36	186,78	8,32	733,61	5,03	139,94	4,24	209,63	24,65	554,69	8,07	113,54	14,78	191,36	6,34	535,34	4,62	80,17	1,78
	Item do enriquecimento	Ovos					Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras													
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta								
	Data	25/jun					26/jun					27/jun					28/jun					29/jun								
	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em pó Torrada					Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em Pó Torrada					Bebida láctea Biscoito doce								
		Arroz Feijoada Vegetariana					Arroz Feijão					Arroz Feijão					Macarrão com Moela (Molho + Moela de frango)					Arroz Cuscuz de Sardinha								

22	Padrão	(Feijão preto + Legumes) Farinha de mandioca Salada					Carne bovina a Primavera (Legumes + Carne bovina patinho em iscas (congelado))					Carne suína acebolada (Carne suína pernil em cubos (congelado)) Fruta					(congelado))					(Flocos de Milho + Molho + Sardinha)									
	Lanche da tarde	Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)					Bebida láctea Torta Salgada com Requeijão Caseiro					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torta Salgada com Sardinha					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)	
		896	31,09	23,02	141,03	10,47		1253	61,54	37,87	166,58	6,68		1183	55,42	30,05	172,7	9,33		1080	47,81	25,77	164,11	7,05		1370	49,45	37,29	209,19	11,18	
		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)
	117,33	4,66	534,66	3,03	121,62	2,69	189,45	5,08	559,56	4,91	151,81	6,5	186,78	4,45	765,28	6,41	146,94	4,75	221,6	26,98	557,37	12	75,77	15,22	191,36	26,22	555,12	9,3	136,49	5,48	
Item do enriquecimento	Legumes e verduras					Legumes e verduras					Fruta																				
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
	Data	30/jul					31/jul					01/ago					02/ago					03/ago									
23	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em pó Torrada					Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em Pó Biscoito doce					Bebida láctea Biscoito doce									
	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão Preto + Farinha de mandioca)					Arroz Frango refogado (Peito de frango em cubos (congelado))					Arroz Feijão Carne bovina a Jardineira (Legumes + Carne bovina coxão em cubos (congelado)) Salada					Mexidinho (Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moído (congelado)) Farinha de mandioca Salada					Arroz Feijão Cuscuz de Sardinha (Flocos de Milho + Molho + Sardinha) Salada									
	Lanche da tarde	Leite em pó com Chocolate em pó Torrada					Bebida láctea Torta Salgada com Sardinha					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torta Salgada com Requeijão Caseiro					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)	
		825	28,48	22,8	126,57	9,62		1325	66,8	37,95	179,16	10,28		1225	54,65	31,96	179,7	9,62		1088	45,74	25,93	167,89	6,42		1154	42,15	36,74	163,57	5,83	
	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)	
	117,33	4,66	497,79	2,44	64,7	2,07	188,51	7,1	589,96	6,3	183,47	5,36	186,78	8,32	733,61	5,03	139,94	4,24	209,63	24,65	554,69	8,87	113,54	14,78	191,36	6,34	535,34	4,62	80,17	1,78	
Item do enriquecimento											Legumes e verduras					Legumes e verduras					Legumes e verduras										
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
	Data	06/ago					07/ago					08/ago					09/ago					10/ago									
24	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em pó Torrada					Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em Pó Biscoito doce					Bebida láctea Biscoito doce									
	Padrão	Arroz com Lentilha (Arroz + Lentilha) Omelete com cenoura					Arroz Estrogonofe de carne (Molho + Carne bovina patinho em iscas (congelado))					Arroz Feijoada (Feijão preto + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Farinha de mandioca Salada					Macarrão com Moela (Molho + Moela de frango (congelado)) Fruta					Arroz a Tropical (Arroz + Legumes + Atum) Salada									
	Lanche da tarde	Arroz Doce (Arroz + Leite em pó)					Bebida láctea Torta Salgada com Requeijão Caseiro					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torta Salgada com Sardinha					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)	
		896	31,09	23,02	141,03	10,47		1253	61,54	37,87	166,58	6,68		1194	55,36	30,5	174,5	9,3		1080	47,81	25,77	164,11	7,05		1370	49,45	37,29	209,19	11,18	
	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)	
	117,33	4,66	534,66	3,03	121,62	2,69	189,45	5,08	559,56	4,91	151,81	6,5	186,78	6,31	781,18	6,17	146,94	4,75	221,6	26,98	577,37	12	75,77	15,22	191,36	26,22	555,12	9,3	136,49	5,48	
Item do enriquecimento	Ovos / Legumes e verduras										Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras										

Elaborado por:

Natália Albano CRN: 22086
Assessor Técnico I

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/>