



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 61 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, modalidade INDÍGENA, 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, Sul 1, Sul 2, Sul 3, Taboão da Serra, Votorantim

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																								
	Data	11/jun	12/jun	13/jun	14/jun	15/jun																								
20	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca) Salada Chá Mate In Natura	Arroz Peixada (Molho + Legumes + Filé de polaca do alasca (congelado)) Salada Chá Mate In Natura	Arroz Feijão Carne suína refogada (Carne suína pernil em cubos (congelado)) Farinha de mandioca Chá Mate In Natura	Arroz Feijão Carne bovina refogada (Carne bovina coxão mole em iscas (congelado)) Fruta Chá Mate In Natura	Arroz Cuscuz de Sardinha (Flocos de Milho + Molho + Sardinha) Salada Chá Mate In Natura																								
		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)				
		361	10,97	3,33	71,73	7,65	456	24,17	9,08	69,33	2,21	416	25,97	5,08	66,69	8,28	350	23,38	4,65	53,75	2,87	561	22,15	18,38	76,67	2,26				
		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)
	0,2	0,73	48,91	2,26	96,59	1,81	0,2	0,73	26,38	2,69	82,76	3,44	0,2	0,73	57,1	3,17	92,81	2,88	0,2	0,92	28,23	0,82	60,57	1,12	242,69	17,86	16,67	6,72	30,2	4,17
Item do enriquecimento	Legumes e verduras	Legumes e verduras	Fruta	Legumes e verduras	Fruta																									
21	18/jun	19/jun	20/jun	21/jun	22/jun																									
21	Padrão	Arroz Feijão Ovo Pochê (Molho + Ovo) Chá Mate In Natura	Arroz Feijão Frango Acebolado (Peito de frango em cubos (congelado)) Salada Chá Mate In Natura	Arroz Carne refogada (Carne bovina coxão mole em cubos (congelado)) Fruta Chá Mate In Natura	Mexidinho (Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moído (congelado)) Farinha de mandioca Salada Chá Mate In Natura	Macarrão a Scabech (Molho + Sardinha) Chá Mate In Natura																								
		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)				
		355	10,44	3,33	70,89	5,72	530	32,02	7,13	84,45	7,96	460	25,25	6,49	75,12	6,47	315	17,96	4,22	51,2	0,72	455	21,57	18,22	51,22	2,03				
	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	1,97	42,2	1,67	87,73	1,06	5,87	2,59	61,91	4,6	119,55	3,54	5,87	2,02	50,81	3,29	86,45	2,62	1,46	0,73	7,52	0,33	52,26	1,28	53,75	0,73	33,05	3,66	30,2	0,7	
Item do enriquecimento	Ovos	Legumes e verduras	Fruta	Legumes e verduras	Legumes e verduras																									
22	25/jun	26/jun	27/jun	28/jun	29/jun																									
22	Padrão	Arroz Feijoada Vegetariana (Feijão preto + Legumes) Farinha de mandioca Salada Chá Mate In Natura	Arroz Feijão Carne bovina a Primavera (Legumes + Carne bovina coxão mole em iscas (congelado)) Chá Mate In Natura	Arroz Feijão Carne suína acebolada (Carne suína pernil em cubos (congelado)) Fruta Chá Mate In Natura	Arroz Frango grelhado (Peito de frango em cubos (congelado)) Chá Mate In Natura	Arroz Cuscuz de Sardinha (Flocos de Milho + Molho + Sardinha) Chá Mate In Natura																								
		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)				
		361	10,97	3,33	71,73	7,65	456	24,17	9,08	69,33	2,21	416	25,97	5,08	66,69	8,28	350	23,38	4,65	53,75	2,87	561	22,15	18,38	76,67	2,26				
	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	2,26	96,59	1,81	0,2	0,73	26,38	2,69	82,76	3,44	0,2	0,73	57,1	3,17	92,81	2,88	0,2	0,92	28,23	0,82	60,57	1,12	242,69	17,86	16,67	6,72	30,2	4,17	
Item do enriquecimento	Legumes e verduras	Legumes e verduras	Fruta	Legumes e verduras	Legumes e verduras																									

23	Item do enriquecimento	Legumes e verduras					Legumes e verduras					Fruta																			
	Sem	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta									
	Data	30/jul					31/jul					01/ago					02/ago					03/ago									
	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Farinha de mandioca) Chá Mate In Natura					Arroz Feijão Carne refogada (Carne bovina coxão mole em cubos (congelado)) Chá Mate In Natura					Mexidinho (Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moído (congelado)) Farinha de mandioca Salada Chá Mate In Natura					Arroz Peixada (Molho + Legumes + Filé de polaca do alasca (congelado)) Salada Chá Mate In Natura					Arroz Carne de panela (Molho + Legumes + Carne bovina moída (pouch)) Salada Chá Mate In Natura									
		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)					
		355	10,44	3,33	70,89	5,72	530	32,02	7,13	84,45	7,96	460	25,25	6,49	75,12	6,47	350	23,38	4,65	53,75	2,87	451	28,64	7,01	68,37	6,09					
		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)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)						
		0,2	1,97	42,2	1,67	87,73	4,06	5,87	2,59	61,91	4	119,55	3,54	5,87	2,02	50,81	3,29	86,45	2,62	0,2	0,92	28,23	0,82	60,57	1,12	0,2	1,97	41,3	3,14	78,99	4,78
	Item do enriquecimento						Legumes e verduras					Legumes e verduras					Legumes e verduras														
Sem	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta										
Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta										
Data	06/ago					07/ago					08/ago					09/ago					10/ago										
Padrão	Arroz Feijão Fritada de Ovos Chá Mate In Natura					Arroz Estrogonofe de carne (Molho + Carne bovina coxão mole em iscas (congelado)) Fruta Chá Mate In Natura					Arroz Feijão Carne suína refogada (Carne suína pernil em cubos (congelado)) Chá Mate In Natura					Arroz Peixada (Molho + Legumes + Filé de polaca do alasca (congelado)) Salada Chá Mate In Natura					Arroz Carne moída a primavera (Legumes + Carne bovina moída (pouch)) Salada Chá Mate In Natura										
	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)						
	361	10,97	3,33	71,73	7,65	456	24,17	9,08	69,33	2,21	429	25,97	5,03	69,89	6,15	350	23,38	4,65	53,75	2,87	465	25,23	6,43	76,67	2,26						
	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	2,26	96,59	1,81	0,2	0,73	26,38	2,69	82,76	3,44	0,2	0,73	98,38	4,43	93,45	3,13	0,2	0,92	28,33	0,82	60,57	1,12	228,2	17,86	9,13	7,25	23,99	8,04	
Item do enriquecimento	Ovos					Fruta										Legumes e verduras					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/>