



**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 84 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 SEXTO ciclo de distribuição de 2018, modalidades REGULAR, MAIS EDUCAÇÃO REFEIÇÃO, ETEC REFEIÇÃO, LOTE 2.**

**CARDÁPIO PARA O 6º CICLO / 2018**  
**AGRUPAMENTO 1**

**Apiáí, Caieiras, Carapicuíba, Catanduva, ETEC Profº André Bogasian, ETEC de Caieiras, ETEC Elias Nechar, ETEC Dr. Emilio Hernandez Aguilar, ETEC de Apiáí, ETEC Dr. Celso Giglio, ETEC Profº Armando José Farinazzo, ETEC de Francisco Morato, ETEC Gino Rezaghi, ETEC de Mairiporã, ETEC Philadelpho Gouvea Netto, Fernandópolis, Itapevi, José Bonifácio, Mirante do Paranapanema, Osasco e São José do Rio Preto.**

| Sem                    | Cardápio           | Segunda                                                                                     | Terça                                                                                          | Quarta                                                                                               | Quinta                                                                                     | Sexta                                                                                 |
|------------------------|--------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 24                     | Data               | <b>06/ago</b>                                                                               | <b>07/ago</b>                                                                                  | <b>08/ago</b>                                                                                        | <b>09/ago</b>                                                                              | <b>10/ago</b>                                                                         |
|                        | Padrão             | Arroz<br>Virado de Feijão Preto<br>(Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca)           | Arroz<br>Feijão<br>Carne suína ao molho<br>(Carne suína pernil cubos (congelado))<br><br>Fruta | Arroz<br>Cassulê<br>(Feijão branco + Carne suína pernil em cubos (congelado))<br>Farinha de mandioca | Macarrão com Frango<br>(Molho + Peito de frango em cubos (congelado))                      | Arroz<br>Feijão<br><br>Cuscuz de Sardinha<br><br>(Flocos de Milho + Molho + Sardinha) |
|                        |                    | kcal                                                                                        | kcal                                                                                           | kcal                                                                                                 | kcal                                                                                       | kcal                                                                                  |
|                        |                    | 360                                                                                         | 460                                                                                            | 444                                                                                                  | 333                                                                                        | 643                                                                                   |
|                        |                    | Vit A(µg)                                                                                   | Vit A(µg)                                                                                      | Vit A(µg)                                                                                            | Vit A(µg)                                                                                  | Vit A(µg)                                                                             |
|                        | 0,2                | 0,95                                                                                        | 0,2                                                                                            | 39,26                                                                                                | 228,2                                                                                      |                                                                                       |
| Item do enriquecimento | Legumes e verduras | Fruta                                                                                       | Legumes e verduras                                                                             |                                                                                                      | Legumes e verduras                                                                         |                                                                                       |
| 25                     | Data               | <b>13/ago</b>                                                                               | <b>14/ago</b>                                                                                  | <b>15/ago</b>                                                                                        | <b>16/ago</b>                                                                              | <b>17/ago</b>                                                                         |
|                        | Padrão             | Arroz com Lentilha<br>(Arroz + Lentilha)<br>Fritada de ovos                                 | Arroz<br>Carne bovina com ervilha<br>(Carne bovina coxão mole em cubos (congelado))            | Mexidinho<br>(Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moído (congelado))<br>Farinha de mandioca     | Galinhada<br>(Arroz + Molho + Peito de frango em cubos (congelado))<br>Farinha de mandioca | Macarrão a Scabech<br>(Molho + Sardinha)                                              |
|                        |                    | kcal                                                                                        | kcal                                                                                           | kcal                                                                                                 | kcal                                                                                       | kcal                                                                                  |
|                        |                    | 291                                                                                         | 528                                                                                            | 457                                                                                                  | 341                                                                                        | 435                                                                                   |
|                        |                    | Vit A(µg)                                                                                   | Vit A(µg)                                                                                      | Vit A(µg)                                                                                            | Vit A(µg)                                                                                  | Vit A(µg)                                                                             |
|                        | 0,2                | 5,87                                                                                        | 5,87                                                                                           | 0,2                                                                                                  | 0,2                                                                                        |                                                                                       |
| Item do enriquecimento | Ovos               | Legumes e verduras                                                                          | Fruta                                                                                          | Legumes e verduras                                                                                   |                                                                                            |                                                                                       |
| 26                     | Data               | <b>20/ago</b>                                                                               | <b>21/ago</b>                                                                                  | <b>22/ago</b>                                                                                        | <b>23/ago</b>                                                                              | <b>24/ago</b>                                                                         |
|                        | Padrão             | Arroz<br>Virado de Feijão Preto<br>(Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca)<br>Salada | Arroz<br>Feijão<br>Carne suína ao molho<br>(Carne suína pernil cubos (congelado))              | Arroz<br>Cassulê<br>(Feijão branco + Carne suína pernil em cubos (congelado))<br>Farinha de mandioca | Macarrão com Frango<br>(Molho + Peito de frango em cubos (congelado))                      | Arroz<br>Feijão<br><br>Cuscuz de Sardinha<br><br>(Flocos de Milho + Molho + Sardinha) |
|                        |                    | kcal                                                                                        | kcal                                                                                           | kcal                                                                                                 | kcal                                                                                       | kcal                                                                                  |
|                        |                    | 361                                                                                         | 458                                                                                            | 429                                                                                                  | 333                                                                                        | 643                                                                                   |
|                        |                    | Vit A(µg)                                                                                   | Vit A(µg)                                                                                      | Vit A(µg)                                                                                            | Vit A(µg)                                                                                  | Vit A(µg)                                                                             |
|                        | 0,2                | 0,95                                                                                        | 0,2                                                                                            | 39,26                                                                                                | 228,2                                                                                      |                                                                                       |

|     |                        | 0,02                                                                                 | 0,73      | 48,91  | 2,26   | 96,59     | 1,81   | 0,95                                                                                       | 0,92      | 31,51  | 3,21   | 87,89     | 4,68   | 0,2                                                                                                             | 0,73      | 98,38  | 4,43   | 93,45     | 3,13   | 39,26                                                                                                 | 0,92      | 26,95  | 4,83   | 39,72     | 2,26   | 228,2                                                                                 | 19,83     | 42,2   | 7,33   | 69,46     | 3,72   |
|-----|------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|--------|-----------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|--------|-----------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|--------|-----------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|--------|-----------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------|--------|--------|-----------|--------|
|     | Item do enriquecimento | Legumes e verduras                                                                   |           |        |        |           |        | Legumes e verduras                                                                         |           |        |        |           |        | Fruta                                                                                                           |           |        |        |           |        | Legumes e verduras                                                                                    |           |        |        |           |        |                                                                                       |           |        |        |           |        |
| Sem | Cardápio               | Segunda                                                                              |           |        |        |           |        | Terça                                                                                      |           |        |        |           |        | Quarta                                                                                                          |           |        |        |           |        | Quinta                                                                                                |           |        |        |           |        | Sexta                                                                                 |           |        |        |           |        |
|     | Data                   | 27/ago                                                                               |           |        |        |           |        | 28/ago                                                                                     |           |        |        |           |        | 29/ago                                                                                                          |           |        |        |           |        | 30/ago                                                                                                |           |        |        |           |        | 31/ago                                                                                |           |        |        |           |        |
| 27  | Padrão                 | Arroz com Lentilha<br>(Arroz + Lentilha)<br>Omelete com cenoura                      |           |        |        |           |        | Arroz<br>Carne bovina com ervilha<br><br>(Carne bovina coxão mole em cubos<br>(congelado)) |           |        |        |           |        | Mexidinho<br><br>(Arroz + Feijão + Carne bovina coxão<br>mole moído (congelado))<br><br>Farinha de mandioca     |           |        |        |           |        | Galinhada<br><br>(Arroz + Molho + Peito de frango em<br>cubos (congelado))<br><br>Farinha de mandioca |           |        |        |           |        | Macarrão a Scabech<br><br>(Molho + Sardinha)                                          |           |        |        |           |        |
|     |                        | 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) |        |
|     |                        | 291                                                                                  | 8,36      | 3,21   | 57,28  | 6,8       |        | 528                                                                                        | 31,87     | 7,12   | 83,98  | 7,84      |        | 457                                                                                                             | 25,09     | 6,48   | 76,65  | 6,35      |        | 341                                                                                                   | 20,02     | 5,09   | 53,75  | 2,87      |        | 435                                                                                   | 20        | 16,56  | 51,49  | 2,52      |        |
|     |                        | 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                                                            |           |        |        |           |        | Legumes e verduras                                                                         |           |        |        |           |        | Salada                                                                                                          |           |        |        |           |        | Legumes e verduras                                                                                    |           |        |        |           |        |                                                                                       |           |        |        |           |        |
| Sem | Cardápio               | Segunda                                                                              |           |        |        |           |        | Terça                                                                                      |           |        |        |           |        | Quarta                                                                                                          |           |        |        |           |        | Quinta                                                                                                |           |        |        |           |        | Sexta                                                                                 |           |        |        |           |        |
|     | Data                   | 03/set                                                                               |           |        |        |           |        | 04/set                                                                                     |           |        |        |           |        | 05/set                                                                                                          |           |        |        |           |        | 06/set                                                                                                |           |        |        |           |        | 07/set                                                                                |           |        |        |           |        |
| 28  | Padrão                 | Arroz<br>Virado de Feijão Preto<br>(Feijão preto + Legumes + Farinha de<br>mandioca) |           |        |        |           |        | Arroz<br>Feijão<br>Carne suína ao molho<br><br>(Carne suína pernil cubos (congelado))      |           |        |        |           |        | Arroz<br>Cassulê<br><br>(Feijão branco + Carne suína pernil em<br>cubos (congelado))<br><br>Farinha de mandioca |           |        |        |           |        | Macarrão com Frango<br><br>(Molho + Peito de frango em cubos<br>(congelado))                          |           |        |        |           |        | Arroz<br>Feijão<br><br>Cuscuz de Sardinha<br><br>(Flocos de Milho + Molho + Sardinha) |           |        |        |           |        |
|     |                        | 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) |        |
|     |                        | 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) | Vit A(µg)                                                                             | Vit C(mg) | Ca(mg) | Fe(mg) | Mg (mg)   | Zn(mg) |
|     |                        |                                                                                      |           |        |        |           |        |                                                                                            |           |        |        |           |        |                                                                                                                 |           |        |        |           |        |                                                                                                       |           |        |        |           |        |                                                                                       |           |        |        |           |        |
|     | Item do enriquecimento | Salada                                                                               |           |        |        |           |        | Fruta                                                                                      |           |        |        |           |        | Legumes e verduras                                                                                              |           |        |        |           |        | Legumes e verduras                                                                                    |           |        |        |           |        |                                                                                       |           |        |        |           |        |

Elaborado por:

Anaí Ferraz Motta CRN: 41118  
Assessor Técnico IV

Domenica Verrone CRN: 22019  
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/>