



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 85 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, das escolas de TEMPO INTEGRAL, LOTE 2.**

CARDÁPIO PARA O 6º CICLO / 2018

AGRUPAMENTO 1

Apiáí, Caieiras, Carapicuíba, Catanduva, Fernandópolis, Itapeví, José Bonifácio, Mirante do Paranapanema, Osasco e São José do Rio Preto.

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 Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Biscoito doce + Torrada					Leite em pó com Flocos de Milho Biscoito doce					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo								
	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca) Salada					Arroz Ervilha Carne bovina refogada (Carne bovina patinho em iscas (congelado)) Fruta					Arroz Cassulê (Feijão branco + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Farinha de mandioca Salada					Macarrão com Frango (Molho + Peito de frango em cubos (congelado))					Arroz Cuscuz de Sardinha (Flocos de Milho + Molho + Sardinha) Salada								
	Lanche da tarde	Bebida láctea Bolo EI					Bebida láctea Torta Salgada com Sardinha					Bebida láctea Torta Salgada					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Biscoito salgado + Bananada								
		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)
		1109	35,98	24,21	186,75	11,43		1253	61,54	37,87	166,58	6,68		1109	35,98	24,21	186,75	11,43		1253	61,54	37,87	166,58	6,68		1385	49,3	38,1	211,23	10,81
		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)
	117,3	4,57	559,8	5,55	158,7	3,13	189,4	5,08	559,5	4,91	151,8	6,5	117,3	4,57	559,8	5,55	158,7	3,13	189,4	5,08	559,5	4,91	151,8	6,5	191,3	26,17	551,1	8,88	135,1	4,66
	Item do enriquecimento	Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras					Legumes e verduras													
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta								
	Data	13/ago					14/ago					15/ago					16/ago					17/ago								
25	Lanche da manhã	Leite em pó com Chocolate em pó Bolo EI					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torrada + Biscoito doce					Bebida láctea Bolo EI					Leite em pó com Chocolate em pó Biscoito salgado + Bananada								
	Padrão	Arroz com Ervilha (Arroz + ervilha) Ovos cozidos					Arroz Feijão Carne suína ao molho de ervilha (Carne Suína Pernel cubos (congelado)) Salada					Mexidinho (Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moído (congelado)) Farinha de mandioca Salada					Galinhada (Arroz + Molho + Peito de frango em cubos (congelado))					Macarrão a Scabech (Molho + Sardinha) Fruta								
	Lanche da tarde	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Flocos de Milho Torta Salgada com Sardinha					Bebida láctea Torta salgada					Leite em pó com Chocolate em pó Torta Salgada com Sardinha					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)
		821	26,33	22,8	125,5	9,32		1323	66,64	37,94	176,68	10,16		1222	54,49	31,95	179,21	9,5		1079	4,77	26,53	165,19	6,3		1160	41,93	37,39	153,8	6,33
		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)
	117,3	4,57	485,1	2,44	64,7	274,7	185,7	8,2	732,7	6,25	182,1	5,35	186,7	8,28	732,7	4,99	138,6	454,3	212,6	22,79	544,1	7,95	114,1	14,84	191,3	6,34	541	4,9	85,63	1,81
	Item do enriquecimento	Ovos					Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras													
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta								
	Data	20/ago					21/ago					22/ago					23/ago					24/ago								
	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em pó Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Biscoito doce + Torrada					Leite em pó com Flocos de Milho Biscoito doce					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo								
	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca)					Arroz Ervilha Carne bovina refogada (Carne bovina patinho em iscas)					Arroz Cassulê (Feijão branco + Carne suína pernil em cubos (congelado))					Macarrão com Frango (Molho + Peito de frango em cubos (congelado))					Arroz Cuscuz de Sardinha (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)

26		Salada					(congelado) Fruta					Farinha de mandioca Salada					Salada													
	Lanche da tarde	Bebida láctea Bolo EI					Bebida láctea Torta Salgada com Sardinha					Bebida láctea Torta Salgada					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Biscoito salgado + Bananada								
		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)
	891	30,9	23,2	140,13	10,17		1253	61,54	37,87	166,58	6,68		1183	55,42	30,05	172	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	189,4	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	27/ago					28/ago					29/ago					30/ago					31/ago								
27	Lanche da manhã	Leite em pó com Chocolate em pó Bolo EI					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Torrada + Biscoito doce					Bebida láctea Bolo EI					Leite em pó com Chocolate em pó Biscoito salgado + Bananada								
	Padrão	Arroz com Ervilha (Arroz + ervilha) Ovos cozidos					Arroz Feijão Carne suína ao molho de ervilha (Carne Suína Pernil cubos (congelado)) Salada					Mexidinho (Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moído (congelado)) Farinha de mandioca Salada					Galinhada (Arroz + Molho + Peito de frango em cubos (congelado))					Macarrão a Scabech (Molho + Sardinha) Fruta								
	Lanche da tarde	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Flocos de Milho Torta Salgada com Sardinha					Bebida láctea Torta salgada					Leite em pó com Chocolate em pó Torta Salgada com Sardinha					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)
	1109	35,98	24,21	186,75	11,43		1323	66,64	37,94	176,68	10,16		1222	54,49	31,95	179,21	9,5		1079	4,77	26,53	165,19	6,3		1160	41,93	37,39	153,8	6,33	
	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)
	117,3	4,57	559,8	5,55	158,7	3,13	185,7	8,2	732,7	6,25	182,1	5,35	186,7	8,28	732,7	4,99	138,6	454,3	212,6	22,79	544,1	7,95	114,1	14,84	191,3	6,34	541	4,9	85,63	1,81
Item do enriquecimento	Ovos / Legumes e verduras					Legumes e verduras					Legumes e verduras																			
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta								
	Data	03/set					04/set					05/set					06/set					07/set								
28	Lanche da manhã	Bebida láctea Biscoito doce					Leite em pó com Chocolate em pó Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Biscoito doce + Torrada					Leite em pó com Flocos de Milho Biscoito doce					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo								
	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca) Salada					Arroz Ervilha Carne bovina refogada (Carne bovina patinho em iscas (congelado)) Fruta					Arroz Cassulê (Feijão branco + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Farinha de mandioca Salada					Macarrão com Frango (Molho + Peito de frango em cubos (congelado))					Arroz Cuscuz de Sardinha (Flocos de Milho + Molho + Sardinha) Salada								
	Lanche da tarde	Bebida láctea Bolo EI					Bebida láctea Torta Salgada com Sardinha					Bebida láctea Torta Salgada					Bebida láctea Mistura para preparo de bolo					Bebida láctea Biscoito salgado + Bananada								
		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)
	891	30,94	23,02	140,13	10,17		1253	61,54	37,87	166,58	6,68		1194	55,36	30,5	174,4	9,3													
	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)
	117,3	4,57	522	3,03	121,6	2,69	189,4	5,08	559,5	4,91	151,8	6,5	224,6	25,12	554,2	11,94	95,3	4,75												
Item do enriquecimento						Legumes e verduras					Fruta					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 EPOCA, CONSULTE: <http://www.hortiescolha.com.br/>