



GOVERNO DO ESTADO DE SAO PAULO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCACAO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVICOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTACAO E ASSISTENCIA AO ALUNO
CENTRO DE SERVIÇOS DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO DAAA/CENUT Nº 16806 AG. 01/2018

A Diretoria Técnica do DAAA/CENUT, no uso de suas atribuições, comunica aos Senhores Dirigentes Regionais de Ensino, Supervisores e Diretores de Escolas do o Cardápio para o 8º CICLO de distribuição de 2018, Cardápio COZINHEIROS DA EDUCAÇÃO - INTEGRAL, Região 1.

CARDÁPIO PARA O 8º CICLO / 2018
AGRUPAMENTO 01

CENTRO, CENTRO SUL, NORTE 1, NORTE 2

Sem	Cardápio	Terça						Quarta						Quinta						Sexta									
	Data	16/out						17/out						18/out						19/out									
		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SALGADO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE						BEBIDA LÁCTEA + TORTA SALGADA									
		ARROZ + ALMONDEGAS AO MOLHO						ARROZ COM FEIJÃO CARNE SUINA DE PANELA FAROFA NUTRITIVA						MACARRÃO AO MOLHO COM ATUM ARROZ DOCE COM BEBIDA LÁCTEA						ARROZ CUSCUZ DE FRANGO FAROFA NUTRITIVA									
		BEBIDA LÁCTEA + BOLO						LEITE COM CHOCOLATE TORTA SALGADA + REQUEIJÃO						ITEM DE ENRIQUECIMENTO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO									
		ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ITEM DE ENRIQUECIMENTO									
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)					
		1056	37,51	26,66	166,61	4,16		1104	46,41	27,61	167,56	8,71		1030	42,33	23,56	162,22	4,01		1251	63,22	32,81	175,68	3,43					
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
1		74,03	1,78	1.010,05	2,99	46,15	4,49	1.175,10	186,78	8,32	567,39	4,13	160,73	3,80	363,50	14,69	4,66	949,99	6,73	100,76	5,79	945,41	188,04	22,31	507,90	7,17	92,84	6,36	379,70

Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta					
	Data	22/out						23/out						24/out						25/out						26/out					
		LEITE COM CHOCOLATE + BOLO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SALGADO						BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALGADO					
		ARROZ COM LENTILHA FRITADA DE OVOS FAROFA NUTRITIVA						ARROZ BRANCO CARNE SUÍNA AO MOLHO						ARROZ COM FEIJÃO CUSCUZ DE SARDINHA						MACARRÃO COM MOELA						MEXIDINHO ARROZ COM FEIJÃO E CARNE MOÍDA					
		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE						BEBIDA LÁCTEA + BOLO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE						ARROZ DOCE						LEITE COM CHOCOLATE ARROZ DOCE					
		ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ITEM DE ENRIQUECIMENTO					

2	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)									
	1065	28,88	24,54	182,19	8,13			1102	37,32	29,99	170,74	4,62			948	43,42	21,88	144,34	8,62			999	40,40	22,82	157,96	5,08			1359	64,88	35,18	195,84	8,55		
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
	122,05	4,87	982,72	3,08	128,21	2,18	913,92	74,03	3,64	1.034,63	2,77	67,09	2,77	1.324,64	187,80	6,42	510,40	3,70	131,53	5,28	273,08	39,26	5,13	928,44	5,08	77,32	3,92	852,15	186,78	24,32	551,32	10,66	158,28	9,67	448,76

Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta														
	Data	29/out					30/out					31/out					01/nov					Feriado														
3		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE					BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SALGADO					BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALGADO					BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE					Feriado														
		ARROZ COM FEIJÃO FAROFA COM LEGUMES					MEXIDINHO ARROZ COM FEIJÃO E CARNE MOÍDA					ARROZ + FEIJÃO COM CARNE DE FAROFA NUTRITIVA					MACARRÃO AO MOLHO COM CARNE																			
		LEITE COM CHOCOLATE + BOLO					BEBIDA LÁCTEA + BOLO ITEM DE ENRIQUECIMENTO					LEITE COM CHOCOLATE + BISCOITO ITEM DE ENRIQUECIMENTO					ARROZ DOCE ITEM DE ENRIQUECIMENTO																			
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)									
		1091	33,84	25,78	180,78	14,60			1056	37,51	26,66	166,61	4,16			1104	46,41	27,61	167,56	8,71			1030	42,33	23,56	162,22	4,01									
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		119,05	6,73	996,29	4,63	131,45	2,49	945,80	74,03	1,78	1.010,05	2,99	46,15	4,49	1.175,10	186,78	8,32	567,39	4,13	160,73	3,80	363,50	14,69	4,66	949,99	6,73	100,76	5,79	945,41							

Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta														
	Data	05/nov					06/nov					07/nov					08/nov					09/nov														
4		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE					BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE					BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE					BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SAL					BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALGADO														
		ARROZ COM LENTILHA OVOS COZIDO					ARROZ COM CARNE SUÍNA AO MOLHO					ARROZ COM FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA					MACARRÃO AO ALHO E OLEO MOELA AO MOLHO					ARROZ COM FEIJÃO CUSCUZ DE SARDINHA														
		LEITE COM CHOCOLATE + BOLO					BEBIDA LÁCTEA + BOLO ITEM DE ENRIQUECIMENTO					LEITE COM CHOCOLATE + BISCOITO ITEM DE ENRIQUECIMENTO					ARROZ DOCE ITEM DE ENRIQUECIMENTO					BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE														
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		1000	29,72	22,93	168,63	8,12			947	31,34	24,37	150,71	4,10			948	43,42	21,88	144,34	8,62			999	40,40	22,82	157,96	5,08			1359	64,88	35,18	195,84	8,55		
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		122,31	4,86	977,39	3,34	128,79	2,22	725,71	1,73	1,92	854,77	2,49	45,84	2,15	1.258,32	187,80	6,42	510,40	3,70	131,53	5,28	273,08	39,26	5,13	928,44	5,08	77,32	3,92	852,15	186,78	24,32	551,32	10,66	158,28	9,67	448,76

Elaborado por:

ANÁ FERRAZ MOTTA CRN: 41118
 Nutricionista CENUT
 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.

OBS: Item de enriquecimento (frutas, verduras e legumes ou ovo) - Disponível de acordo com o recebimento/aquisição dos itens hortifrutigranjeiros.