



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 17089 AG. 01/2019

A Diretoria Técnica do DAAA/CENUT, no uso de suas atribuições, comunica aos Senhores Dirigentes Regionais de Ensino, Supervisores e Diretores de Escolas do Sistema o Cardápio para o 1º CICLO de distribuição de 2019, Cardápio INTEGRAL, Região 1.

CARDÁPIO PARA O 1º CICLO / 2019
AGRUPAMENTO 01

SÃO CARLOS

Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta																	
	Data	04/fev						05/fev						06/fev						07/fev						08/fev																	
1		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO CROQUETE VEGETARIANO MOLHO ROSÊ BEBIDA LÁCTEA + BOLO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO MACARRÃO AO MOLHO CARNE SUINA DE PANELA ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ BRANCO FEIJOADA BEBIDA LÁCTEA TORRADA COM GELEIA						BEBIDA LÁCTEA + BOLO ARROZ BRANCO ESTROGONOF ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO MACARRÃO AO MOLHO REFOGADO DE ATUM ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO																	
1		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)						
		921	29,87	15,41	165,72	10,45			960	41,58	22,91	146,93	7,87				841	37,17	19,81	128,61	6,12				869	38,66	25,17	121,99	3,66				1162	41,99	35,13	169,40	8,96						
		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)	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)
		69,16	4,25	267,30	4,16	164,14	2,87	503,46	141,75	7,16	428,36	4,11	135,01	2,68	461,20	139,77	8,37	359,34	0,71	91,62	2,47	351,29	186,78	6,22	527,65	5,98	87,66	3,32	634,09	69,16	3,67	432,62	3,72	143,08	2,58	724,29							

Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta																	
	Data	11/fev						12/fev						13/fev						14/fev						15/fev																	
2		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ COM LENTILHA FRITADA DE OVOS FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BOLO						BEBIDA LÁCTEA + BOLO ARROZ COM FEIJÃO BOLINHO DE PEIXE ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ BRANCO FEIJOADA FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BOLO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO MACARRÃO AO MOLHO SARDINHA AO FORNO ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ COM FEIJÃO CARNE DE PANELA FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO																	
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)				Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)						
		947	32,71	19,76	159,53	8,60			1202	54,06	25,29	189,60	11,61				1064	42,48	24,65	168,07	9,94				872	34,17	22,22	133,95	3,64				1129	44,27	33,20	163,17	10,49						
		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)	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)
		146,18	4,89	397,77	3,76	130,91	3,77	394,42	78,31	4,42	452,23	6,18	181,91	5,50	463,13	92,30	4,15	460,28	3,47	137,81	12,10	566,11	73,48	1,71	386,61	4,82	55,47	2,34	608,50	201,28	5,76	790,19	5,23	144,74	11,72	739,42							

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																							
	Data	18/fev	19/fev	20/fev	21/fev	22/fev																							
3		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO COM LEGUMES FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ COM FEIJÃO CARNE SUINA DE PANELA FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ BRANCO ESTROGONOF BEBIDA LÁCTEA + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ OU REQUEIJÃO REFOGADO DE ATUM ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BOLO ARROZ COM FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO																							
3		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)		
		1036	32,99	19,15	183,02	8,35			964	41,81	23,31	146,68	9,22			877	33,89	20,07	140,32	2,76			1040	44,25	31,79	144,14	5,35		
		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)
		73,48	6,17	439,11	4,42	150,87	2,71	512,23	145,78	5,45	410,57	3,10	127,85	2,58	526,60	78,31	3,69	395,98	1,57	78,02	2,10	485,92	195,04	4,62	695,10	5,10	84,31	3,33	791,07

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																							
	Data	25/fev	26/fev	27/fev	28/fev	01/mar																							
4		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ COM LENTILHA FRITADA DE OVOS FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ COM FEIJÃO CARNE BOVINA AO MOLHO FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ BRANCO FEIJOADA FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO CARNE DE PANELA BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO	BEBIDA LÁCTEA+ BISCOITO ARROZ COM FEIJÃO SARDINHA AO FORNO FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA+ BISCOITO																							
4		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)		
		854	29,36	18,21	143,10	6,88			1131	46,96	26,48	176,16	10,38			930	40,36	22,59	141,44	6,53			907	34,01	24,05	138,64	3,90		
		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)
		140,17	6,56	386,29	3,94	127,05	3,63	328,62	72,30	7,37	439,35	5,53	141,25	4,41	557,53	139,77	5,35	578,29	2,83	145,96	3,31	463,23	67,47	5,24	391,33	5,59	51,62	2,21	702,80

Elaborado por:

ANAI 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.

ITEM DE ENRIQUECIMENTO: SÃO AS FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES QUE DEVERÃO SER SERVIDAS PORÉM DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS PRODUTOS E COM A MODALIDADE DE AQUISIÇÃO