



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 17199 AG. 03/2019**

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 2º CICLO de distribuição de 2019, Cardápio INTEGRAL, Região 1.

**CARDÁPIO PARA O 2º CICLO / 2019**

**AGRUPAMENTO 03**

**AMERICANA, BRAGANÇA PAULISTA, CAMPISNAS OESTE, CAPIVARI, CARAGUATATUBA, GUARATINGUETA, ITAQUAQUECETUBA, JACAREI, JUNDIAÍ, LIMEIRA, MOGI DAS CRUZES, MOGI MIRIM, PINDAMONHAGABA, PIRASSUNUNGA, SÃO JOÃO DA BOA VISTA, SÃO JOSÉ DOS CAMPOS, SUZANO, TAUBATÉ.**

Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta						
	Data	18/mar							19/mar							20/mar							21/mar							22/mar						
1		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO						
		"RISPOIS" (ARROZ COM ERVILHA OU RISOTO DE ERVILHA) FAROFA TEMPERADA							ARROZ COM FEIJÃO CARNE DE PANELA COM LEGUME ITEM DE ENRIQUECIMENTO							ARROZ BRANCO CASSULÊ FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO							MACARRÃO AO MOLHO ATUM AO FORNO ITEM DE ENRIQUECIMENTO							BEBIDA LÁCTEA BISCOITO COM GELEIA						
		BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + TORTA SALGADA REQUEIJÃO CASEIRO							LEITE COM CHOCOLATE BOLO							BEBIDA LÁCTEA TORTA SALGADA							BEBIDA LÁCTEA BISCOITO COM GELEIA						
		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)		
1		1025	31,96	17,68	184,48	8,81			1032	35,72	31,44	151,52	10,69			1340	56,57	36,11	197,15	11,78			1071	45,77	18,74	179,69	4,89			1256	50,52	32,62	190,12	10,17		
		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)
		148,49	5,52	457,87	5,62	148,95	1,49	490,09	100,37	3,05	396,23	8,65	151,83	3,09	849,04	190,62	8,98	585,56	7,41	200,59	3,88	785,42	102,35	2,50	356,13	8,97	135,35	2,79	343,24	228,28	24,36	923,55	13,49	183,69	5,54	786,88
Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta						
	Data	25/mar							26/mar							27/mar							28/mar							29/mar						
2		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO						
		ARROZ BRANCO KIBE DE FEIJÃO (OU CROQUETE VEGETARIANO) FRITADA DE OVOS							ARROZ BRANCO ESTROGONOF ITEM DE ENRIQUECIMENTO							ARROZ BRANCO CREME DE ERVILHA CARNE DE PANELA							MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO ALMONDEGAS AO MOLHO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO						
		BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO REQUEIJÃO CASEIRO							BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + TORTA SALGADA							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO						
																														BEBIDA LÁCTEA + BOLO						
		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)		

2		1020	32,17	17,94	182,46	5,18			1132	38,57	40,58	153,09	7,07			1169	49,01	22,31	193,12	10,70			931	32,94	28,90	134,85	5,19			1184	45,72	36,29	168,66	10,08		
		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)
		148,49	4,08	439,31	5,41	129,43	2,23	424,81	217,70	5,84	621,52	5,82	122,52	2,84	1.174,80	190,62	8,39	566,22	6,88	162,70	4,70	371,51	102,35	3,09	332,64	7,74	107,88	3,39	905,76	189,93	6,50	587,83	6,83	183,42	2,29	704,74
Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta						
	Data	01/abr							02/abr							03/abr							04/abr							05/abr						
3		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO						
		ARROZ COM FEIJÃO CUSCUZ DE LEGUMES FAROFA TEMPERADA							ARROZ BRANCO CREME DE MILHO ÍSCAS GRELHADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO							ARROZ BRANCO FEIJOADA FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO							MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO MOLHO ROSÊ BOLINHO DE PEIXE							ARROZ COM FEIJÃO CUSCUZ DE LEGUME ALMONDEGAS AO FORNO						
		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + TORTA SALGADA							BEBIDA LÁCTEA + TORTA SALGADA							BEBIDA LÁCTEA BISCOITO COM GELÉIA						
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)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		797	26,92	16,48	135,34	7,55			1032	35,72	31,44	151,52	10,69			963	45,23	22,94	143,98	9,44			843	40,73	17,54	130,55	3,63			1256	50,52	32,62	190,12	10,17		
		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)
		148,49	5,52	420,07	3,10	111,78	1,49	490,09	100,37	3,05	396,23	8,65	151,83	3,09	849,04	190,62	8,39	534,09	3,75	140,01	2,81	414,35	102,35	2,50	318,33	6,45	98,18	2,79	343,24	228,28	24,36	923,55	13,49	183,69	5,54	786,88
Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta						
	Data	08/abr							09/abr							10/abr							11/abr							12/abr						
4		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO						
		ARROZ COM FEIJÃO OVOS COZIDOS FAROFA TEMPERADA							ARROZ COM FEIJÃO CREME DE MILHO OU PURÊ DE FEIJÃO BRANCO OU PURÊ DE ERVILHA ÍSCAS GRELHADA							ARROZ BRANCO KIBE DE FEIJÃO OU TUTU CARNE AO MOLHO ITEM DE ENRIQUECIMENTO							MACARRÃO AO SUGO SARDINHA AO FORNO ITEM DE ENRIQUECIMENTO							ARROZ COM FEIJÃO FRANGO GRELHADO CREME DE MILHO ITEM DE ENRIQUECIMENTO						
		BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + TORTA SALGADA COM REQUEIJÃO CASEIRO							BEBIDA LÁCTEA + TORTA SALGADA							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)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		792	27,13	16,74	133,32	3,92			1132	38,57	40,58	153,09	7,07			963	45,23	22,94	143,98	9,44			850	40,50	18,25	130,82	4,12			1184	45,72	36,29	168,66	10,08		
		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)
		148,49	4,08	401,51	2,89	92,26	2,23	424,81	217,70	5,84	621,52	5,82	122,52	2,84	1.174,80	190,62	8,39	534,09	3,75	140,01	2,81	414,35	102,35	2,50	320,86	7,74	84,48	5,16	543,51	189,93	6,50	587,83	6,83	183,42	2,29	704,74

Elaborado por:

CINTIA DE CAMPOS BATISTA CRN: 13864  
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