



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 17248 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 2º CICLO de distribuição de 2019, Cardápio COZINHEIROS DA EDUCAÇÃO - INTEGRAL, Região 1.

CARDÁPIO PARA O 2º CICLO / 2019

AGRUPAMENTO 01

CENTRO, CENTRO SUL, NORTE 1, NORTE 2, GUARULHOS NORTE, GUARULHOS SUL

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	Data	04/mar	05/mar	06/mar	07/mar	08/mar
1		FERIADO	FERIADO	FERIADO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO MACARRÃO AO MOLHO FRANGO GRELHADO ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA +BOLO SALG	BEBIDA LÁCTEA + BOLO ARROZ COM FEIJÃO TORTA DE ATUM ITEM DE ENRIQUECIMENTO FLOCOS DE MILHO BEBIDA LÁCTEA
					Kcal 849 Prot (g) 41,32 Lip (g) 17,87 CHO (g) 130,82 Fib (g) 4,12	Kcal 1002 Prot (g) 36,68 Lip (g) 26,89 CHO (g) 153,36 Fib (g) 9,60
					Vit A(ug) 102,35 Vit C(mg) 2,50 Ca(mg) 323,38 Fe(mg) 6,86 Mg(mg) 102,12 Zn(mg) 2,76 Na(mg) 567,45	Vit A(ug) 72,60 Vit C(mg) 21,57 Ca(mg) 247,13 Fe(mg) 9,36 Mg(mg) 117,52 Zn(mg) 4,03 Na(mg) 669,31

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	Data	11/mar	12/mar	13/mar	14/mar	15/mar
		BEBIDA LÁCTEA BISCOITO COM GELÉIA ARROZ COM LENTILHA OVOS MEXIDOS FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ COM FEIJÃO ÍSCAS GRELHADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALG	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ BRANCO FEIJOADA FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO CARNE SUÍNA AO MOLHO BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALG REQUEIJÃO CASEIRO	BEBIDA LÁCTEA + BOLO ARROZ COM FEIJÃO ATUM REFOGADO ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA BISCOITO COM GELÉIA
		Kcal 756 Prot (g) 24,84 Lip (g) 16,26 CHO (g) 127,58 Fib (g) 5,81	Kcal 1044 Prot (g) 45,07 Lip (g) 26,65 CHO (g) 156,06 Fib (g) 6,18	Kcal 977 Prot (g) 29,79 Lip (g) 24,15 CHO (g) 160,14 Fib (g) 11,27	Kcal 871 Prot (g) 41,76 Lip (g) 20,08 CHO (g) 130,82 Fib (g) 4,12	Kcal 898 Prot (g) 33,69 Lip (g) 26,28 CHO (g) 131,65 Fib (g) 9,33

2	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)
	148,89	4,38	394,71	2,87	74,26	1,96	426,01	169,10	4,06	481,11	5,82	104,14	4,23	798,56	73,30	6,18	281,60	6,72	161,07	2,05	628,79	102,35	2,50	326,53	7,14	98,97	3,27	586,35	72,60	3,71	253,63	4,15	121,22	1,41	599,77

Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta							
	Data	18/mar							19/mar							20/mar							21/mar							22/mar							
		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							
		ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO COM LEGUMES FAROFA TEMPERADA							ARROZ BRANCO CARNE DE PANELA ITEM DE ENRIQUECIMENTO							ARROZ BRANCO CASSULÊ (FEIJOADA COM FEIJÃO BRANCO) FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO							MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO MOLHO ROSÊ FRANGO GRELHADO							ARROZ COM FEIJÃO BOLINHO DE PEIXE							
		BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA BISCOITO COM GELÉIA							BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + COOKIE							BEBIDA LÁCTEA BISCOITO COM GELÉIA							
		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)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		797	26,92	16,48	135,34	7,55		965	45,73	21,39	147,48	9,62		917	38,61	15,33	156,11	10,20		849	41,32	17,87	130,82	4,12		1002	36,68	26,89	153,36	9,60							
		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)	
3		148,49	5,52	420,07	3,10	111,78	1,49	490,09	101,63	2,45	384,45	8,65	141,03	4,86	515,77	73,30	5,59	275,49	6,11	152,16	1,93	309,38	102,35	2,50	323,38	6,86	102,12	2,76	567,45	72,60	21,57	247,13	9,36	117,52	4,03	669,31	

Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta							
	Data	25/mar							26/mar							27/mar							28/mar							29/mar							
		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA + BOLO							
		ARROZ COM LENTILHA CROQUETE VEGETARIANO OVOS COZIDOS							ARROZ COM FEIJÃO CARNE SUINA DE PANELA FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO							ARROZ BRANCO ESTROGONOF ITEM DE ENRIQUECIMENTO							MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO ISCAS GRELHADA							ARROZ COM FEIJÃO ATUM REFOGADO COM LEGUMES ITEM DE ENRIQUECIMENTO							
		BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA BOLO COM GELÉIA							BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALG							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO							BEBIDA LÁCTEA BISCOITO COM GELÉIA							
		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)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		756	24,84	16,26	127,58	5,81		1044	45,07	26,65	156,06	6,18		917	38,61	15,33	156,11	10,20		931	32,94	28,90	134,85	5,19		898	33,69	26,28	131,65	9,33							
		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)	
4		148,89	4,38	394,71	2,87	74,26	1,96	426,01	169,10	4,06	481,11	5,82	104,14	4,23	798,56	73,30	5,59	275,49	6,11	152,16	1,93	309,38	102,35	3,09	332,64	7,74	107,88	3,39	905,76	72,60	3,71	253,63	4,15	121,22	1,41	599,77	

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