



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 17252 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 - REGULAR, 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	MACARRÃO AO MOLHO FRANGO GRELHADO ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ COM FEIJÃO ATUM REFOGADO ITEM DE ENRIQUECIMENTO													
					Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta													
	Data	11/mar	12/mar	13/mar	14/mar	15/mar													
2		ARROZ COM LENTILHA OVOS MEXIDOS FAROFA TEMPERADA	ARROZ COM FEIJÃO CARNE DE PANELA ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ BRANCO FEIJOADA FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO CARNE MOÍDA AO MOLHO	ARROZ COM FEIJÃO FRANGO GRELHADO ITEM DE ENRIQUECIMENTO													
					Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	Data	18/mar	19/mar	20/mar	21/mar	22/mar
		ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO COM LEGUMES FAROFA TEMPERADA	ARROZ COM FEIJÃO ISCAS GRELHADA CUSCUZ DE LEGUME	ARROZ BRANCO CASSULÊ (FEIJOADA COM FEIJÃO BRANCO) FAROFA TEMPERADA	MACARRÃO AO MOLHO ATUM REFOGADO COM LEGUME ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ BRANCO ESTROGONOF ITEM DE ENRIQUECIMENTO

3	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)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)				
	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(ug)	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(Ui)	Vit C(ug)	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)		
	258	9,31	0,38	54,33	6,35		404	28,38	3,43	64,87	6,15		467	27,14	4,73	78,90	7,11		335	24,06	2,85	53,38	2,78		615	36,88	18,07	76,30	6,81								
	0,20	2,02	46,16	1,78	74,48	0,29	105,38	1,26	0,73	119,99	7,03	125,03	4,03	83,21	0,20	2,02	91,52	4,83	126,14	1,23	157,04	16,58	0,92	35,64	5,05	75,10	1,70	308,41	3,15	19,88	45,96	8,88	89,06	6,12	433,22		

Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta						
	Data	25/mar							26/mar							27/mar							28/mar							29/mar						
		ARROZ COM LENTILHA CROQUETE VEGETARIANO OVOS COZIDO							ARROZ COM FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA FAROFA TEMPERADA							ARROZ COM FEIJÃO CARNE SUÍNA AO FORNO ITEM DE ENRIQUECIMENTO							MACARRÃO AO MOLHO FRANGO TEMPERADO AO FORNO ITEM DE ENRIQUECIMENTO							ARROZ COM FEIJÃO CARNE DE PANELA 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)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
		217	7,23	0,16	46,57	4,61		483	27,72	8,70	73,44	2,70		467	27,14	4,73	78,90	7,11		335	24,06	2,85	53,38	2,78		511	33,88	17,46	54,58	6,54						
		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(Ui)	Vit C(ug)	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		0,40	0,88	20,80	1,55	36,96	0,76	41,30	68,73	1,61	216,65	4,19	88,14	3,40	366,00	0,20	2,02	91,52	4,83	126,14	1,23	157,04	16,58	0,92	35,64	5,05	75,10	1,70	308,41	3,15	2,02	52,46	3,67	92,76	3,50	363,68

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