



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 17331 AG. 02/2019

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 3º CICLO de distribuição de 2019, Cardápio REGULAR - SEM CONGELADO, Região 2.

CARDÁPIO PARA O 3º CICLO / 2019
AGRUPAMENTO 02

BOTUCATU, DIADEMA, ITAPECERICA DA SERRA, ITAPETININGA, ITARARÉ, ITU, MAUÁ, MIRACATÚ, REGISTRO, SANTO ANDRÉ, SANTOS, SÃO BERNARDO DO CAMPO, SÃO ROQUE, SOROCABA, SUL 1, SUL 2, SUL 3, TABOÃO DA SERRA, VOTORANTIM.

Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta																	
	Data	08/abr					09/abr					10/abr					11/abr					12/abr																	
1		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO FEIJÃO COM LEGUMES FAROFA TEMPERADA					ARROZ COM FEIJÃO OVOS MEXIDOS FAROFA TEMPERADA					ARROZ BRANCO KIBE DE FEIJÃO CREME DE MILHO ITEM DE ENRIQUECIMENTO					MACARRÃO AO MOLHO ATUM AO ALHO E ÓLEO					ARROZ BRANCO ATUM AO MOLHO ROSÊ 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)													
		258	9,31	0,38	54,33	6,35	508	22,78	17,33	65,12	8,22	444	20,02	16,13	54,58	6,54	454	20,09	17,66	53,63	2,96	636	27,53	13,73	100,61	9,27													
		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(Ug)	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)										
	0,20	2,02	46,16	1,78	74,49	0,29	144,38	3,15	0,73	122,51	6,66	131,34	2,39	333,89	3,15	2,02	50,57	2,54	92,76	0,66	393,86	10,91	0,92	35,64	5,55	75,74	1,64	564,13	41,50	19,88	424,09	11,72	130,83	4,73	476,00				
2		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ COM LENTILHA CROQUETE VEGETARIANO					ARROZ COM FEIJÃO BOLINHO DE PEIXE CUSCUZ DE LEGUME					ARROZ COM FEIJÃO ATUM AO FORNO ITEM DE ENRIQUECIMENTO					MACARRÃO AO MOLHO ATUM REFOGADO ITEM DE ENRIQUECIMENTO					FERIADO																	
		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	600	24,76	26,11	66,61	4,60	444	20,02	16,13	54,58	6,54	454	20,09	17,66	53,63	2,96																		
		Vit A(Ug)	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(Ug)	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)										
	0,40	0,88	20,80	1,55	36,97	0,76	80,30	3,15	0,92	347,79	3,82	77,00	2,34	674,93	3,15	2,02	50,57	2,54	92,76	0,66	393,86	10,91	0,92	35,64	5,55	75,74	1,64	564,13											
3		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ COM LENTILHA CROQUETE VEGETARIANO					ARROZ COM FEIJÃO BOLINHO DE PEIXE CUSCUZ DE LEGUME					ARROZ COM FEIJÃO ATUM AO FORNO ITEM DE ENRIQUECIMENTO					MACARRÃO AO MOLHO ATUM REFOGADO ITEM DE ENRIQUECIMENTO					ARROZ COM FEIJÃO ATUM AO MOLHO 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)													
		258	9,31	0,38	54,33	6,35	508	22,78	17,33	65,12	8,22	444	20,02	16,13	54,58	6,54	454	20,09	17,66	53,63	2,96	636	27,53	13,73	100,61	9,27													
		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(Ug)	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)										
	0,20	2,02	46,16	1,78	74,49	0,29	144,38	3,15	0,73	122,51	6,66	131,34	2,39	333,89	3,15	2,02	50,57	2,54	92,76	0,66	393,86	10,91	0,92	35,64	5,55	75,74	1,64	564,13	41,50	19,88	424,09	11,72	130,83	4,73	476,00				

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																														
	Data	29/abr	30/abr	01/mai	02/mai	03/mai																														
4		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO FEIJÃO COM LEGUMES FAROFA TEMPERADA	ARROZ COM FEIJÃO OVOS MEXIDOS FAROFA TEMPERADA	FERIADO	ARROZ BRANCO KIBE DE FEIJÃO CREME DE MILHO ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ BRANCO ATUM AO MOLHO ROSÊ 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)																
		217	7,23	0,16	46,57	4,61			600	24,76	26,11	66,61	4,60			454	20,09	17,66	53,63	2,96			564	22,73	17,39	79,15	9,18									
		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)							
	0,40	0,88	20,80	1,55	36,97	0,76	80,30	3,15	0,92	347,79	3,82	77,00	2,34	674,93	10,91	0,92	35,64	5,55	75,74	1,64	564,13	3,15	2,02	88,37	5,06	130,56	1,48	393,86								
5		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO FEIJÃO COM LEGUMES FAROFA TEMPERADA	ARROZ COM FEIJÃO OVOS MEXIDOS FAROFA TEMPERADA	ARROZ COM FEIJÃO ATUM AO FORNO ITEM DE ENRIQUECIMENTO	MACARRÃO AO MOLHO ATUM AO ALHO E ÓLEO	ARROZ BRANCO ATUM AO MOLHO ROSÊ 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)									
		258	9,31	0,38	54,33	6,35			508	22,78	17,33	65,12	8,22			444	20,02	16,13	54,58	6,54			454	20,09	17,66	53,63	2,96			636	27,53	13,73	100,61	9,27		
		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)
	0,20	2,02	46,16	1,78	74,49	0,29	144,38	3,15	0,73	122,51	6,66	131,34	2,39	333,89	3,15	2,02	50,57	2,54	92,76	0,66	393,86	10,91	0,92	35,64	5,55	75,74	1,64	564,13	41,50	19,88	424,09	11,72	130,83	4,73	476,00	

Elaborado por:

THAMIRYS MIRANDA CRN: 55493
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