



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 17360 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 4º CICLO de distribuição de 2019, Cardápio INTEGRAL, Região 1.

CARDÁPIO PARA O 4º 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	20/mai	21/mai	22/mai	23/mai	24/mai
1		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO LEGUMES COZIDOS FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO	DIA DO LANCHINHO + BEBIDA LÁCTEA VERIFICAR COMUNICADO CENUT Nº ARROZ BRANCO ESTROGONOFF ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO GELEIA MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS LEGUMES AO FORNO BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ COM LEGUMES CREME DE MILHO ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALGADO COM REQUEIJÃO CASEIRO	BEBIDA LÁCTEA + BOLO ARROZ BRANCO TORTA DE ATUM LEGUMES REFOGADOS BEBIDA LÁCTEA + FLOCOS DE MILHO
1		Kcal Prot (g) Lip (g) CHO (g) Fib (g) Vit A(ug) Vit C(mg) Ca(mg) Fe(mg) Mg(mg) Zn(mg) Na(mg)	Kcal Prot (g) Lip (g) CHO (g) Fib (g) Vit A(ug) Vit C(mg) Ca(mg) Fe(mg) Mg(mg) Zn(mg) Na(mg)	Kcal Prot (g) Lip (g) CHO (g) Fib (g) Vit A(ug) Vit C(mg) Ca(mg) Fe(mg) Mg(mg) Zn(mg) Na(mg)	Kcal Prot (g) Lip (g) CHO (g) Fib (g) Vit A(ug) Vit C(mg) Ca(mg) Fe(mg) Mg(mg) Zn(mg) Na(mg)	Kcal Prot (g) Lip (g) CHO (g) Fib (g) Vit A(ug) Vit C(mg) Ca(mg) Fe(mg) Mg(mg) Zn(mg) Na(mg)
		1014 32,52 24,86 165,17 7,76	1190 52,51 30,02 177,44 10,01	1189 46,96 30,29 182,13 9,86	966 43,62 25,04 141,52 6,92	1377 52,03 39,55 203,13 11,90
		241,70 5,72 563,30 3,88 123,30 1,84 800,63 205,61 2,52 528,17 9,49 152,86 5,10 799,89 164,52 8,54 651,82 4,11 133,76 4,07 740,92 204,35 2,52 415,78 5,43 66,39 1,57 838,63 202,18 24,52 1.037,49 13,43 159,79 6,68 1.109,22				
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	Data	27/mai	28/mai	29/mai	30/mai	31/mai
2		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO OVOS MEXIDOS ITEM DE ENRIQUECIMENTO VITAMINA DE FRUTAS + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ BRANCO ALMONDEGAS LEGUMES AO FORNO BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALGADO COM QUEIJO PROCESSADO	BEBIDA LÁCTEA + BOLO ARROZ COM LEGUMES FAROFA TEMPERADA CARNE DE PANELA BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO	DIA DO LANCHINHO + BEBIDA LÁCTEA VERIFICAR COMUNICADO CENUT Nº MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO COM GELEIA DIA DO LANCHINHO VERIFICAR COMUNICADO CENUT Nº 11 ITEM DE ENRIQUECIMENTO VITAMINA DE FRUTAS COM BOLO
2		Kcal Prot (g) Lip (g) CHO (g) Fib (g) Vit A(ug) Vit C(mg) Ca(mg) Fe(mg) Mg(mg) Zn(mg) Na(mg)	Kcal Prot (g) Lip (g) CHO (g) Fib (g) Vit A(ug) Vit C(mg) Ca(mg) Fe(mg) Mg(mg) Zn(mg) Na(mg)	Kcal Prot (g) Lip (g) CHO (g) Fib (g) Vit A(ug) Vit C(mg) Ca(mg) Fe(mg) Mg(mg) Zn(mg) Na(mg)	Kcal Prot (g) Lip (g) CHO (g) Fib (g) Vit A(ug) Vit C(mg) Ca(mg) Fe(mg) Mg(mg) Zn(mg) Na(mg)	Kcal Prot (g) Lip (g) CHO (g) Fib (g) Vit A(ug) Vit C(mg) Ca(mg) Fe(mg) Mg(mg) Zn(mg) Na(mg)
		790 25,74 16,23 135,22 7,37	966 45,73 21,45 147,48 11,51	941 40,69 22,63 143,77 9,27	829 39,43 17,24 128,93 3,87	1242 48,47 32,07 189,91 11,88
		137,71 5,65 419,57 3,05 111,48 1,60 555,52 101,63 2,45 384,45 8,65 141,67 5,68 554,77 62,52 8,52 534,23 3,73 114,69 3,26 498,66 102,35 2,50 320,86 5,10 65,59 1,57 597,00 100,18 24,50 923,05 13,42 158,99 6,68 867,59				
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	Data	03/jun	04/jun	05/jun	06/jun	07/jun
		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO	BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO GELEIA	DIA DO LANCHINHO + BEBIDA LÁCTEA	BEBIDA LÁCTEA + COOCKIE

3		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO LEGUMES COZIDOS FAROFA TEMPERADA						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ BRANCO ESTROGONOFF ITEM DE ENRIQUECIMENTO						MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS LEGUMES AO FORNO BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO						VERIFICAR COMUNICADO CENUT N ^o ARROZ COM LEGUMES CREME DE MILHO ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALGADO COM REQUEIJÃO CASEIRO						ARROZ BRANCO TORTA DE ATUM LEGUMES REFOGADOS BEBIDA LÁCTEA + FLOCOS DE MILHO										
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)						
		919	29,52	23,97	146,42	3,77		1193	51,26	37,71	162,19	7,91		1090	46,77	30,56	156,99	9,29		1010	45,32	28,01	144,04	4,15		1305	47,23	43,21	181,67	11,82						
		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)
		239,71	4,23	515,46	2,84	92,76	2,34	731,87	203,63	5,27	724,18	5,82	88,13	5,63	1.137,44	164,52	8,54	656,86	4,81	101,00	5,15	705,64	204,35	2,52	449,80	8,26	85,29	5,28	844,93	163,82	6,66	701,78	6,77	159,52	3,43	1.027,08
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta										
	Data	10/jun						11/jun						12/jun						13/jun						14/jun										
4		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO OVOS COZIDOS ITEM DE ENRIQUECIMENTO VITAMINA - LEITE COM FRUTAS +						DIA DO LANCHINHO + BEBIDA LÁCTEA VERIFICAR COMUNICADO CENUT N ^o ARROZ BRANCO ALMONDEGAS LEGUMES AO FORNO BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALGADO COM QUEIJO PROCESSADO						BEBIDA LÁCTEA + BOLO ARROZ COM LEGUMES FAROFA TEMPERADA CARNE DE PANELA BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO GELEIA						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO						BEBIDA LÁCTEA + BOLO SALGADO COM GELEIA ARROZ BRANCO ATUM REFOGADO 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)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)						
		785	25,96	16,49	133,19	3,75		1059	47,70	30,23	148,97	7,89		956	43,21	23,08	143,77	9,27		875	41,76	20,53	130,82	4,12		1170	43,67	35,73	168,44	11,79						
		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)
		137,71	4,21	401,01	2,83	91,96	2,34	490,24	101,63	5,25	609,74	5,82	87,33	5,63	895,81	62,52	8,52	542,42	4,80	100,20	5,15	464,01	102,35	2,50	335,35	8,25	84,49	5,28	603,30	61,82	6,64	587,33	6,76	158,72	3,43	785,45
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta										
	Data	17/jun						18/jun						19/jun						20/jun						21/jun										
5		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SEGUNDA SEM CARNE: TORTA DE LEGUMES FAROFA TEMPERADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO COM GELEIA ARROZ BRANCO ESTROGONOFF ITEM DE ENRIQUECIMENTO BEBIDA LÁCTEA + BOLO						BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO GELEIA MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS LEGUMES AO FORNO DIA DO LANCHINHO + BEBIDA LÁCTEA VERIFICAR COMUNICADO CENUT N ^o						FERIADO																
5		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)						
		790	25,74	16,23	135,22	7,37		966	45,73	21,45	147,48	11,51		956	43,21	23,08	143,77	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)
		137,71	5,65	419,57	3,05	111,48	1,60	555,52	101,63	2,45	384,45	8,65	141,67	5,68	554,77	62,52	8,52	542,42	4,80	100,20	5,15	464,01														

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