



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 17850 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 4º CICLO de distribuição de 2019, Cardápio - REGULAR, Região 2.

CARDÁPIO PARA O 4º CICLO / 2019

AGRUPAMENTO 02

MAUÁ, SANTO ANDRÉ, SÃO BERNARDO DO CAMPO, SUL 1, SUL 2, SUL 3

Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta										
	Data	13/mai						14/mai						15/mai						16/mai						17/mai										
1		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO LEGUMES REFOGADOS FAROFA TEMPERADA						MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ BRANCO CARNE DE PANELA LEGUMES REFOGADOS						MACARRÃO ALMONDEGAS ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ BRANCO CREME DE MILHO TORTA DE LEGUMES										
		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)						
		774	17,57	2,73	169,83	7,97		603	28,38	3,50	114,50	8,04		576	12,02	1,58	128,53	7,11		530	9,36	0,63	121,62	1,85		866	25,72	17,94	150,50	7,57						
		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)
		1,98	2,06	113,23	5,13	122,68	0,52	147,87	1,26	0,73	119,99	7,03	125,67	4,85	122,21	0,20	2,02	83,96	4,30	111,66	0,29	144,38	39,26	0,73	23,03	2,68	14,47	0,02	79,10	3,15	19,88	81,87	10,27	126,23	3,28	463,40
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta										
	Data	20/mai						21/mai						22/mai						23/mai						24/mai										
2		SEGUNDA SEM CARNE: MACARRÃO COM LEGUMES OVOS COZIDOS ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ BRANCO CARNE REFOGADA LEGUMES ASSADOS						MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ BRANCO ESTROGONOFF LEGUMES COZIDOS						DIA DO LANCHINHO VERIFICAR COMUNICADO CENUT Nº 11										
		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)						
		444	12,27	1,36	95,71	5,87		604	32,69	12,21	90,93	3,03		486	14,35	1,58	103,47	7,61		376	11,71	1,91	77,95	3,28		866	25,72	17,94	150,50	7,57						
		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)
		0,40	0,88	58,60	4,07	74,14	0,76	80,30	1,26	0,92	345,27	4,19	70,70	3,98	463,25	0,20	2,02	83,96	4,30	111,66	0,29	144,38	10,91	0,92	31,23	4,80	57,47	1,26	314,65	3,15	19,88	81,87	10,27	126,23	3,28	463,40
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta										
	Data	27/mai						28/mai						29/mai						30/mai						31/mai										
3		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO LEGUMES REFOGADOS FAROFA TEMPERADA						MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ BRANCO CARNE DE PANELA LEGUMES REFOGADOS						MACARRÃO ALMONDEGAS ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ BRANCO SARDINHA ASSADA 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)						
		378	12,02	1,58	78,90	7,11		404	28,38	3,43	64,87	6,15		378	12,02	1,58	78,90	7,11		241	7,71	0,63	51,22	2,03		482	15,01	2,19	100,61	7,38						
		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	83,96	4,30	111,66	0,29	144,38	1,26	0,73	119,99	7,03	125,04	4,03	122,21	0,20	2,02	83,96	4,30	111,66	0,29	144,38	39,26	0,73	23,03	2,68	14,47	0,02	79,10	228,20	19,88	77,46	9,51	107,96	2,91	213,92

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																													
	Data	03/jun	04/jun	05/jun	06/jun	07/jun																													
4		SEGUNDA SEM CARNE: MACARRÃO COM LEGUMES OVOS MEXIDOS ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ BRANCO CARNE REFOGADA LEGUMES ASSADOS	MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ BRANCO ESTROGONOFF LEGUMES COZIDOS	ARROZ BRANCO ATUM ASSADO 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)											
		378	12,02	1,58	78,90	7,11		404	28,38	3,43	64,87	6,15		378	12,02	1,58	78,90	7,11		241	7,71	0,63	51,22	2,03		482	15,01	2,19	100,61	7,38					
		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(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)						
	0,20	2,02	83,96	4,30	111,66	0,29	144,38	1,26	0,73	119,99	7,03	125,04	4,03	122,21	0,20	2,02	83,96	4,30	111,66	0,29	144,38	39,26	0,73	23,03	2,68	14,47	0,02	79,10	228,20	19,88	77,46	9,51	107,96	2,91	213,92
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																													
	Data	10/jun	11/jun	12/jun	13/jun	14/jun																													
5		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO LEGUMES REFOGADOS FAROFA TEMPERADA	MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ BRANCO CARNE DE PANELA LEGUMES REFOGADOS	MACARRÃO ALMONDEGAS ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ BRANCO CREME DE MILHO TORTA DE LEGUMES																													
		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)					
		378	12,02	1,58	78,90	7,11		404	28,38	3,43	64,87	6,15		378	12,02	1,58	78,90	7,11		241	7,71	0,63	51,22	2,03		482	15,01	2,19	100,61	7,38					
		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(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)						
	0,20	2,02	83,96	4,30	111,66	0,29	144,38	1,26	0,73	119,99	7,03	125,04	4,03	122,21	0,20	2,02	83,96	4,30	111,66	0,29	144,38	39,26	0,73	23,03	2,68	14,47	0,02	79,10	228,20	19,88	77,46	9,51	107,96	2,91	213,92
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																													
	Data	17/jun	18/jun	19/jun	20/jun	21/jun																													
6		SEGUNDA SEM CARNE: MACARRÃO COM LEGUMES OVOS MEXIDOS ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ BRANCO CARNE REFOGADA LEGUMES ASSADOS	MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS 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)																	
		378	12,02	1,58	78,90	7,11		404	28,38	3,43	64,87	6,15		378	12,02	1,58	78,90	7,11																	
		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)													
	0,20	2,02	83,96	4,30	111,66	0,29	144,38	1,26	0,73	119,99	7,03	125,04	4,03	122,21	0,20	2,02	83,96	4,30	111,66	0,29	144,38														

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