



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 17273 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,,MAIS EDUCAÇÃO - REFEIÇÃO,,ETEC - REFEIÇÃO, Região 2.

CARDÁPIO PARA O 3º CICLO / 2019
AGRUPAMENTO 02

BOTUCATU, DIADEMA, ITAPECERICA DA SERRA, ITAPETININGA, ITARARÉ, ITU, MIRACATÚ, REGISTRO, SANTOS, SÃO ROQUE, SOROCABA, 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: MACARRÃO AO MOLHO TORTA DE LEGUMES						ARROZ COM FEIJÃO OVOS COZIDOS FAROFA TEMPERADA						ARROZ FAROFA TEMPERADA ÍSCAS GRELHADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO						MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO MOLHO REFOGADO BOLINHO DE PEIXE ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ BRANCO CUSCUZ DE LEGUMES ATUM REFOGADO 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)						
		457	9,31	0,38	103,96	6,35		602	28,38	3,43	114,50	6,15		258	9,31	0,38	54,33	6,35		446	7,49	1,28	101,12	2,52		834	27,53	13,67	150,24	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(ug)	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(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	1,26	0,73	119,99	7,03	125,04	4,03	122,21	0,20	2,02	46,16	1,78	74,49	0,29	144,38	39,26	0,92	28,71	3,03	20,93	0,06	305,20	41,50	19,88	424,09	11,72	130,20	3,91	476,00
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta										
	Data	15/abr						16/abr						17/abr						18/abr						19/abr										
2		SEGUNDA SEM CARNE: MACARRÃO AO MOLHO TORTA DE LEGUMES						ARROZ COM FEIJÃO OVOS COZIDOS FAROFA TEMPERADA						ARROZ FAROFA TEMPERADA ÍSCAS GRELHADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO						MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO MOLHO REFOGADO CROQUETE VEGETARIANO						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)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)						
		223	7,03	0,63	47,42	1,35		404	24,67	4,32	66,67	3,60		333	13,30	15,75	34,42	1,42		268	9,38	1,91	53,38	2,78												
		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(ug)	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(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		39,26	0,73	23,03	2,68	14,47	0,02	79,10	3,24	0,04	72,46	4,52	75,89	3,91	120,39	3,15	0,73	14,41	0,90	36,44	0,44	328,58	10,91	0,92	31,23	4,80	57,47	1,26	314,65							
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta										
	Data	22/abr						23/abr						24/abr						25/abr						26/abr										
		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO LENTILHA COM LEGUMES FAROFA TEMPERADA						ARROZ COM LENTILHA TORTA DE ATUM ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ BRANCO FEIJOADA FAROFA TEMPERADA						MACARRÃO AO MOLHO ATUM COM LEGUMES ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ BRANCO ATUM AO FORNO CREME DE MILHO 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		404	28,38	3,50	64,87	8,04		258	9,31	0,38	54,33	6,35		247	7,49	1,28	51,49	2,52		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(UI)	Vit C(ug)	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(UI)	Vit C(ug)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)

		Vit A(Ul)	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(Ul)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ul)	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)
3		0,20	2,02	46,16	1,78	74,49	0,29	144,38	1,26	0,73	119,99	7,03	125,67	4,85	122,21	0,20	2,02	46,16	1,78	74,49	0,29	144,38	39,26	0,92	28,71	3,03	20,93	0,06	305,20	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						
		SEGUNDA SEM CARNE: ARROZ BRANCO FEIJÃO COM LEGUMES FAROFA TEMPERADA							ARROZ COM LENTILHA TORTA DE ATUM ITEM DE ENRIQUECIMENTO							FERIADO							MACARRÃO AO MOLHO ATUM COM LEGUMES ITEM DE ENRIQUECIMENTO							ARROZ BRANCO ATUM AO FORNO CREME DE MILHO 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		404	28,38	3,50	64,87	8,04				247	7,49	1,28	51,49	2,52			636	27,53	13,73	100,61	9,27			636	27,53	13,73	100,61	9,27		
4		Vit A(Ul)	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(Ul)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ul)	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)
		0,20	2,02	46,16	1,78	74,49	0,29	144,38	1,26	0,73	119,99	7,03	125,67	4,85	122,21	0,20	2,02	46,16	1,78	74,49	0,29	144,38	39,26	0,92	28,71	3,03	20,93	0,06	305,20	41,50	19,88	424,09	11,72	130,83	4,73	476,00
Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta						
	Data	06/mai							07/mai							08/mai							09/mai							10/mai						
		SEGUNDA SEM CARNE: MACARRÃO AO MOLHO TORTA DE LEGUMES							ARROZ COM FEIJÃO OVOS COZIDOS FAROFA TEMPERADA							ARROZ FAROFA TEMPERADA ÍSCAS GRELHADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO							MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO MOLHO REFOGADO CROQUETE VEGETARIANO							ARROZ BRANCO CUSCUZ DE LEGUMES ATUM REFOGADO 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		497	30,36	12,27	66,36	4,41				258	9,31	0,38	54,33	6,35			268	9,38	1,91	53,38	2,78			564	22,73	17,39	79,15	9,18		
5		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(Ul)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ul)	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)
		0,40	0,88	20,80	1,55	36,97	0,76	80,30	1,26	0,92	345,27	4,19	71,33	4,80	463,25	0,20	2,02	46,16	1,78	74,49	0,29	144,38	10,91	0,92	31,23	4,80	57,47	1,26	314,65	3,15	2,02	88,37	5,06	130,56	1,48	393,86

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