



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 17998 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 5º CICLO de distribuição de 2019, Cardápio REGULAR Região 1.

CARDÁPIO PARA O 5º CICLO / 2019

AGRUPAMENTO 01

CENTRO, CENTRO SUL, NORTE 1, NORTE 2, GUARULHOS NORTE, GUARULHOS SUL

Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta											
	Data	17/jun						18/jun						19/jun						20/jun						21/jun											
1		ARROZ BRANCO + LENTILHA OVOS COZIDOS ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO **						ARROZ BRANCO ESTROGONOFFE DE CARNE ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO **						MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS AO FORNO ** 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)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		413	24,06	3,72	70,72	4,60		311	21,35	3,18	49,14	3,15		222	15,09	3,15	33,37	1,14																			
		Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A	Vit C	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(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
		5,67	0,27	54,15	1,63	76,68	1,27	190,99	1,26		39,69	3,66	50,42	3,66	115,80			14,69	0,68	18,21	1,11	142,26															
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta											
	Data	24/jun						25/jun						26/jun						27/jun						28/jun											
2		ARROZ COLORIDO LENTILHA AO VINAGRETE ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO **						MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGA AO FORNO ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO **						ARROZ COLORIDO CARNE COZIDA						ARROZ BRANCO ALMONDEGAS AO MOLHO ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO **						MACARRÃO AO MOLHO COM ATUM ** 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)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		143	2,49	0,00	33,37	1,14		380	25,99	3,34	61,54	6,53		222	15,09	3,15	33,37	1,14		314	22,70	2,54	50,06	5,46		623	23,54	17,78	92,31	7,63							
		Vit A	Vit C	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	Vit C	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(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
				6,50	0,12	3,72	0,04	78,00	1,66	0,88	50,49	5,06	69,22	4,36	117,00			14,69	0,68	18,21	1,11	142,26	5,67	0,19	10,09	3,57	24,12	0,48	336,86	3,55	18,74	53,01	10,00	74,89	4,56	398,22	
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta											
	Data	29/jul						30/jul						31/jul						01/ago						02/ago											
3		ARROZ BRANCO + LENTILHA OVOS MEXIDOS ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO **						ARROZ COLORIDO CARNE COZIDA						MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGA AO FORNO ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO **						ARROZ BRANCO ESTROGONOFFE DE CARNE						ARROZ BRANCO KIBE DE ASSADO (ATUM) ** 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)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)	
		143	2,49	0,00	33,37	1,14		311	21,35	3,18	49,14	3,15		222	15,09	3,15	33,37	1,14		314	22,70	2,54	50,06	5,46		623	23,54	17,78	92,31	7,63							
		Vit A	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A	Vit C	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(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	
				6,50	0,12	3,72	0,04	78,00	1,26		39,69	3,66	50,42	3,66	115,80			14,69	0,68	18,21	1,11	142,26	5,67	0,19	10,09	3,57	24,12	0,48	336,86	3,55	18,74	53,01	10,00	74,89	4,56	398,22	

Elaborado por:

THAMIRYS MIRANDA CRN: 55493

Assessor II

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