



GOVERNO DO ESTADO DE SAO PAULO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCACAO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVICOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTACAO ESCOLAR
CENTRO DE SERVIÇOS DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO DAESC/CENUT Nº 18153 AG. 01/2019

A Diretoria Técnica do DAESC/CENUT, no uso de suas atribuições, comunica aos Senhores Dirigentes Regionais de Ensino, Supervisores e Diretores de Escolas do Sistema Centralizado de Alimentação Escolar, o **Cardápio para o 6º CICLO de distribuição de 2019, Cardápio INTEGRAL, Região 1.**

CARDÁPIO PARA O 6º CICLO / 2019

AGRUPAMENTO 01

CENTRO, CENTRO SUL, GUARULHOS NORTE, GUARULHOS SUL, NORTE 1, NORTE 2, SÃO CARLOS

Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta											
	Data	05/ago							06/ago							07/ago							08/ago							09/ago											
1		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ COLORIDO + LENTILHA OVOS COZIDOS ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE							BEBIDA LÁCTEA + BOLO ARROZ BRANCO ALMONDEGA AO MOLHO ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO CREMOSO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO COM GELEIA ARROZ BRANCO ESTROGONOFFE DE CARNE GOIABINHA (SOBREMESA) BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + BOLO MACARRÃO AO MOLHO COM ATUM ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE COM GELEIA							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO CREMOSO ARROZ COLORIDO CARNE DE PANELA FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BOLO											
1		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)			
		875	22,45	15,84	160,65	6,95				1119	42,47	16,42	200,37	9,45				1012	34,39	31,45	147,80	10,34				779	37,80	19,76	112,51	6,01				1193	42,23	36,74	173,26	12,17			
		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)		
		166,69	3,91	372,23	3,13	106,50	1,28	545,30		79,08	3,82	419,30	8,64	167,86	5,82	448,74		62,52	9,12	539,71	4,29	123,60	3,26	805,47		179,82	3,82	422,30	4,79	76,82	1,49	630,44	160,67	25,09	698,54	11,72	160,15	6,74	1.031,98		
Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta											
	Data	12/ago							13/ago							14/ago							15/ago							16/ago											
2		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE ARROZ BRANCO OVOS AO MOLHO GOIABINHA (SOBREMESA) ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO CREMOSO ARROZ COLORIDO CARNE DE PANELA FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE							BEBIDA LÁCTEA + PÃO BISNAGUINHA COM GELEIA ARROZ BRANCO CARNE DE ASSADA ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS AO FORNO ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + PÃO BISNAGUINHA COM GELEIA							BEBIDA LÁCTEA + PÃO BISNAGUINHA COM GELEIA ARROZ DE FORNO COM ATUM ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BOLO											
2		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)			
		749	21,92	15,46	130,45	5,30				1150	49,29	36,51	156,03	5,46				1012	34,39	31,45	147,80	10,34				819	41,28	21,37	115,30	3,74				1133	38,84	32,45	171,32	12,70			

		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)
4		138,95	4,65	456,99	2,25	89,13	2,25	469,38	235,79	8,32	897,03	5,07	119,63	6,15	1.107,13	62,52	9,12	539,71	4,29	123,60	3,26	805,47	10,91	3,82	446,88	7,54	112,26	5,06	869,14	58,67	7,95	604,59	7,43	167,69	4,12	783,92
Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta						
	Data	19/ago							20/ago							21/ago							22/ago							23/ago						
3		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO ARROZ COLORIDO + LENTILHA OVOS MEXIDOS ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE							BEBIDA LÁCTEA + BOLO ARROZ BRANCO ALMONDEGA AO MOLHO FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO CREMOSO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO COM GELEIA ARROZ BRANCO ESTROGONOFFE DE FRANGO GOIABINHA (SOBREMESA) BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + BOLO MACARRÃO AO MOLHO COM ATUM ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE COM GELEIA							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO CREMOSO ARROZ COLORIDO CARNE DE PANELA ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BOLO						
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)			
		786	25,11	16,64	134,04	7,39		829	40,24	14,84	133,51	9,93			945	44,40	21,39	143,77	9,27			721	34,40	12,28	118,19	6,31			1040	48,73	21,01	164,06	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)
		138,55	6,51	496,35	3,40	130,49	1,77	545,10	90,26	4,05	422,77	8,34	162,95	5,79	455,04	63,78	8,52	527,93	4,29	112,80	5,02	472,20	77,82	3,82	307,85	4,79	76,82	1,49	389,04	73,09	6,91	611,55	7,04	159,16	6,10	448,79
Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta						
	Data	26/ago							27/ago							28/ago							29/ago							30/ago						
4		BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE ARROZ COLORIDO OMELETE DE FORNO GOIABINHA (SOBREMESA) ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO CREMOSO ARROZ BRANCO CARNE DE PANELA FAROFA TEMPERADA BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE							BEBIDA LÁCTEA + PÃO BISNAGUINHA COM GELEIA ARROZ BRANCO FRANGO MORENINHO ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BOLO							BEBIDA LÁCTEA + BISCOITO DOCE MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS AO FORNO ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + PÃO BISNAGUINHA COM QUEIJO PROCESSADO							BEBIDA LÁCTEA + PÃO BISNAGUINHA COM GELEIA ARROZ DE FORNO COM ATUM ** ITEM DE ENRIQUECIMENTO ** BEBIDA LÁCTEA + BOLO						
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)			
		615	20,03	12,61	105,28	4,85		919	41,18	23,04	136,65	5,56			945	44,40	21,39	143,77	9,27			901	42,55	18,88	140,29	4,04			1141	42,10	34,28	165,97	11,26			
		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)
		138,95	4,65	456,99	2,25	89,13	2,25	418,14	83,11	6,68	630,39	5,40	106,35	5,66	811,66	63,78	8,52	527,93	4,29	112,80	5,02	472,20	135,77	5,57	499,71	7,63	129,39	5,68	707,18	67,84	6,75	596,41	6,56	162,57	3,56	676,04

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