



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CENTRO DE SERVIÇOS DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO DAESC/CENUT Nº 18454 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

o Cardápio para o 9º CICLO de distribuição de 2019, Cardápio INTEGRAL, Região 1.

CARDÁPIO PARA O 9º 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	02/dez								03/dez								04/dez								05/dez								06/dez									
4	Lanche da Manhã	LEITE EM PÓ INTEGRAL* BISCOITO								BEBIDA LÁCTEA BOLO								LEITE EM PÓ INTEGRAL* BISCOITO OU BOLO								BEBIDA LÁCTEA BOLO								LEITE EM PÓ INTEGRAL* BISCOITO OU BOLO									
4	Almoço	ARROZ COLORIDO SARDINHA AO MOLHO HORTIFRUTI								ARROZ BRANCO COM LENTILHA CARNE MOIDA REFOGADA HORTIFRUTI								ARROZ BRANCO CARNE DE PANELA FAROFA TEMPERADA								ARROZ BRANCO COM FEIJÃO KIBE DE ASSADEIRA (CARNE MOÍDA) HORTIFRUTI								MACARRÃO AO MOLHO PRODUTO CÁRNEO DISPONÍVEL HORTIFRUTI									
4	Lanche da Tarde	BEBIDA LÁCTEA BOLO								ARROZ DOCE								BEBIDA LÁCTEA BOLO								ARROZ DOCE								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)						
		895	30,17	21,25	145,84	8,13			934	32,25	21,50	152,96	6,12				934	32,25	21,50	152,96	6,12				841	27,88	21,10	134,99	4,04				901	41,28	22,41	133,44	4,75						
		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)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		88,57	7,59	579,00	5,32	78,74	3,38	429,48	88,17	6,72	568,23	6,00	60,00	2,68	428,29	88,17	6,72	568,23	6,00	60,00	2,68	428,29	88,17	6,71	536,28	4,40	28,60	1,90	654,38	88,17	6,71	579,91	5,33	73,80	3,37	541,68							
Sem	Cardápio	Segunda								Terça								Quarta								Quinta								Sexta									
	Data	09/dez								10/dez								11/dez								12/dez								13/dez									
5	Lanche da Manhã	LEITE EM PÓ INTEGRAL* BISCOITO OU BOL O								BEBIDA LÁCTEA BOLO								LEITE EM PÓ INTEGRAL* BISCOITO OU BOLO								BEBIDA LÁCTEA BOLO								LEITE EM PÓ INTEGRAL* BISCOITO OU BOLO									
5	Almoço	ARROZ BRANCO COM LENTILHA CARNE BOVINA AO MOLHO FAROFA TEMPERADA								MACARRÃO AO MOLHO SARDINHA								ARROZ BRANCO PRODUTO CÁRNEO DISPONÍVEL FAROFA TEMPERADA								ARROZ BRANCO COM FEIJÃO CARNE MOIDA CREMOSA								ARROZ PRODUTO CÁRNEO DISPONÍVEL FAROFA TEMPERADA									
5	Lanche da Tarde	BEBIDA LÁCTEA BOLO								ARROZ DOCE								BEBIDA LÁCTEA BOLO								ARROZ DOCE								BEBIDA LÁCTEA BOLO									
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)						
		895	30,17	21,25	145,84	8,13			901	41,28	22,41	133,44	4,75				934	32,25	21,50	152,96	6,12				841	27,88	21,10	134,99	4,04				901	41,28	22,41	133,44	4,75						
		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)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
		88,57	7,59	579,00	5,32	78,74	3,38	429,48	88,17	6,71	579,91	5,33	73,80	3,37	541,68	88,17	6,72	568,23	6,00	60,00	2,68	428,29	88,17	6,71	536,28	4,40	28,60	1,90	654,38	88,17	6,71	579,91	5,33	73,80	3,37	541,68							

**** PRIORIZAR O CONSUMO DOS CONGELADOS ****

Elaborado por:

THAMIrys MIRANDA CRN: 55493
Assessor II
PRISCILA GALDINO CRN: 15672
Agente Técnico de Assistência à Saúde

ESTE CARDÁPIO DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA DA ESCOLA E SER DISPONIBILIZADO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR, CONFORME RESOLUÇÃO FNDE Nº 26/2013.
HORTIFRUTI: SÃO AS FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES QUE DEVERÃO SER SERVIDAS PORÉM DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DOS PRODUTOS E COM A MODALIDADE DE AQUISIÇÃO