



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

CARDÁPIO DAESC/CENUT Nº 18541 AG. 01/2020

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 o Cardápio para o 1º CICLO de distribuição de 2020, Cardápio REGULAR,,MAIS EDUCAÇÃO - REFEIÇÃO,,ETEC - REFEIÇÃO,,NOVOTEC - REFEIÇÃO, Região 2.

CARDÁPIO PARA O 1º CICLO / 2020

AGRUPAMENTO 01

APIAI, CAIEIRAS, CARAPICUIBA, CATANDUVA, CENTRO OESTE, FERNANDOPOLIS, ITAPEVI, JOSÉ BONIFÁCIO, MIRANTE DO PARANAPANEMA, OSASCO, SÃO JOSE DO RIO PRETO.

Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta											
	Data	03/fev						04/fev						05/fev						06/fev						07/fev											
1		ARROZ BRANCO COM FEIJÃO CARIOCA CARNE MOIDA REFOGADA HORTIFRUTI						ARROZ BRANCO ALMONDEGAS AO MOLHO						MACARRÃO ALHO E OLEO ATUM HORTIFRUTI						ARROZ BRANCO OMELETE DE FORNO HORTIFRUTI						ARROZ BRANCO CARNE DE PANELA HORTIFRUTI											
		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)							
		296	20,39	4,20	44,09	1,88		307	16,38	4,98	49,14	1,26		321	23,52	2,40	51,20	1,64		227	5,04	1,20	49,14	1,26		311	21,35	3,18	49,14	3,15							
	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)	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)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
		1,89	0,00	1,93	3,03	7,65	3,15	134,70	1,89		39,69	3,47	44,75	3,15	134,70	74,97		11,91	4,06	13,88	0,70	379,50			37,80	2,53	37,19	0,00	78,00	1,26		39,69	3,66	50,42	3,66	115,80	
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta											
	Data	10/fev						11/fev						12/fev						13/fev						14/fev											
2		ARROZ BRANCO ATUM AO MOLHO HORTIFRUTI						ARROZ COM FEIJÃO PRETO FRANGO ASSADO HORTIFRUTI						ARROZ BRANCO OVOS COZIDOS HORTIFRUTI						MACARRÃO ALHO E OLEO CARNE MOIDA REFOGADA HORTIFRUTI						ARROZ BRANCO CARNE DE PANELA											
		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)							
		302	20,79	2,52	49,14	1,26		410	24,99	3,53	69,62	8,40		227	5,04	1,20	49,14	1,26		325	19,11	4,86	51,20	1,64		310	21,35	3,11	49,14	1,26							
	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)	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)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
		35,91		49,52	3,94	51,05	0,70	191,40	8,19	2,71	96,01	4,38	102,33	9,24	395,28			37,80	2,53	37,19	0,00	78,00	40,95		2,09	3,60	7,58	3,15	322,80	1,26		39,69	3,66	49,79	2,84	115,80	
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta											
	Data	17/fev						18/fev						19/fev						20/fev						21/fev											
3		ARROZ BRANCO CARNE MOIDA REFOGADA						MACARRÃO AO MOLHO ATUM ACEBOLADO HORTIFRUTI						ARROZ COM LENTILHA ALMONDEGA ASSADA HORTIFRUTI						ARROZ COM FEIJÃO PRETO OVOS MEXIDOS HORTIFRUTI						ARROZ BRANCO CARNE GRELHADA HORTIFRUTI											
		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)							
		307	16,38	4,98	49,14	1,26		321	23,52	2,40	51,20	1,64		326	13,27	12,13	41,00	4,96		338	11,76	1,58	69,30	6,38		311	21,35	3,18	49,14	3,15							
	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)	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)	Vit A(Ui)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)		
		1,89		39,69	3,47	44,75	3,15	134,70	74,97		11,91	4,06	13,88	0,70	379,50	0,40	1,47	24,47	2,54	42,22	1,77	450,27			2,02	73,96	4,16	93,51	0,23	143,28	1,26		39,69	3,66	50,42	3,66	115,80
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta											
	Data	24/fev						25/fev						26/fev						27/fev						28/fev											

4		CARNAVAL							CARNAVAL							CARNAVAL							ARROZ BRANCO ATUM AO MOLHO HORTIFRUTI							ARROZ BRANCO CARNE REFOGADA HORTIFRUTI						
		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)		
		302	20,79	2,52	49,14	1,26			311	21,35	3,18	49,14	3,15			35,91		49,52	3,94	51,05	0,70	191,40	1,26		39,69	3,66	50,42	3,66	115,80							
Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta						
	Data	02/mar							03/mar							04/mar							05/mar							06/mar						
5		ARROZ COM FEIJÃO PRETO OVOS MEXIDOS HORTIFRUTI							ARROZ BRANCO CARNE MOIDA REFOGADA							ARROZ BRANCO PEIXE ASSADO HORTIFRUTI							ARROZ BRANCO STROGONOFFE DE FRANGO HORTIFRUTI							MACARRÃO AO MOLHO CARNE GRELHADA HORTIFRUTI						
		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)		
		338	11,76	1,58	69,30	6,38			307	16,38	4,98	49,14	1,26			184	19,55	0,82	24,57	0,50			299	18,27	3,15	49,46	3,28			328	24,08	2,99	51,20	1,64		
		Vit A	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A	Vit C	Ca	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug) <th>Vit C(mg)</th> <th>Ca(mg)</th> <th>Fe(mg)</th> <th>Mg(mg)</th> <th>Zn(mg)</th> <th>Na(mg)</th> <td>Vit A(Ui)</td> <th>Vit C</th> <th>Ca(mg)</th> <th>Fe(mg)</th> <th>Mg(mg)</th> <th>Zn(mg)</th> <th>Na(mg)</th>	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(Ui)	Vit C	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
			2,02	73,96	4,16	93,51	0,23	143,28	1,89		39,69	3,47	44,75	3,15	134,70				0,01	0,02	0,00	155,90	8,19	0,69	59,85	2,75	46,01	9,01	330,00	39,06		2,09	3,79	12,62	2,84	303,90

Elaborado por:

FERNANDA AS ALMEIDA CRN:56616
Assessor II - CENUT

PRISCILA GUTUL GALDINO CRN:15672
Assessor Técnico IV - CENUT

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