

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 Nº 20171 AG. 01/2022

A Diretoria Técnica do DAESC, 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 1º CICLO de distribuição de 2022, Cardápio INTEGRAL, INTEGRAL - SEM CONGELADO, INTEGRAL - SEM FORNO, Região 2.

CARDÁPIO PARA O 1º CICLO / 2022

AGRUPAMENTO 01

APIAI, ARAÇATUBA, BARRETOS, BIRIGUI, CAIEIRAS, CARAPICUIBA, CATANDUVA, CENTRO OESTE, FERNANDOPOLIS, ITAPEVI, JALES, JOSÉ BONIFÁCIO, MIRANTE DO PARANAPANEMA, SÃO JOSE DO RIO PRETO, TUPÃ.

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta				
	Data	31/jan	01/fev	02/fev	03/fev	04/fev				
				FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL*				
				ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO CARNE BOVINA EM ISCAS (PATINHO) REFOGADA FAROFÁ (FLOCOS DE MILHO, CEBOLA E SAL) SALADA DE ALFACE MAMÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE PEITO DE FRANGO EM CUBOS ACEBOLADO ABOBRINHA AO FORNO GOIABA	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUINA (PALETA) AO MOLHO DE TOMATE ABÓBORA SAUTÉ ABACAXI				
				BISCOITO COM REQUEIJÃO* LEITE INTEGRAL*	ARROZ DOCE LEITE INTEGRAL* BISCOITO	TORTA SALGADA (FLOCOS DE MILHO) SUCO DE UVA**				
				ENSINO MEDIO						
				Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
				1908	61	13%	59	28%	289	61%
				EJA - 31 a 60 anos						
				Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
				1908	61	13%	59	28%	289	61%
				EJA - 19 a 30 anos						
				Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
				1908	61	13%	59	28%	289	61%
				ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
				Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
				1588,5	51	13%	46	26%	247	62%
				ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
				Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
				1146,79	41	14%	35	27%	170	59%

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	07/fev	08/fev	09/fev	10/fev	11/fev		
		FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	TORRADA COM REQUEIJÃO* LEITE INTEGRAL*		
		ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA BATATA CORADA SALADA DE REPOLHO MELANCIA	MACARRÃO AO MOLHO ROSÉ (MOLHO DE TOMATE, LEITE E TEMPEROS) CARNE SUINA (PALETA) ACEBOLADA DUETO DE LEGUMES (ABÓBORA + BATATA) SALADA DE FRUTAS (ABACAXI, MAMÃO E GOIABA)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA COUVE REFOGADA AO AOLHO MAMÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO CARNE BOVINA EM ISCAS (PATINHO) REFOGADA SALADA DE PEPINO E TOMATE GOIABA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO AO MOLHO DE TOMATE FAROFA (FLOCOS DE MILHO, CEBOLA E SAL) BATATA DOCE COZIDA ABACAXI		
		BISCOITO LEITE INTEGRAL*	ARROZ DOCE LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	TORTA SALGADA (FLOCOS DE MILHO) SUCO DE UVA	BISCOITO LEITE INTEGRAL*		
ENSINO MEDIO								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1908,86	61	13%	59	28%	289	61%
EJA - 19 a 30 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1908,86	61	13%	59	28%	289	61%
EJA - 31 a 60 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1908,86	61	13%	59	28%	289	61%
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1588,5	51	13%	46	26%	247	62%
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1146,79	41	14%	35	27%	170	59%

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	14/fev	15/fev	16/fev	17/fev	18/fev		
		BISCOITO LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL		
		ARROZ E FEIJÃO ISCAS BOVINAS AO MOLHO DE TOMATE FAROFÁ (FLOCOS DE MILHO, CEBOLA E SAL) SALADA DE ACELGA COM CENOURA MAÇÃ	ARROZ E FEIJÃO PEITO DE FRANGO REFOGADO FAROFÁ (FLOCOS DE MILHO, CEBOLA E SAL) PURÊ DE CENOURA (CENOURA, LEITE E TEMPEROS) SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, ABACAXI E MAMÃO)	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE CARNE MOIDA REFOGADA SALADA DE ALFACE COM CENOURA GOIABA	ARROZ E FEIJÃO OMELETE DE FORNO BATATA ASSADA COM SALSÁ MAMÃO	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUINA (PALETA) ACEBOLADA ABOBRINHA ASSADA MELANCIA		
		SALADA DE MACARRÃO SUCO DE UVA**	BISCOITO + REQUEIJÃO ** LEITE INTEGRAL*	ARROZ DOCE LEITE INTEGRAL	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, ABACAXI E GOIABA)	TORRADA COM REQUEIJÃO** LEITE INTEGRAL*		
ENSINO MEDIO								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1859,19	59	12%	57	27%	282	61%
EJA - 19 a 30 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1859,19	59	12%	57	27%	282	61%
EJA - 31 a 60 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1859,19	59	12%	57	27%	282	61%
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1543,14	48	12%	47	27%	236	61%
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1127,46	40	14%	33	27%	170	60%

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	21/fev	22/fev	23/fev	24/fev	25/fev		
		FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO COM REQUEIJÃO** LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*		
		ARROZ E FEIJÃO CARNE MOIDA REFOGADA ABÓBORA SAUTÉ SALADA DE FRUTAS (MELANCIA, MAMÃO E ABACAXI)	ARROZ E FEIJÃO ATUM AO MOLHO DE TOMATE CENOURA COZIDA EM RODELAS ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO OVOS MEXIDOS FAROFA (FLOCOS DE MILHO, CEBOLA E SAL) SALADA DE COUVE TEMPERADA COM LIMÃO GOIABA	ARROZ E FEIJÃO PEITO DE FRANGO EM CUBOS REFOGADO MANDIOCA COZIDA MAÇÃ	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE BOVINA MOIDA AO MOLHO DE TOMATE SALADA DE PEPINO E TOMATE MELANCIA		
		BISCOITO LEITE INTEGRAL*	TORTA SALGADA (FLOCOS DE MILHO)** LEITE INTEGRAL*	TORRADA COM REQUEIJÃO** LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	ARROZ DOCE		
ENSINO MEDIO								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1755,23	58	13%	58	30%	255	58%
EJA - 19 a 30 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1755,23	58	13%	58	30%	255	58%
EJA - 31 a 60 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1755,23	58	13%	58	30%	255	58%
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1400,23	45	13%	47	30%	204	58%
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1147,42	41	14%	334,35	29%	166	58%

Na preparação salada de frutas as escolas poderão incluir outros tipos de frutas, conforme disponibilidade e amadurecimento.

* No receituário constam as receitas do leite integral, requeijão, patês, cuscuz, torta e salada de macarrão.

** Como opção de suco, a escola poderá utilizar o de uva OU preparar conforme a disponibilidade de fruta.

Elaborado por:

Priscila Gutul Galdino CRN: 15672
Assessor Técnico V - CENUT

Rosa Angelica Andrade Lima CRN: 50497
Assessor Técnico I - CENUT

ESTE CARDÁPIO DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA DA ESCOLA, REFEITÓRIO E SER DISPONIBILIZADO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR, CONFORME RESOLUÇÃO FNDE Nº 06, de 08/05/2020.
ITEM DE ENRIQUECIMENTO: HORTALIÇAS, VERDURAS E LEGUMES QUE DEVERÃO SER SERVIDOS DE ACORDO COM O CARDÁPIO, CONFORME O ABASTECIMENTO E AMADURECIMENTO DOS PRODUTOS.