

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 20217 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 2º CICLO de distribuição de 2022, Cardápio INTEGRAL, INTEGRAL - SEM CONGELADO, INTEGRAL - SEM FORNO, Região 2.

CARDÁPIO PARA O 2º 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 Data	Segunda 28/fev	Terça 01/mar	Quarta 02/mar	Quinta 03/mar	Sexta 04/mar					
					FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO COM REQUEIJÃO* LEITE INTEGRAL					
					MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO ATUM AO MOLHO DE TOMATE ABOBRINHA AO FORNO GOIABA	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO OMELETE DE FONDO SALADA DE ALFACE ABÓBORA REFOGADA GOIABA					
					BISCOITO LEITE INTEGRAL SALADA DE FRUTAS (GOIABA, MAÇÃ E ABACAXI)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL					
					ENSINO MEDIO						
					Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
					1704,3	57	13%	59	31%	240	56%
					EJA - 31 a 60 anos						
					Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
					1704,3	57	13%	59	31%	240	56%
					EJA - 19 a 30 anos						
					Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
					1704,3	57	13%	59	31%	240	56%
					ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
					Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
					1390,9	45	13%	48	31%	201	56%
					ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
					Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
					1152	40	14%	39	31%	170	59%

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	07/mar	08/mar	09/mar	10/mar	11/mar		
		FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL		
		ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO CARNE BOVINA EM ISCAS (PATINHO) REFOGADA FAROFA (FLOCOS DE MILHO, CEBOLA E SAL) COUVE REFOGADA SALADA DE FRUTAS (ABACAXI, GOIABA E MAÇÃ)	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE CARNE SUINA (PALETA) CUBOS ABOBRINHA REFOGADA ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA EM ISCAS ACEBOLADA FAROFA COM CENOURA(FLOCOS DE MILHO, CENOURA, CEBOLA E SAL) SALADA DE TOMATE E PEPINO MAMÃO	ARROZ E FEIJÃO OVOS MEXIDOS SALADA DE ALFACE COM CENOURA (temperada com limão) MAÇÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO EM PEDAÇOS REFOGADO ABÓBORA SAUTÉE GOIABA		
		BISCOITO LEITE INTEGRAL*	LEITE INTEGRAL* BISCOITO	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	TORRADA COM REQUEIJÃO** LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL*		
ENSINO MEDIO								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1793	59	13%	58	29%	264	59%
EJA - 19 a 30 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1793	59	13%	58	29%	264	59%
EJA - 31 a 60 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1793	59	13%	58	29%	264	59%
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1520,8	50	13%	51	30%	219	58%
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1152	41	14%	39	31%	162	56%

Sem	Cardápio Data	Segunda 14/mar	Terça 15/mar	Quarta 16/mar	Quinta 17/mar	Sexta 18/mar		
		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 BOVINA EM ISCAS AO MOLHO DE TOMATE SALADA DE FRUTAS (BANANA, GOIABA, ABACAXI) SALADA DE ACELGA	ARROZ E FEIJÃO PEITO DE FRANGO EM CUBOS REFOGADO ALFACE COM CENOURA ABACAXI	MACARRÃO AO MOLHO CARNE BOVINA EM ISCAS (PATINHO) ACEBOLADA ABOBRINHA COM CENOURA FAROFA (FLOCOS DE MILHO, CEBOLA E SAL)	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO OVO COZIDO ABOBORA EM CUBOS GOIABA	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUÍNA (PALETA) CUBOS BATATA CORADA MAMÃO		
		BISCOITO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO COM REQUEIJÃO** LEITE INTEGRAL*	SALADA DE MACARRÃO SUCO DE FRUTAS*		
		ENSINO MEDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1837,3	58,27	13%	50	24%	296	64%
		EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1837,3	58,27	13%	50	24%	296	64%
		EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1837,3	58,27	13%	50	24%	296	64%
		ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1541,61	48,52	13%	39,69	23%	255	66%
		ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1297,19	42,42	13%	33,23	23%	204,27	63%

Sem	Cardápio Data	Segunda 21/mar	Terça 22/mar	Quarta 23/mar	Quinta 24/mar	Sexta 25/mar	
4		BISCOITO LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO COM REQUEIJÃO** LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	
		ARROZ E FEIJÃO PEITO DE FRANGO EM CUBOS REFOGADO REPOLHO COM CENOURA FAROFA (FLOCOS DE MILHO, CEBOLA E SAL) SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, GOIABA, ABACAXI)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA EM ISCAS COM MANDIOCA GOIABA	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUIÍNA EM CUBOS ACEBOLADA COUVE REFOGADO ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO OVOS MEXIDOS SALADA DE TOMATE E PEPINOTEMPERADA COM LIMÃO MAÇA	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE CARNE BOVINA EM ISCAS ACEBOLADA ACELGA COM CENOURA MAMÃO	
		FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	
	ENSINO MEDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		1721,78	53,57	12%	44,93	24%	283
	EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		1721,78	53,57	12%	44,93	24%	283
	EJA - 31 a 60 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	1721,78	53,57	12%	44,93	24%	283	
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	1442,03	44,48	12%	35,08	22%	244	
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	1216,52	39,21	13%	29,61	22%	203,37	

* Como opção de suco, a escola poderá utilizar o de uva OU preparar conforme a disponibilidade / O leite poderá ser preparado com frutas

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

Elaborado por:

Priscila Gutul Galdino CRN: 15672

Assessor Técnico V - CENUT

ESTE CARDÁPIO DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA DA ESCOLA 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.