

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 20266 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 3º CICLO de distribuição de 2022, Cardápio INTEGRAL, INTEGRAL - SEM CONGELADO, INTEGRAL - SEM FORNO, Região 2.

CARDÁPIO PARA O 3º CICLO / 2022

AGRUPAMENTO 01

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

Sem	Cardápio Data	Segunda 28/mar	Terça 29/mar	Quarta 30/mar	Quinta 31/mar	Sexta 01/abr		
	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	TORRADA COM REQUEIJÃO** LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL		
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA EM ISCAS (PATINHO) ACEBOLADA REPOLHO REFOGADO CENOURA RALADA	ARROZ E FEIJÃO PEITO DE FRANGO EM CUBOS REFOGADO FAROFA (FLOCOS DE MILHO, CEBOLA E SAL) BATATA CORADA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE BOVINA REFOGADA ABOBRINHA REFOGADA	ARROZ E FEIJÃO OMELETE DE FORNO ABÓBORA SAUTÉE	ARROZ E FEIJÃO ATUM AO MOLHO DE TOMATE CENOURA SAUTÉE		
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	SALADA DE MACARRÃO** SUCO DE FRUTAS*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO GOIABA LEITE INTEGRAL*	BISCOITO ABACAXI LEITE INTEGRAL*	BISCOITO SALADA DE FRUTA (GOIABA, ABACAXI, MAMÃO) LEITE INTEGRAL*		
ENSINO MEDIO								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1738,65	55,46	13%	46,3	24%	281	65%
EJA - 19 a 30 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1738,65	55,46	13%	46,3	24%	281	65%
EJA - 31 a 60 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1738,65	55,46	13%	46,3	24%	281	65%
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1431,86	46,11	13%	36,1	22%	237	66%
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1170,51	40,03	14%	31,41	24%	186,7	64%

Sem	Cardápio Data	Segunda 04/abr	Terça 05/abr	Quarta 06/abr	Quinta 07/abr	Sexta 08/abr		
	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	TORRADA COM REQUEIJÃO** LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL		
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO PEITO DE FRANGO EM CUBOS REFOGADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOIDA AO MOLHO DE TOMATE CENOURA RALADA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA EM ISCAS ACEBOLADA COUVE REFOGADA	ARROZ C/ CENOURA E FEIJÃO OVOS MEXIDOS SALADA DE TOMATE E PEPINO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE CARNE SUÍNA (PALETA) REGOGADO SALADA DE ACELGA C/ CENOURA		
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	BISCOITO SALADA DE FRUTA (MAMÃO, GOIABA E ABACAXI) LEITE INTEGRAL	FLOCOS DE MILHO MAÇÃ LEITE INTEGRAL*	BISCOITO GOIABA LEITE INTEGRAL*	BISCOITO BANANA LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO MAMÃO LEITE INTEGRAL*		
		ENSINO MEDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1789,78	55,72	13%	45,35	24%	276	66%
		EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1789,78	55,72	13%	45,35	24%	276	66%
		EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1789,78	55,72	13%	45,35	24%	276	66%
		ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1472,03	45,78	12%	35,89	22%	240	67%
		ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1472,03	45,78	12%	35,89	22%	240	67%

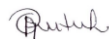
Sem	Cardápio Data	Segunda 11/abr	Terça 12/abr	Quarta 13/abr	Quinta 14/abr	Sexta 15/abr		
	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL	Feriado ou Expediente Suspensão		
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ C/ CENOURA E FEIJÃO CARNE BOVINA EM ISCAS ACEBOLADA BATATA DOCE CORADA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE BOVINA MOIDA AO MOLHO CENOURA RALADA	ARROZ E FEIJÃO OMELETE DE FORNO SALADA DE ALFACE C/ CENOURA TEMPERADA C/ LIMÃO	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA EM ISCAS REFOGADA ABÓBORA SAUTÉE			
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	BISCOITO LEITE INTEGRAL	BISCOITO SALADA DE FRUTAS (MAÇÃ, BANANA E GOIABA) LEITE INTEGRAL*	SALADA DE MACARRÃO** GOIABA SUCO DE FRUTAS*	TORRADA COM REQUEIJÃO** ABACAXI LEITE INTEGRAL*			
		ENSINO MEDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1787,41	56,21	13%	43,56	24%	270	66%
		EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1787,41	56,21	13%	43,56	24%	270	66%
		EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1787,41	56,21	13%	43,56	24%	270	66%
		ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1453,03	46,82	12%	36,37	22%	241	67%
		ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1453,03	46,82	12%	36,37	22%	241	67%
3								
Sem	Cardápio Data	Segunda 18/abr	Terça 19/abr	Quarta 20/abr	Quinta 21/abr	Sexta 22/abr		
		RECESSO ESCOLAR						
4								

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	25/abr	26/abr	27/abr	28/abr	29/abr	
5	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	BISCOITO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL	
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ C/ CENOURA E FEIJÃO CARNE BOVINA MOIDA REFOGADA REPOLHO REFOGADO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE CARNE BOVINA DE PANELA CENOURA RALADA	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUINA CUBOS ACEBOLADA COUVE REFOGADA	ARROZ E FEIJÃO OVOS MEXIDOS SALADA DE ALFACE C/ CENOURA TEMPERADA C/ LIMÃO	ARROZ E FEIJÃO PESCADO AO MOLHO ABOBRINHA REFOGADA	
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	BISCOITO LEITE INTEGRAL	FLOCOS DE MILHO ABACAXI LEITE INTEGRAL	TORRADA COM REQUEIJÃO** MAMÃO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO BANANA LEITE INTEGRAL	BISCOITO GOIABA LEITE INTEGRAL*	
ENSINO MEDIO							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1785,91	57,54	13%	46,12	24%	272	66%
EJA - 19 a 30 anos							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1785,91	57,54	13%	46,12	24%	272	66%
EJA - 31 a 60 anos							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1785,91	57,54	13%	46,12	24%	272	66%
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1455,32	47,12	12%	37,43	22%	245	67%
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1455,32	47,12	12%	37,43	22%	245	67%

* 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