

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 20321 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 4º CICLO de distribuição de 2022, Cardápio INTEGRAL, INTEGRAL - SEM CONGELADO, INTEGRAL - SEM FORNO, Região 2.

**CARDÁPIO PARA O 4º 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 02/mai	Terça 03/mai	Quarta 04/mai	Quinta 05/mai	Sexta 06/mai		
1	Lanche 1 - 07h00 - 14h30 (vespertino)	BISCOITO	TORRADA INTEGRAL COM REQUEIJÃO**	BISCOITO	FLOCOS DE MILHO	BISCOITO		
	Refeição	LEITE INTEGRAL COM CACAU	LEITE INTEGRAL COM CACAU	LEITE INTEGRAL COM CACAU	LEITE INTEGRAL	LEITE INTEGRAL COM CACAU		
	11h00 - 12h00 (matutino)	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ E FEIJÃO		
	19h30 (vespertino)	CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA	CARNE SUINA ACEBOLADA	CARNE ACEM MOIDA REFOGADO ABOBRINHA COZIDA	ATUM AO MOLHO DE TOMATE	OMELETE DE FORNO		
	Lanche 2 - 14h00 (matutino)	BATATA DOCE	ABOBORA COZIDA	SALADA DE ALFACE COM CENOURA RALADA	SALADA DE RÉPOLHO	DUETO DE LEGUMES (BATATA E CENOURA)		
	16h30 (vespertino)	FLOCOS DE MILHO	BISCOITO SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, ABACAXI E GOIABA)	SALADA DE MACARRÃO **	ARROZ DOCE	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU		
		LEITE INTEGRAL	LEITE INTEGRAL COM CACAU	MAMÃO SUCO DE FRUTA*	GOIABA	ABACAXI		
		<b>ENSINO MÉDIO</b>						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1785,91	57,54	13%	46,12	24%	272	66%
	<b>EJA - 19 a 30 anos</b>							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
	1785,91	57,54	13%	46,12	24%	272	66%	
	<b>EJA - 31 a 60 anos</b>							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
	1785,91	57,54	13%	46,12	24%	272	66%	
	<b>ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS</b>							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
	1455,32	47,12	12%	37,43	22%	245	67%	
	<b>ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS</b>							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
	1455,32	47,12	12%	37,43	22%	245	67%	

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	09/mai	10/mai	11/mai	12/mai	13/mai	
2	Lanche 1 - 07h00 - 14h30 (vespertino)	TORRADA INTEGRAL COM REQUEIJÃO* LEITE INTEGRAL COM CACAU	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU	BISCOITO LEITE INTEGRAL *	
	Refeição 11h00 - 12h00 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE PATINHO ACEBOLADO PURÊ DE CENOURA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOIDA REFOGADA COUVE	ARROZ E FEIJÃO PESCADO ACELGA COM CENOURA RALADA	ARROZ E FEIJÃO OVOS MEXIDOS SALADA DE TOMATE COM PEPINO TEMPERADA COM	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE SUÍNA PALETA AO MOLHO BATATA DOCE	
	Lanche 2 - 14h00	BISCOITO	FLOCOS DE MILHO MAÇÃ	BISCOITO ABACAXI	ARROZ DOCE	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU	
	16h30 (vespertino)	LEITE INTEGRAL COM CACAU	LEITE INTEGRAL	LEITE INTEGRAL COM CACAU	BANANA	MAMÃO	
	<b>ENSINO MEDIO</b>						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		1738,65	55,46	13%	46,3	24%	281
	<b>EJA - 19 a 30 anos</b>						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		1738,65	55,46	13%	46,3	24%	281
<b>EJA - 31 a 60 anos</b>							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	1738,65	55,46	13%	46,3	24%	281	
<b>ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS</b>							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	1431,86	46,11	13%	36,1	22%	237	
<b>ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS</b>							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	1170,51	40,03	14%	31,41	24%	186,7	

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	16/mai	17/mai	18/mai	19/mai	20/mai	
3	Lanche 1 - 07h00 - 14h30 (vespertino)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU	TORRADA INTEGRAL COM REQUEIJÃO* LEITE INTEGRAL COM CACAU	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU	
	Refeição 11h00 - 12h00 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOIDA REFOGADA CENOURA SAUTÉ	MACARRÃO AO MOLHO FRANGO ACEBOLADO ABOBRINHA COZIDA	ARROZ E FEIJÃO CARNE PATINHO REFOGADO SALADA DE ALFACE	ARROZ E FEIJÃO PESCADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ COM FEIJÃO OVOS COZIDOS ABOBORA COZIDA	
	Lanche 2 - 14h00 16h30 (vespertino)	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU ABACAXI	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU	SALADA DE MACARRÃO ** SUCO DE FRUTAS* GOIABA	ARROZ DOCE MAMÃO	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU ABACAXI	
	<b>ENSINO MEDIO</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1789,78	55,72	13%	45,35	24%	276	66%
	<b>EJA - 19 a 30 anos</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1789,78	55,72	13%	45,35	24%	276	66%
	<b>EJA - 31 a 60 anos</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1789,78	55,72	13%	45,35	24%	276	66%
	<b>ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
1472,03	45,78	12%	35,89	22%	240	67%	
<b>ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS</b>							
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
1472,03	45,78	12%	35,89	22%	240	67%	
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	23/mai	24/mai	25/mai	26/mai	27/mai	
4	Lanche 1 - 07h00 - 14h30 (vespertino)	BISCOITO SALGADO LEITE INTEGRAL COM CACAU	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO SALGADO LEITE COM CACAU	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	LEITE INTEGRAL* TORRADA COM REQUEIJÃO **	
	Refeição 11h00 - 12h00 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA PATINHO REFOGADO BATATA ASSADA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA CENOURA REFOGADA	MACARRÃO CARNE SUÍNA PALETA AO MOLHO DE TOMATE SALADA DE COUVE	ARROZ E FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE PEPINO E TOMATE (temperada com limão)	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA MANDIOCA COZIDA	
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	SALADA DE MACARRÃO SUCO DE LARANJA	LEITE COM CACAU SALADA DE FRUTAS (GOIABA, MAÇÃ E ABACAXI) BISCOITO SALGADO	ARROZ DOCE GOIABA	LEITE INTEGRAL COM CACAU BISCOITO SALGADO MAMÃO	LEITE INTEGRAL COM CACAU BISCOITO SALGADO MAÇÃ	
	<b>ENSINO MEDIO</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1787,41	56,21	13%	43,56	24%	270	66%
	<b>EJA - 19 a 30 anos</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1787,41	56,21	13%	43,56	24%	270	66%
	<b>EJA - 31 a 60 anos</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1787,41	56,21	13%	43,56	24%	270	66%
	<b>ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
1453,03	46,82	12%	36,37	22%	241	67%	
<b>ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS</b>							
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
1453,03	46,82	12%	36,37	22%	241	67%	

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	30/mai	31/mai	01/jun	02/jun	03/jun	
5	Lanche 1 - 07h00 - 14h30 (vespertino)	LEITE INTEGRAL * BISCOITO SALGADO	LEITE INTEGRAL * FLOCOS DE MILHO	LEITE INTEGRAL COM CACAU TORRADA COM REQUEIJÃO **	LEITE COM CACAU BISCOITO SALGADO	LEITE INTEGRAL COM CACAU BISCOITO SALGADO	
	Refeição 11h00 - 12h00 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOIDA REFOGADA CENOURA SAUTÉ	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA PATINHO ACEBOLADO SALADA DE ACELGA COM CENOURA RALADA	ARROZ E FEIJÃO PESCADO AO MOLHO DE TOMATE SALADA DE ALFACE	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE FRANGO ACEBOLADO ABÓBORA AO FORNO	ARROZ E FEIJÃO OMELETE DE FORNO ABOBRINHA REFOGADA	
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	LEITE COM CACAU BISCOITO	LEITE COM CACAU SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, ABACAXI E GOIABA) BISCOITO	LEITE COM CACAU BISCOITO SALGADO MAMÃO	ARROZ DOCE ABACAXI	LEITE INTEGRAL FLOCOS DE MILHO GOIABA	
	<b>ENSINO MEDIO</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1785,91	57,54	13%	46,12	24%	272	66%
	<b>EJA - 19 a 30 anos</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1785,91	57,54	13%	46,12	24%	272	66%
	<b>EJA - 31 a 60 anos</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1785,91	57,54	13%	46,12	24%	272	66%
	<b>ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1455,32	47,12	12%	37,43	22%	245	67%
<b>ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS</b>							
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
1455,32	47,12	12%	37,43	22%	245	67%	

\* 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.