

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 - DIABETES MELLITUS

AGRUPAMENTO 01

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

Sem	Cardápio Data	Segunda 02/mai	Terça 03/mai	Quarta 04/mai	Quinta 05/mai	Sexta 06/mai		
	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE INTEGRAL COM CACAU	TORRADA INTEGRAL COM REQUEIJÃO** LEITE INTEGRAL COM CACAU	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE INTEGRAL COM CACAU	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE INTEGRAL COM CACAU		
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO CARNE BOVINA ACÉM REFOGADO BATATA DOCE	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUINA ACEBOLADA ABOBORA COZIDA	ARROZ E FEIJÃO CARNE ACÉM MOIDA REFOGADO ABOBRINHA COZIDA SALADA DE ALFACE COM CENOURA RALADA TEMPERADA COM LIMÃO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO ATUM AO MOLHO DE TOMATE SALADA DE REPOLHO	ARROZ E FEIJÃO OMELETE DE FORNO DUETO DE LEGUMES (BATATA E CENOURA)		
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, ABACAXI E GOIABA) LEITE INTEGRAL COM CACAU	SALADA DE MACARRÃO ** MAMÃO SUÇO DE FRUTA*	ARROZ DOCE (ADOÇADO C/ ADOÇANTE) GOIABA	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE INTEGRAL COM CACAU ABACAXI		
		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%

Sem	Cardápio Data	Segunda 23/mai	Terça 24/mai	Quarta 25/mai	Quinta 26/mai	Sexta 27/mai	
4	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE INTEGRAL*	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE INTEGRAL	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	LEITE INTEGRAL* TORRADA COM REQUEIJÃO **	
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA PATINHO REFOGADO BATATA ASSADA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA CENOURA REFOGADA	MACARRÃO CARNE SUÍNA AO MOLHO DE TOMATE SALADA DE COUVE	ARROZ E FEIJÃO OVO MEXIDO SALADA DE PEPINO E TOMATE	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA MANDIOCA COZIDA	
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	SALADA DE MACARRÃO SUCO DE LARANJA	LEITE INTEGRAL * SALADA DE FRUTAS (GOIABA, MAÇA E ABACAXI)	ARROZ DOCE (ADOÇADO C/ ADOÇANTE) GOAIBA	LEITE INTEGRAL COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR MAMÃO	LEITE INTEGRAL COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR MAÇA	
	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%	
Sem	Cardápio Data	Segunda 28/mai	Terça 29/mai	Quarta 30/mai	Quinta 31/jun	Sexta 01/jun	
5	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 14h30 (vespertino)	LEITE INTEGRAL COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR SALGADO	LEITE INTEGRAL FLOCOS DE MILHO	LEITE INTEGRAL COM CACAU TORRADA COM REQUEIJÃO **	LEITE INTEGRAL COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR	LEITE INTEGRAL COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR	
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA CENOURA SAUTÉ	ARROZ E FEIJÃO OMELETE DE FORNO SALADA DE ACELGA COM CENOURA RALADA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO ABÓBORA AO FORNO	MACARRÃO PESCADO AO MOLHO DE TOMATE ABOBRIHA REFOGADA	
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	LEITE INTEGRAL COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR	LEITE COM CACAU SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, ABACAXI E GOIABA) BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR	SALADA DE MACARRÃO ** SUCO DE LARANJA MAMÃO	LEITE INTEGRAL FLOCOS DE MILHO ABACAXI	LEITE INTEGRAL COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR GOIABA	
	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%	

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

* No refeitório constam as receitas do leite integral, requeijão, patês, cuscuz, torta e salada de macarrão. As preparações não deverão ser adoçadas com açúcar.

** 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

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.