

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 20361 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 5º CICLO de distribuição de 2022, Cardápio REGULAR, MAIS EDUCAÇÃO - REFEIÇÃO, ETEC - REFEIÇÃO, REGULAR - SEM CONGELADO, NOVOTEC - REFEIÇÃO, REGULAR - SEM FORNO, ETEC-REFEIÇÃO SEM FORNO, Região 2.

CARDÁPIO PARA O 5º 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 06/jun	Terça 07/jun	Quarta 08/jun	Quinta 09/jun	Sexta 10/jun		
	<b>Período parcial:</b>	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ E FEIJÃO		
	Matutino: 10h - 11h00	PESCADO	CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA	ATUM AO MOLHO DE TOMATE	CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA	OVOS MEXIDOS		
	Vespertino: 13h30 - 14h30	BATATA COZIDA	SALADA DE REPOLHO	SALADA DE COUVE	CENOURA SAUTÉ	PEPINO COM TOMATE		
	Noturno: 19h00 - 20h00				BANANA	MAMÃO		
		ENSINO MEDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		523,42	29	22%	9	15%	82	62%
		EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		523,42	29	22%	9	15%	82	62%
		EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		523,42	29	22%	9	15%	82	62%
		ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		426,51	23	22%	8	17%	64	60%
		ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		426,51	23	22%	8	17%	64	60%

Sem	Cardápio Data	Segunda 13/jun	Terça 14/jun	Quarta 15/jun	Quinta 16/jun	Sexta 17/jun	
2	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	Feriado ou Expediente Suspenso	ARROZ E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE SUÍNA ACEBOLADA	CARNE BOVINA REFOGADA	OMELETE DE FORNO		ATUM	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	BATATA DOCE CORADA	SALADA DE ACELGA COM CENOURA	SALADA DE ALFACE		ABOBRINHA REFOGADA	
	Noturno: 19h00 - 20h00		SALADA DE FRUTAS	GOIABA			
	ENSINO MEDIO						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	376	18,66	20%	5,04	12%	65	68%
	EJA - 19 a 30 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	376	18,66	20%	5,04	12%	65	68%
	EJA - 31 a 60 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	376	18,66	20%	5,04	12%	65	68%
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
293,33	14,54	20%	3,97	12%	50	68%	
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS							
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
293,33	14,54	20%	3,97	12%	50	68%	
Sem	Cardápio Data	Segunda 20/jun	Terça 21/jun	Quarta 22/jun	Quinta 23/jun	Sexta 24/jun	
3	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	FRANGO EM CUBOS	CARNE BOVINA REFOGADA	OVOS MEXIDOS	CARNE SUÍNA ACEBOLADA	CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	FAROFA TEMPERADA	DUETO DE LEGUMES (BATATA E CENOURA)	MANDIOCA COZIDA	SALADA DE TOMATE E PEPINO	COUVE REFOGADA	
	Noturno: 19h00 - 20h00	ABOBORA			SALADA DE FRUTA	MAÇÃ	
	ENSINO MEDIO						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	450,75	20	18%	8	15%	74	67%
	EJA - 19 a 30 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	450,75	20	18%	8	15%	74	67%
	EJA - 31 a 60 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	450,75	20	18%	8	15%	74	67%
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
407,4	18	17%	7	15%	67	67%	
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
407,4	18	17%	7	15%	67	67%	

Sem	Cardápio Data	Segunda 27/jun	Terça 28/jun	Quarta 29/jun	Quinta 30/jun	Sexta 01/jul	
4	<b>Período parcial:</b>	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA	CARNE SUÍNA ACEBOLADA	PESCADO	OMELETE DE FORNO	CARNE BOVINA REFOGADA	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	CENOURA COZIDA	SALADA DE ACELGA COM CENOURA	SALADA DE ALFACE	CENOURA COM BATATA	ABOBRINHA REFOGADA	
	Noturno: 19h00 - 20h00				ABACAXI	SALADA DE FRUTA	
	ENSINO MEDIO						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	445,53	21	19%	8	15%	72	65%
	EJA - 19 a 30 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	445,53	21	19%	8	15%	72	65%
	EJA - 31 a 60 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	445,53	21	19%	8	15%	72	65%
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
364,65	17	19%	7	17%	57	64%	
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
364,65	17	19%	7	17%	57	64%	
5	<b>Cardápio Data</b>	<b>Segunda 04/jul</b>	<b>Terça 05/jul</b>	<b>Quarta 06/jul</b>	<b>Quinta 07/jul</b>	<b>Sexta 08/jul</b>	
5	<b>Período parcial:</b>	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	REPLANEJAMENTO	REPLANEJAMENTO	
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE SUÍNA ACEBOLADA	OVOS MEXIDOS	CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA			
	Vespertino: 13h30 - 14h30	SALADA DE REPOLHO	ABÓBORA COZIDA	FAROFA TEMPERADA			
	Noturno: 19h00 - 20h00			CENOURA SOUTÉ			
	ENSINO MEDIO						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	452,54	20	18%	9	15%	75	67%
	EJA - 19 a 30 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	452,54	20	18%	9	15%	75	67%
	EJA - 31 a 60 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	452,54	20	18%	9	15%	75	67%
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
410,7	18	17%	8	15%	68	67%	
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
410,7	18	17%	8	15%	68	67%	

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.