

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 20364 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 INTEGRAL, INTEGRAL - SEM CONGELADO, INTEGRAL - SEM FORNO, Região 2.

CARDÁPIO PARA O 5º CICLO / 2022 - DIABETES MELLITUS  
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	
	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOÇANTE)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL	LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOÇANTE) BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR	LEITE INTEGRAL * FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOÇANTE) BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR	
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA BATATA COZIDA	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO CARNE SUINA ACEBOLADA SALADA DE REPOLHO	MACARRÃO ALHO E ÓLEO ATUM AO MOLHO DE TOMATE SALADA DE COUVE	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA CENOURA SAUTÉ	ARROZ E FEIJÃO PRETO CARNE BOVINA REFOGADA PEPINO COM TOMATE (temperada com limão)	
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	LEITE INTEGRAL * FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU SALADA DE FRUTAS (MAMÃO, ABACAXI E MAÇÃ) BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR	ARROZ DOCE (ADOÇADO COM ADOÇANTE) MAMÃO	LEITE INTEGRAL * FLOCOS DE MILHO ABACAXI	SALADA DE MACARRÃO SUCO DE FRUTAS* MAMÃO	
	<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%

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	13/jun	14/jun	15/jun	16/jun	17/jun		
2	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	LEITE COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR	LEITE INTEGRAL * FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR	<b>Feriado ou Expediente Suspense</b>	LEITE COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR		
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA ACEBOLADA BATATA DOCE CORADA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA SALADA DE ACELGA COM CENOURA	ARROZ E FEIJÃO OMELETE SALADA DE ALFACE		ARROZ E FEIJÃO ATUM ABOBRINHA COZIDA		
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	LEITE INTEGRAL * FLOCOS DE MILHO SALADA DE FRUTAS	ARROZ DOCE (ADOÇADO COM ADOÇANTE) MAÇÃ	LEITE INTEGRAL * FLOCOS DE MILHO ABACAXI		LEITE COM CACAU BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR ABACAXI		
	<b>ENSINO MEDIO</b>							
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1455,32	47,12	12%	37,43	22%	245	67%
	<b>EJA - 19 a 30 anos</b>							
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1455,32	47,12	12%	37,43	22%	245	67%
	<b>EJA - 31 a 60 anos</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 FINAIS</b>								
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
	1170,51	40,03	14%	31,41	24%	186,7	64%	
<b>ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS</b>								
	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 20/jun	Terça 21/jun	Quarta 22/jun	Quinta 23/jun	Sexta 24/jun	
	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	FLOCOS DE MILHO  LEITE INTEGRAL*	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR  LEITE INTEGRAL*	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOÇANTE)	FLOCOS DE MILHO  LEITE INTEGRAL *	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOÇANTE)	
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO FRANGO EM CUBOS ABOBORA CORADA	MACARRÃO AO MOLHO CARNE BOVINA REFOGADA DUETO DE LEGUMES (BATATA E CENOURA)	ARROZ E FEIJÃO OVOS MEXIDOS MANDIOCA COZIDA	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUINA ACEBOLADA SALADA DE TOMATE E PEPINO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE COUVE REFOGADA	
	Lanche 2 - 14h00 (matutino)  16h30 (vespertino)	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOÇANTE)  ABACAXI	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOÇANTE)	SALADA DE MACARRÃO  SUCO INTEGRAL  MAMÃO	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR SALADA DE FRUTA (ABACAXI, MAÇA E MAMÃO) LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOÇANTE)	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOÇANTE)  MAÇÃ	
	<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%


Sem	Cardápio Data	Segunda 27/jun	Terça 28/jun	Quarta 29/jun	Quinta 30/jun	Sexta 01/jul	
	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*	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE INTEGRAL*	
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA FAROFA TEMPERADA CENOURA COZIDA	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUINA ACEBOLADA SALADA DE ACELGA COM CENOURA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO ATUM AO MOLHO DE TOMATE ALFACE	ARROZ E FEIJÃO OVO MEXIDO CENOURA COM BATATA SOUTE	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA ABOBRINHA COZIDA	
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOCANTE) ABACAXI	ARROZ DOCE (ADOÇADO COM ADOCANTE) SALADA DE FRUTA (ABACAXI, MAÇA E MAMÃO)	FLOCOS DE MILHO LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOCANTE)	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOCANTE) MAMÃO	SALADA DE MACARRÃO SUCO INTEGRAL ABACAXI	
	<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%

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	04/jul	05/jul	06/jul	07/jul	08/jul	
	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL*	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE INTEGRAL*	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE INTEGRAL *	REPLANEJAMENTO	REPLANEJAMENTO	
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino) 19h30 (vespertino)	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUINA ACEBOLADA SALADA DE REPOLHO	ARROZ E FEIJÃO OMELETE ABOBORA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA FAROFA TEMPERADA CENOURA			
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 16h30 (vespertino)	BISCOITO SALGADO OU SEM AÇÚCAR LEITE COM CACAU (ADOÇADO COM ADOÇANTE) MAMÃO	ARROZ DOCE (ADOÇADO COM ADOÇANTE) ABACAXI	SALADA DE MACARRÃO SUCO INTEGRAL			
	<b>ENSINO MEDIO</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1455,32	47,12	12%	37,43	22%	245	67%
	<b>EJA - 19 a 30 anos</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1455,32	47,12	12%	37,43	22%	245	67%
	<b>EJA - 31 a 60 anos</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 FINAIS</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1170,51	40,03	14%	31,41	24%	186,7	64%
	<b>ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS</b>						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1170,51	40,03	14%	31,41	24%	186,7	64%

\* O leite poderá ser preparado com frutas.

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

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.