

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 20785 AG. 03/2023

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 1º CICLO de distribuição de 2023, Cardápio REGULAR, ETEC - REFEIÇÃO, NOVOTEC - REFEIÇÃO, REGULAR - SEM FORNO, ETEC-REFEIÇÃO SEM FORNO, Região 1.

CARDÁPIO PARA O 1º CICLO / 2023

AGRUPAMENTO 03

AMERICANA, BRAGANÇA PAULISTA, CAMPINAS OESTE, CAPIVARI, CARAGUATATUBA, GUARATINGUETA, ITAQUAQUECETUBA, JACAREI, JUNDIAI, LESTE 1,2,3,4, LIMEIRA, MOGI DAS CRUZES, MOGI MIRIM, PIRASSUNUNGA, SAO JOAO DA BOA VISTA, SÃO JOSE DOS CAMPOS, SUZANO, TAUBATÉ, SUMARÉ.

Sem	Cardápio Data	Segunda 30/jan	Terça 31/jan	Quarta 01/fev	Quinta 02/fev	Sexta 03/fev		
1	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00					ARROZ E FEIJÃO PRETO CARNE SUÍNA ACEBOLADA FARINHA DE MANDIOCA		
		ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		570,65	24,17	17%	17,63	28%	77	54%
		EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		570,65	24,17	17%	17,63	28%	77	54%
		EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		570,65	24,17	17%	17,63	28%	77	54%
		ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		477,3	19,13	16%	16,06	30%	63	53%
		ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
450,78	19,13	17%	13,06	26%	63	56%		

Sem	Cardápio Data	Segunda 06/fev	Terça 07/fev	Quarta 08/fev	Quinta 09/fev	Sexta 10/fev		
2	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA (MOÍDA) AO MOLHO DE TOMATE CENOURA COZIDA	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUÍNA ACEBOLADA (paleta e cebola) PURÊ DE ABÓBORA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO CARNE BOVINA DE PANELA (patinho iscas e molho de tomate) SALADA DE ALFACE C/ CEBOLA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA CREMOSA (acém moído, molho de tomate e requeijão) MANDIOCA COZIDA ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUÍNA EM CUBOS ABÓBORA REFOGADA BANANA		
		ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		557,89	24	17%	14	23%	83	59%
		EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		557,89	24	17%	14	23%	83	59%
		EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		557,89	24	17%	14	23%	83	59%
		ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		453,72	19	17%	11	23%	68	59%
		ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		429,44	19	17%	10	22%	64	59%

Sem	Cardápio Data	Segunda 13/fev	Terça 14/fev	Quarta 15/fev	Quinta 16/fev	Sexta 17/fev	
3	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO PRETO	
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE BOVINA DE PANELA (patinho em iscas e molho de tomate)	ISCAS DE FRANGO GRELHADA	CARNE SUÍNA EM CUBOS	ATUM C/ BATATA E REQUEIJÃO AO FORNO	CARNE BOVINA (MOÍDA) AO MOLHO DE TOMATE	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	FARINHA DE MANDIOCA	SALADA DE CENOURA RALADA	FARINHA DE MANDIOCA	SALADA DE TOMATE COM PEPINO	VIRADO DE ACELGA	
	Noturno: 19h00 - 20h00	REPOLHO REFOGADO		SALADA DE COUVE	MAMÃO	GOIABA	
	ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		564,8	26	19%	14	23%	82
	EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		564,8	26	19%	14	23%	82
	EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		564,8	26	19%	14	23%	82
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	443,19	21	0,19				
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	434,35	21	19%	10	21%	64	

Sem	Cardápio Data	Segunda 20/fev	Terça 21/fev	Quarta 22/fev	Quinta 23/fev	Sexta 24/fev				
4	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE	ARROZ C/ CENOURA E FEIJÃO				
				CARNE SUÍNA ACEBOLADA (paleta e cebola)	CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA	CARNE BOVINA DE PANELA (patinho em iscas e molho de tomate)				
				FARINHA DE MANDIOCA	SALADA DE ALFACE	FARINHA DE MANDIOCA				
				CENOURA COZIDA RODELAS	MELANCIA	ABOBRINHA REFOGADA C/ SALSA				
				ENSINO MEDIO						
				Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
				569,51	24	17%	15	24%	84	59%
				EJA - 19 A 30 anos						
				Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
				569,51	24	17%	15	24%	84	59%
				EJA - 31 a 60 anos						
				Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
				569,51	24	17%	15	24%	84	59%
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS										
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)				
464	19	17%	12	24%	69	58%				
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS										
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)				
446	19	17%	10	21%	69	58%				

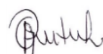
Sem	Cardápio Data	Segunda 27/fev	Terça 28/fev	Quarta 01/mar	Quinta 02/mar	Sexta 03/mar		
5	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA MOÍDA REFOGADA ABÓBORA COZIDA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF BOVINO (patinho em iscas, leite e molho de tomate) BATATA DOCE COZIDA EM CUBOS	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído e molho de SALADA REPOLHO C/ CENOURA RALADA BANANA	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUÍNA ACEBOLADA (paleta e cebola) SALADA DE TOMATE E PEPINO MAMÃO	ARROZ E FEIJÃO OMELETE DE FORNO SALADA DE COUVE C/ CENOURA RALADA (temperada com limão)		
		ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		532,37	25	19%	14	24%	76	57%
		EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		532,37	25	19%	14	24%	76	57%
		EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		532,37	25	19%	14	24%	76	57%
		ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		438,66	20	18%	11	23%	64	57%
		ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)		
429,82	20	18%	10	21%	64	57%		

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	06/mar	07/mar	08/mar	09/mar	10/mar	
6	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ C/ CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE BOVINA DE PANELA (patinho em iscas e molho de tomate)	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído e molho de tomate)	CARNE SUÍNA ACEBOLADA (paleta e cebola)	OMELETE DE FORNO	CARNE SUÍNA AO MOLHO DE TOMATE (paleta e molho de tomate)	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	FARINHA DE MANDIOCA	ACELGA REFOGADA	MANDIOCA COZIDA	SALADA DE ALFACE C/ CENOURA TEMPERADA C/ LIMÃO	ABÓBORA COZIDA	
	Noturno: 19h00 - 20h00	PURÊ DE BATATA			ABACAXI	BANANA	
	ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		561,21	24	17%	14	22%	84
	EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		561,21	24	17%	14	22%	84
	EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		561,21	24	17%	14	22%	84
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	467,69	20	17%	12	22%	70	
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	458,85	20	17%	11	21%	70	

Sem	Cardápio Data	Segunda 13/mar	Terça 14/mar	Quarta 15/mar	Quinta 16/mar	Sexta 17/mar	
7	Período parcial:	ARROZ C/ CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE	ARROZ E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído e molho de tomate)	CARNE SUÍNA ACEBOLADA (paleta e cebola)	OVOS MEXIDOS	CARNE BOVINA DE PANELA (patinho em iscas e molho de tomate)	ESCONDIDINHO DE CARNE BOVINA (acém moído, batata, leite e molho de tomate)	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	ABOBRINHA COZIDA	FARINHA DE MANDIOCA	SALADA DE TOMATE E PEPINO C/ LIMÃO	SALADA DE COUVE	SALADA DE CENOURA RALADA	
	Noturno: 19h00 - 20h00		REPOLHO COZIDO	GOIABA	MAMÃO		
	ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		528,48	23	18	15	26%	74
	EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		528,48	23	18	15	26%	74
	EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		528,48	23	18	15	26%	74
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	423,84	19	18%	12	25%	60	
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	415	19	18%	11	24%	60	

* As receitas das preparações constam no receituário.

Elaborado por:



Priscila Gutul Galdino CRN-3: 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.
HORTIFRUTI: FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES QUE DEVERÃO SER SERVIDOS DE ACORDO COM O CARDÁPIO, CONFORME O ABASTECIMENTO E AMADURECIMENTO DOS PRODUTOS.