



**GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO**  
**SECRETARIA DA EDUCAÇÃO**  
**COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES**  
**DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**  
**CENTRO DE SERVIÇOS DE NUTRIÇÃO**

**TABELA DE PER CAPITAS**

<b>Alimentos - DAESC</b>	<b>PC - Produto cru Fund I e II</b>	<b>PC - Produto cru EM e EJA</b>	<b>Medida Caseira Fund I e II</b>	<b>Medida caseira EM e EJA</b>
<b>ARROZ E SIMILARES</b>				
Arroz polido	50g (120g cozido)	63g (140g cozido)	1 escumadeira média	1 escumadeira cheia
Arroz integral	50g (100g cozido)	63g (110g cozido)	1 escumadeira média	1 escumadeira cheia
Macarrão (diversos tipos)	50g (115g cozido)	70g (175g cozido) (Fund II/Médio/EJA)	3 colheres de servir	4 colheres de servir
<b>PRODUTOS TERMO PROCESSADOS - POUCH</b>				
Sardinha/ atum	50g	63g	2 colheres de sopa cheia	3 colheres de sopa cheia
Carnes Pouch bovina	50g	63g	1 colher de servir	1 colher de servir cheia
<b>MOLHOS</b>				
Extrato de Tomate	20g	20g	1 colher de sopa rasa	1 colher de sopa cheia
<b>GRÃOS IN NATURA</b>				
Feijão carioca in natura	25g (60g do grão cozido)	32g (77g do grão cozido)	1 concha grande rasa	1 concha grande cheia
Feijão preto in natura	25g (50g cozido)	32g (64g cozido)	1 concha média	1 concha grande
Lentilha in natura	15g (67,5g grão cozido com caldo)	25g (112,5g grão cozido com caldo)	1 concha grande rasa	1 concha grande cheia
<b>OUTROS PRODUTOS</b>				
Farinha de mandioca	10g	10g	1 colher de sopa rasa	
Flocos de Milho	30g	38g	2/3 caneca ou 1 concha média	1 caneca ou 1 concha grande
<b>BEBIDAS</b>				
Suco integral - sabores	200 ml	200 ml	1 caneca	
Cacau em pó	7g	8g	1 colher rasa	1 colher
Leite em pó	26g (2 col de sopa)	32,5g (2 col sopa cheia)	1 caneca rasa	1 caneca cheia
<b>BISCOITOS e TORRADAS</b>				
Bicoitos salgados	20g	30g	4 unidades	6 unidades
Bicoito doce	20g	30g	4 unidades	6 unidades
Torrada	20g	20g	2 unidades	2 unidades
<b>PRODUTOS EM EMBALAGEM INDIVIDUAL</b>				
Bicoito Doce - EI	30g	30g	1 embalagem individual	
Biscoito salgado - EI	30g	30g		
Suco integral EI- sabores	200 ml	200 ml		
<b>CONGELADOS</b>				
File de Salsami / Peito Cubos	50g	63g	3 a 4 cubos ou 1 colher de servir	4 a 5 cubos ou 1 col servir cheia
Carne suína em iscas IQF	50g	63g	1 colher de servir rasa	1 colher de servir
Carne suína em cubos IQF	50g	63g	3 a 4 cubos ou 1 colher de servir	4 a 5 cubos ou 1 col servir cheia
Carne bovina moída IQF	50g (38g cozido)	63g (55g cozido)	1 colher de servir rasa	1 colher de servir
Carne bovina em iscas IQF	50g (33g cozido)	63g (45g cozido)	1 colher de servir rasa	1 colher de servir
Carne bovina em cubos IQF	50g (36g cozido)	63g (50g cozido)	3 a 4 cubos ou 1 colher de servir	4 a 5 cubos ou 1 col servir cheia
<b>TEMPEROS</b>				
Sal Iodado	2 g	2 g	1 colher de café	
Óleo de Soja	2 ml	3 ml	1 colher rasa	1 colher



**GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO**  
**SECRETARIA DA EDUCAÇÃO**  
**COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES**  
**DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**  
**CENTRO DE SERVIÇOS DE NUTRIÇÃO**  
**TABELA DE PER CAPITA - 2022**

<b>Alimentos - DAESC</b>	<b>PC - Produto cru Fund I e II</b>	<b>Medida Caseira Fund I e II</b>	<b>PC - Produto cru EM e EJA</b>	<b>Medida caseira EM e EJA</b>
<b>FRUTAS</b>				
Abacaxi	110 gramas	1 fatia média	110 gramas	1 fatia média
Banana Nanica	1 unidade	1 unidade	1 unidade	1 unidade
Goiaba	1 unidade	1 unidade	1 unidade	1 unidade
Maçã Gala Nacional	1 unidade	1 unidade	1 unidade	1 unidade
Mamão Formosa	110 gramas	1 fatia média	110 gramas	1 fatia média
Melancia Comum	150 gramas	1 fatia média	150 gramas	1 fatia média
Melão	110 gramas	1 fatia média	1 unidade	1 fatia média
Tangerina Ponkan	1 unidade	1 unidade	1 unidade	1 unidade
<b>TEMPEROS</b>				
Salsa	1 grama		1 grama	
Alho branco	2 gramas		2 gramas	
Cebola branca	3 gramas		3 gramas	
Limão	1 p 25 alunos		1 p 25 alunos	
<b>VERDURAS</b>				
Acelga	20 gramas		20 gramas	
Alface crespa	20 gramas		20 gramas	
Couve manteiga	35 gramas		35 gramas	
Repolho verde	30 gramas		30 gramas	
<b>LEGUMES</b>				
Tomate	30 gramas		30 gramas	
Beterraba	20 gramas		20 gramas	
Cenoura	30 gramas		30 gramas	
Chuchu	20 gramas		20 gramas	
Mandioca	40 gramas		40 gramas	
Batata comum lavada	40 gramas		40 gramas	
Batata doce	40 gramas		40 gramas	
Abóbora	20 gramas		20 gramas	
Abobrinha	20 gramas		20 gramas	
Pepino	10 gramas		10 gramas	
<b>OVOS</b>				
Ovos	1 unidade		1 unidade	