

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 20927 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 7º CICLO de distribuição de 2023, Cardápio REGULAR, MAIS EDUCAÇÃO - REFEIÇÃO, ETEC - REFEIÇÃO, REGULAR - SEM CONGELADO, NOVOTEC - REFEIÇÃO, REGULAR - SEM FORNO, ETEC-REFEIÇÃO SEM FORNO, Região 1.

CARDÁPIO PARA O 7º 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 11/set	Terça 12/set	Quarta 13/set	Quinta 14/set	Sexta 15/set	
1	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (carne moída bovina e extrato de tomate)	FEIJOADA (feijão preto e pernil em iscas)	OVOS MEXIDOS ABÓBORA COZIDA	CARNE SUÍNA AO MOLHO DE TOMATE (pernil suíno e extrato de tomate) BATATA CORADA (ao forno)	CARNE BOVINA REFOGADA (carne bovina moída ou iscas)	
	Vespertino: Noturno: 19h00 - 20h00	SALADA DE ACELGA, PEPINO E CENOURA	SALADA DE REPOLHO	SALADA DE ALFACE	TANGERINA	CHUCHU COZIDO BANANA	
	ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		539	24	18	13	22,00	80
	EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		539	24	18	13	22,00	80
	EJA - a partir de 31 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		539	24	18	13	22,00	80
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		449	19	17	12	23,00	67
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	419	19	19,00	10	21,00	63	

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	18/set	19/set	20/set	21/set	22/set	
2	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	FRANGO DOURADO (frango em cubos)	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (carne bovina e extrato de tomate)	FEIJOADA (feijão preto e pernil em iscas)	OMELETE DE FORNO	CARNE SUÍNA REFOGADA (pernil)	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	BATATA DOCE RÚSTICA	SALADA DE ACELGA COM CENOURA	COUVE REFOGADA	CHUCHU COZIDO	BATATA CORADA	
	Noturno: 19h00 - 20h00				SALADA DE REPOLHO COM CENOURA BANANA	MELÃO	
	ENSINO MÉDIO						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	548	24	18	11	18,00	87	60,00
	EJA - 19 a 30 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	548	24	18	11	18,00	87	60,00
	EJA - a partir de 31 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	548	24	18	11	18,00	87	60,00
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
482	21	18	10	18,00	76	63,00	
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS							
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
455	21	18,00	9	17,00	72	63,00	

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta						
	Data	25/set	26/set	27/set	28/set	29/set						
3	Período parcial:	ARROZ CARRETEIRO (arroz, pernil em iscas, tomate, cebola e salsa) SALADA DE PEPINO E CENOURA RALADA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (carne bovina e extrato de tomate) ABÓBORA COZIDA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO DOURADO (frango em cubos) BATATA DOCE COZIDA	ARROZ E FEIJÃO OVOS MEXIDOS BETERRABA COZIDA SALADA DE ALFACE COM CENOURA MAÇÃ	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUÍNA AO MOLHO DE TOMATE (pernil suíno e extrato de tomate) SALADA DE REPOLHO BANANA						
	Matutino: 10h - 11h00											
	Vespertino: 13h30 - 14h30											
	Noturno: 19h00 - 20h00											
	ENSINO MÉDIO											
	Kcal						Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	533						23	18	12	21,00	82	61,00
	EJA - 19 a 30 anos											
	Kcal						Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	533						23	18	12	21,00	82	61,00
	EJA - 19 a 30 anos											
	Kcal						Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	533						23	18	12	21,00	82	61,00
	EJA - 19 a 30 anos											
	Kcal						Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
443	19	17	10	21,00	69	62,00						
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS												
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)						
419	18	18,00	9	20,00	66	62,00						

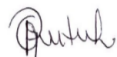
Sem	Cardápio Data	Segunda 02/out	Terça 03/out	Quarta 04/out	Quinta 05/out	Sexta 06/out	
4	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	ARROZ E FEIJÃO FRANGO DOURADO (frango em cubos) PURÊ RÚSTICO DE ABÓBORA (abóbora)	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO CARNE SUINA ACEBOLADA (pernil e cebola) CHUCHU COZIDO	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA (patinho moído) SALADA DE REPOLHO COM TOMATE	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (carne bovina e extrato de tomate) SALADA DE ALFACE COM BETERRABA MAMÃO	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUINA ACEBOLADA (pernil e cebola) SALADA DE ACELGA E CENOURA RALADA BANANA	
	ENSINO MÉDIO						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	557	23	16	11	17,00	92	66,00
	EJA - 19 a 30 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	557	23	16	11	17,00	92	66,00
	EJA - a partir de 31 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	557	23	16	11	17,00	92	66,00
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	456	18	16	9	18,00	75	66,00
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS						
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
432	18	16,00	8	16,00	72	67,00	

Sem	Cardápio Data	Segunda 09/out	Terça 10/out	Quarta 11/out	Quinta 12/out	Sexta 13/out	
5	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	Feriado	Feriado	
	Matutino: 10h - 11h00	KIBE DE FORNO OU CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (carne moída bovina e trigo para kibe OU extrato de tomate)	CARNE SUINA ACEBOLADA (pernil e cebola)	OMELETE DE FORNO	ou	ou	
	Vespertino: 13h30 - 14h30		SALADA DE CENOURA RALADA	SALADA DE COUVE COM TOMATE E CEBOLA	Expediente	Expediente	
	Noturno: 19h00 - 20h00	CHUCHU COZIDO		BANANA	Suspenso	Suspenso	
	ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		567	24	18	13	21,00	87
	EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		567	24	18	13	21,00	87
	EJA - a partir de 31 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		567	24	18	13	21,00	87
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	477	19	17	12	21,00	74	
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	447	19	17,00	10	20,00	71	

1. Nas FTPs constam as receitas das preparações.

2. Hortifrutis (frutas, verduras e legumes) deverão ser servidos de acordo com o cardápio, abastecimento e amadurecimento dos produtos.

Elaborado por:



Priscila Gutul Galdino CRN: 15672

Assessor Técnico V - CENUT

ESTE CARDÁPIO DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA, REFEITÓRIO OU PÁTIO DA ESCOLA E SER DISPONIBILIZADO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR, CONFORME RESOLUÇÃO FNDE Nº 06, de 08/05/2020.