

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 - Regular 3º ciclo/2024 - AG3/ Lote 1

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 3º CICLO de distribuição de 2024, Cardápio REFEIÇÃO - REGULAR, Região 1

CARDÁPIO PARA O 3º CICLO / 2024

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	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta				
	Data	22/abr	23/abr	24/abr	25/abr	26/abr				
1	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE (extrato de tomate)	ARROZ	ARROZ E FEIJÃO				
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE BOVINA À PRIMAVERA (carne moída bovina, tomate, cenoura e abobrinha)	ATUM COM BATATAS E REQUEIJÃO (atum, batatas, leite e limão)	FRANGO ASSADO (sassami)	FEIJOADA (feijão preto e paleta suína)	OVOS MEXIDOS				
	Vespertino: 13h30 - 14h30						BATATA DOCE - PURÊ (batata e leite integral) OU RÚSTICA ASSADA	ABOBRINHA AO ALHO (abobrinha e alho)	VIRADO DE COUVE (farinha de mandioca, couve e cebola)	SALADA DE ALFACE, TOMATE E CENOURA
	Noturno: 19h00 - 20h00									
		ABACAXI								
	ENSINO MÉDIO									
			Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
		568	24	18	13	21,00	87	61,00		
	EJA - 19 a 30 anos									
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)		
		568	24	18	13	21,00	87	61,00		
	EJA - a partir de 31 anos									
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)		
		568	24	18	13	21,00	87	61,00		
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS									
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)			
	478	19	17	12	21,00	74	62,00			
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS										
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)			
	448	19	17,00	10	20,00	71	63,00			

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	29/abr	30/abr	01/mai	02/mai	03/mai	
2	Período parcial:	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	FERIADO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	ESCONDIDINHO DE CARNE BOVINA (carne bovina moída, batata, leite e extrato de tomate)	FRANGO ASSADO (sassami)		OMELETE DE FORNO COM CENOURA SALADA DE ALFACE, TOMATE E PEPINO (temperada com limão)	CARNE SUÍNA ACEBOLADA (paleta suína e cebola) PURÊ RÚSTICO DE ABÓBORA SALADA DE ACELGA	
	ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		558	26	18	12	19%	88
	EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		558	26	18	12	19%	88
	EJA - 31 a 60 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		558	26	18	12	19%	88
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		464	21	17%	10	20%	73
	ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	455	19	18%	9	18%	73	

Sem	Cardápio Data	Segunda 06/mai	Terça 07/mai	Quarta 08/mai	Quinta 09/mai	Sexta 10/mai	
3	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	FRANGO ASSADO (sassami)	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (carne moída bovina e extrato de tomate)	CARNE SUÍNA ACEBOLADA (paleta suína e cebola)	OVOS MEXIDO	FRANGO AO MOLHO DE TOMATE (frango e extrato de tomate)	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	PURÊ DE BATATAS (leite e batatas) ou COZIDA EM CUBOS	BATATA DOCE ASSADA (batata cozida)	VIRADO DE COUVE (farinha de mandioca, couve e cebola)	SALADA DE ALFACE, TOMATE E CEBOLA (temperada com limão)	MANDIOCA COZIDA	
	Noturno: 19h00 - 20h00				MAMÃO	BANANA	
	ENSINO MÉDIO						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	562	26	18	12	19%	89	63%
	EJA - 19 a 30 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	562	26	18	12	19%	89	63%
	EJA - 31 a 60 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	562	26	18	12	19%	89	63%
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	468	21	17%	10	20%	74	62%
	ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
459	19	18%	9	18%	74	64%	

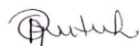
Sem	Cardápio Data	Segunda 13/mai	Terça 14/mai	Quarta 15/mai	Quinta 16/mai	Sexta 17/mai	
4	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE (extrato de tomate)	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (carne moída bovina e extrato de tomate)	FRANGO ASSADO (sassami) COM BATATAS	OMELETE DE FORNO	CARNE SUÍNA ACEBOLADA (paleta suína e cebola)	ESCONDIDINHO DE CARNE BOVINA (carne bovina moída, batata, leite e extrato de tomate)	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	SALADA DE REPOLHO COM CENOURA (ralada)		SALADA DE ACELGA E TOMATE	SALADA DE ALFACE E PEPINO (em rodelas)		
	Noturno: 19h00 - 20h00			TANGERINA	BANANA		
	ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		576	27	19	15	24%	82
	EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		576	27	19	15	24%	82
	EJA - a partir de 31 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		576	27	19	15	24%	82
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	455	22	19%	11	31%	68	
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	446	22	20%	10	19%	68	

*A preparação poderá ser substituída, de acordo com a disponibilidade dos alimentos na unidade.

**** BERINJELA PREVISTA PARA MAIO DEVERA SER PREPARADA CONFORME ORIENTAÇÕES NO BOLETIM SEMANAL**

1. As receitas das preparações constam nas FTPs.
2. Hortifrutí (frutas, verduras e legumes) deverão ser servidos de acordo com o cardápio, abastecimento e amadurecimento dos produtos.

Elaborado por:



Priscila Gutul Galdino CRN-3: 15672
Assessor Técnico V - CENUT

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