

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 - QUILOMBOLAS 5º ciclo/2025 - 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 5º CICLO de distribuição de 2025, QUILOMBOLAS, Região 1

CARDÁPIO PARA O 5º CICLO / 2025

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	04/ago	05/ago	06/ago	07/ago	08/ago	
1	Período parcial:	ARROZ e FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO	ARROZ	ARROZ E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00				FEIJOADA (feijão preto, pernil suíno e cebolinha)		
	Vespertino: 13h30 - 14h30	CARNE BOVINA COM BATATA AO FORNO (carne moída bovina, batata, cenoura, pimentão, extrato de tomate, cebola, cebolinha)	STROGONOFF DE FRANGO (frango em cubos, leite integral, extrato de tomate, cebolinha, salsinha)	CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)	COUVE REFOGADA (couve, alho)	CARNE MOÍDA CREMOSA (carne bovina moída, leite integral e extrato de tomate)	
	Noturno: 19h00 - 20h00		BATATA DOCE RÚSTICA ASSADA (batata)	SALADA DE ALFACE COM BETERRABA (temperada)	LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão, salsinha e	SALADA DE REPOLHO COM TOMATE (temperada com limão)	
				BANANA		MAMÃO	
	ENSINO MÉDIO						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	824	40	19	21	22,00	120	58,00
	EJA - 19 a 30 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	824	24	18	13	22,00	82	59,00
	EJA - 31 a 60 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	824	20	18	11	22,00	67	59,00
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	706	33	19	19	24,00	102	58,00
	ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
537	28	21,00	13	19,00	77	60,00	

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	11/ago	12/ago	13/ago	14/ago	15/ago		
2	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO	ARROZ E FEIJÃO		
		KIBE DE FORNO (carne bovina moída, trigo para kibe, alho, cebola, salsinha)	FEIJOADA (feijão preto e pernil suíno)	CARNE MOÍDA À PRIMAVERA (acém moído, chuchu, cenoura, pimentão, alho, cebola, salsinha e cebolinha)	FRANGO AO MOLHO DE TOMATE (frango em cubos, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)	CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)**		
		SALADA DE CENOURA RALADA, TOMATE E PEPINO (temperada com limão)	LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão, salsinha e cebolinha)	SALADA DE ACELGA COM TOMATE (temperada com limão)	SALADA DE ALFACE COM CEBOLA (temperada com BANANA)	COUVE REFOGADA (tomate, cebola, alho) MELÃO		
		ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		810	39	19	19	20	121	60
		EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		810	39	19	19	20	121	60
		EJA - a partir de 31 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		810	39	19	19	20	121	60
		ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		719	32	18	16	20	110	61
		ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		526	24	18	12	21	80	60

1. O feijão (carioca e preto) poderá ser preparado conforme disponibilidade. No dia da feijoada a escola poderá optar preparar o feijão preto separadamente da carne suína, de acordo com a aceitação dos estudantes.

2. O cardápio do dia poderá ser complementado com outras hortaliças disponíveis

3. PARA O CARDÁPIO DE AGOSTO ESTÁ PREVISTO O BRÓCOLIS QUE DEVERÁ SER PREPARADOS/SERVIDOS CONFORME CARDÁPIO E ORIENTAÇÕES NO BOLETIM SEMANAL.

4. Os produtos congelados poderão ser substituídos conforme a disponibilidade na Unidade Escolar. **No dia 15/08 o prato principal poderá ser substituído por omelete de forno.

5. As receitas das preparações constam nas FTPs.

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

*** Os congelados poderão ser substituídos conforme a disponibilidade na Unidade Escolar.**

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.