

GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO  
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO  
DIRETORIA DE INFRAESTRUTURA DE SERVIÇOS ESCOLARES  
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
DIVISÃO DE SERVIÇOS DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO COALE - REGULAR 6º ciclo/2025 - AG3/ Lote 2

A Diretoria Técnica do COALE no uso de suas atribuições, comunica aos Senhores Coordenadores - Dirigentes Regionais de Ensino, Supervisores e Diretores de Escolas do Sistema Centralizado de Alimentação Escolar, o Cardápio para o 6º CICLO de distribuição de 2025, Cardápio REFEIÇÃO - REGULAR, Região 2

CARDÁPIO PARA O 6º CICLO / 2025  
AGRUPAMENTO 03  
ANDRADINA, OSASCO, PRESIDENTE PRUDENTE, SANTO ANASTACIO, PIRAJU

| Sem                                | Cardápio<br>Data               | Segunda<br>18/ago                                                          | Terça<br>19/ago                        | Quarta<br>20/ago                                                                                             | Quinta<br>21/ago                                                     | Sexta<br>22/ago                                            |         |
|------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|---------|
| 1                                  | <b>Período parcial:</b>        | ARROZ e FEIJÃO                                                             | ARROZ e FEIJÃO                         | MACARRÃO                                                                                                     | ARROZ E FEIJÃO                                                       | ARROZ E FEIJÃO                                             |         |
|                                    | Matutino: 10h - 11h00          | STROGONOFF DE FRANGO (frango em cubos, extrato de tomate e leite integral) | FEIJOADA (feijão preto e pernil suíno) | CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha) | MOQUECA DE OVOS (ovos, batata, extrato de tomate, cenoura, pimentão) | ESCONDIDINHO DE CARNE BOVINA (carne bovina, batata, leite) |         |
|                                    | Vespertino: 13h30 - 14h30      |                                                                            |                                        |                                                                                                              | SALADA DE PEPINO COM TOMATE (temperada com limão)                    |                                                            |         |
|                                    | Noturno: 19h00 - 20h00         | BATATA RÚSTICA ASSADA (batata)                                             | LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão,     | SALADA DE ALFACE E CENOURA (temperado com limão)                                                             | BETERRABA EM CUBOS (cozida)                                          | SALADA DE ACELGA COM CENOURA (temperada com limão)         |         |
|                                    |                                |                                                                            |                                        |                                                                                                              | BANANA                                                               | MELANCIA                                                   |         |
|                                    | ENSINO MÉDIO                   |                                                                            |                                        |                                                                                                              |                                                                      |                                                            |         |
|                                    | Kcal                           | Prot (g)                                                                   | Prot (%)                               | Lip (g)                                                                                                      | Lip (%)                                                              | CHO (g)                                                    | CHO (%) |
|                                    | 576                            | 24                                                                         | 17                                     | 13                                                                                                           | 20%                                                                  | 90                                                         | 62%     |
|                                    | EJA - 19 a 30 anos             |                                                                            |                                        |                                                                                                              |                                                                      |                                                            |         |
|                                    | Kcal                           | Prot (g)                                                                   | Prot (%)                               | Lip (g)                                                                                                      | Lip (%)                                                              | CHO (g)                                                    | CHO (%) |
|                                    | 576                            | 24                                                                         | 17                                     | 13                                                                                                           | 20%                                                                  | 90                                                         | 62%     |
|                                    | EJA - 31 a 60 anos             |                                                                            |                                        |                                                                                                              |                                                                      |                                                            |         |
|                                    | Kcal                           | Prot (g)                                                                   | Prot (%)                               | Lip (g)                                                                                                      | Lip (%)                                                              | CHO (g)                                                    | CHO (%) |
|                                    | 576                            | 24                                                                         | 17                                     | 13                                                                                                           | 20%                                                                  | 90                                                         | 62%     |
|                                    | ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS |                                                                            |                                        |                                                                                                              |                                                                      |                                                            |         |
| Kcal                               | Prot (g)                       | Prot (%)                                                                   | Lip (g)                                | Lip (%)                                                                                                      | CHO (g)                                                              | CHO (%)                                                    |         |
| 479                                | 20                             | 18%                                                                        | 10                                     | 20%                                                                                                          | 76                                                                   | 62%                                                        |         |
| ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS |                                |                                                                            |                                        |                                                                                                              |                                                                      |                                                            |         |
| Kcal                               | Prot (g)                       | Prot (%)                                                                   | Lip (g)                                | Lip (%)                                                                                                      | CHO (g)                                                              | CHO (%)                                                    |         |
| 464                                | 20                             | 18%                                                                        | 10                                     | 20%                                                                                                          | 73                                                                   | 61%                                                        |         |

| Sem                                | Cardápio                       | Segunda                                                                             | Terça                                                 | Quarta                                                                      | Quinta                                                                     | Sexta                                                                                                        |         |
|------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|                                    | Data                           | 25/ago                                                                              | 26/ago                                                | 27/ago                                                                      | 28/ago                                                                     | 29/ago                                                                                                       |         |
| 2                                  | Período parcial:               | FEIJÃO                                                                              | ARROZ E FEIJÃO                                        | ARROZ E FEIJÃO                                                              | ARROZ e FEIJÃO                                                             | MACARRÃO                                                                                                     |         |
|                                    | Matutino: 10h - 11h00          | ARROZ CARRETEIRO (arroz, carne suína, cebola, alho, salsinha, cebolinha e pimentão) | OMELETE DE FORNO (ovos, cebola, salsinha e cebolinha) | KIBE DE FORNO (carne bovina moída, trigo para kibe, alho, cebola, salsinha) | STROGONOFF DE FRANGO (frango em cubos, extrato de tomate e leite integral) | CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha) |         |
|                                    | Vespertino: 13h30 - 14h30      |                                                                                     |                                                       |                                                                             |                                                                            |                                                                                                              |         |
|                                    | Noturno: 19h00 - 20h00         |                                                                                     |                                                       |                                                                             |                                                                            |                                                                                                              |         |
|                                    |                                | SALADA DE REPOLHO COM CENOURA (temperada com limão)                                 | DUETO DE LEGUMES (CHUCHU E CENOURA)                   | SALADA DE PEPINO COM TOMATE (temperada com limão)                           | BATATA RÚSTICA ASSADA (batata)                                             | SALADA DE ALFACE COM BETERRABA                                                                               |         |
|                                    |                                |                                                                                     |                                                       |                                                                             | BANANA                                                                     | MANGA                                                                                                        |         |
|                                    | ENSINO MÉDIO                   |                                                                                     |                                                       |                                                                             |                                                                            |                                                                                                              |         |
|                                    | Kcal                           | Prot (g)                                                                            | Prot (%)                                              | Lip (g)                                                                     | Lip (%)                                                                    | CHO (g)                                                                                                      | CHO (%) |
|                                    | 561                            | 25                                                                                  | 18                                                    | 12                                                                          | 19%                                                                        | 87                                                                                                           | 63%     |
|                                    | EJA - 19 a 30 anos             |                                                                                     |                                                       |                                                                             |                                                                            |                                                                                                              |         |
|                                    | Kcal                           | Prot (g)                                                                            | Prot (%)                                              | Lip (g)                                                                     | Lip (%)                                                                    | CHO (g)                                                                                                      | CHO (%) |
|                                    | 561                            | 25                                                                                  | 18                                                    | 12                                                                          | 19%                                                                        | 87                                                                                                           | 63%     |
|                                    | EJA - 31 a 60 anos             |                                                                                     |                                                       |                                                                             |                                                                            |                                                                                                              |         |
|                                    | Kcal                           | Prot (g)                                                                            | Prot (%)                                              | Lip (g)                                                                     | Lip (%)                                                                    | CHO (g)                                                                                                      | CHO (%) |
|                                    | 561                            | 25                                                                                  | 18                                                    | 12                                                                          | 19%                                                                        | 87                                                                                                           | 63%     |
|                                    | ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS |                                                                                     |                                                       |                                                                             |                                                                            |                                                                                                              |         |
|                                    | Kcal                           | Prot (g)                                                                            | Prot (%)                                              | Lip (g)                                                                     | Lip (%)                                                                    | CHO (g)                                                                                                      | CHO (%) |
| 464                                | 20                             | 18%                                                                                 | 10                                                    | 20%                                                                         | 73                                                                         | 62%                                                                                                          |         |
| ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS |                                |                                                                                     |                                                       |                                                                             |                                                                            |                                                                                                              |         |
| Kcal                               | Prot (g)                       | Prot (%)                                                                            | Lip (g)                                               | Lip (%)                                                                     | CHO (g)                                                                    | CHO (%)                                                                                                      |         |
| 431                                | 20                             | 19%                                                                                 | 9                                                     | 19%                                                                         | 67                                                                         | 61%                                                                                                          |         |

| Sem                                | Cardápio                                                                                                            | Segunda                                                                                                     | Terça                                  | Quarta                                                                                                       | Quinta                                            | Sexta                                                                                                                  |         |         |
|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|
|                                    | Data                                                                                                                | 01/set                                                                                                      | 02/set                                 | 03/set                                                                                                       | 04/set                                            | 05/set                                                                                                                 |         |         |
| 3                                  | <b>Período parcial:</b><br><br>Matutino: 10h - 11h00<br><br>Vespertino: 13h30 - 14h30<br><br>Noturno: 19h00 - 20h00 | ARROZ E FEIJÃO                                                                                              | ARROZ e FEIJÃO                         | MACARRÃO                                                                                                     | ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO                        | ARROZ E FEIJÃO                                                                                                         |         |         |
|                                    |                                                                                                                     | CARNE MOÍDA CREMOSA (carne cém moído, extrato de tomate, leite integral, cebola, alho, salsinha, cebolinha) | FEIJOADA (feijão preto e pernil suíno) | FRANGO AO MOLHO DE TOMATE (frango em cubos, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha) | OVOS MEXIDOS (ovos, cebola, salsinha e cebolinha) | CARNE BOVINA COM BATATA AO FORNO (carne moída bovina, batata, cenoura, pimentão, extrato de tomate, cebola, cebolinha) |         |         |
|                                    |                                                                                                                     | SALADA DE ACELGA COM CENOURA<br>BATATA RÚSTICA ASSADA (batata)                                              | LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão,     | SALADA DE ALFACE E CENOURA (temperado com limão)<br>BANANA                                                   | SALADA DE COUVE, TOMATE E CEBOLA<br>ABACAXI       | SALADA DE ACELGA COM TOMATE                                                                                            |         |         |
|                                    |                                                                                                                     | ENSINO MÉDIO                                                                                                |                                        |                                                                                                              |                                                   |                                                                                                                        |         |         |
|                                    |                                                                                                                     | Kcal                                                                                                        | Prot (g)                               | Prot (%)                                                                                                     | Lip (g)                                           | Lip (%)                                                                                                                | CHO (g) | CHO (%) |
|                                    |                                                                                                                     | 584                                                                                                         | 24                                     | 17                                                                                                           | 13                                                | 20%                                                                                                                    | 92      | 62%     |
|                                    |                                                                                                                     | EJA - 19 a 30 anos                                                                                          |                                        |                                                                                                              |                                                   |                                                                                                                        |         |         |
|                                    |                                                                                                                     | Kcal                                                                                                        | Prot (g)                               | Prot (%)                                                                                                     | Lip (g)                                           | Lip (%)                                                                                                                | CHO (g) | CHO (%) |
|                                    |                                                                                                                     | 584                                                                                                         | 24                                     | 17                                                                                                           | 13                                                | 20%                                                                                                                    | 92      | 62%     |
|                                    |                                                                                                                     | EJA - 31 a 60 anos                                                                                          |                                        |                                                                                                              |                                                   |                                                                                                                        |         |         |
|                                    |                                                                                                                     | Kcal                                                                                                        | Prot (g)                               | Prot (%)                                                                                                     | Lip (g)                                           | Lip (%)                                                                                                                | CHO (g) | CHO (%) |
|                                    |                                                                                                                     | 584                                                                                                         | 24                                     | 17                                                                                                           | 13                                                | 20%                                                                                                                    | 92      | 62%     |
|                                    |                                                                                                                     | ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS                                                                              |                                        |                                                                                                              |                                                   |                                                                                                                        |         |         |
|                                    |                                                                                                                     | Kcal                                                                                                        | Prot (g)                               | Prot (%)                                                                                                     | Lip (g)                                           | Lip (%)                                                                                                                | CHO (g) | CHO (%) |
|                                    |                                                                                                                     | 487                                                                                                         | 20                                     | 18%                                                                                                          | 10                                                | 20%                                                                                                                    | 78      | 62%     |
| ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS |                                                                                                                     |                                                                                                             |                                        |                                                                                                              |                                                   |                                                                                                                        |         |         |
| Kcal                               | Prot (g)                                                                                                            | Prot (%)                                                                                                    | Lip (g)                                | Lip (%)                                                                                                      | CHO (g)                                           | CHO (%)                                                                                                                |         |         |
| 472                                | 20                                                                                                                  | 18%                                                                                                         | 10                                     | 20%                                                                                                          | 75                                                | 61%                                                                                                                    |         |         |

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 AGOSTO ESTÁ PREVISTO NO CARDÁPIO O BRÓCOLIS QUE DEVERÁ SER PREPARADO/SERVIDO CONFORME ORIENTAÇÕES NO BOLETIM SEMANAL.
  4. Os produtos congelados poderão ser substituídos conforme a disponibilidade na Unidade Escolar.
  5. As receitas das preparações constam nas FTPs.
  6. Hortifruti (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:

**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.**