## 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 9º ciclo/2025 - AG3/ Lote 1

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 9º CICLO de distribuição de 2025, Cardápio REFEIÇÃO - REGULAR, Região 1

## CARDÁPIO PARA O 9º 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	T	erça	Quarta	Qu	Quinta		Sexta		
	Data	10/nov	11/nov		12/nov	13/	13/nov		14/nov		
	Período parcial:		ARROZ E FEIJÃO		MACARRÃO	ARROZ COM CEI	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO		ARROZ E FEIJÃO		
	Matutino: 10h - 11h00	GALINHADA (arroz, frango, tomate, salsinha, cenoura, pimentão e cebolinha)	CARNE SUÍNA AC	EBOLADA (paleta em	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMA (acém moído, extrato de tomate, pime	ntão FRANGO DOURADO	FRANGO DOURADO (frango em cubos, cebola, alho, salsinha e cebolinha)		MOQUECA DE OVOS (ovos, batata, extrato de tomate, cenoura, pimentão)		
	Vespertino: 13h30 - 14h30	SALADA DE ACELGA	cubos, cebola, s	salsinha, cebolinha)	cebola, alho, salsinha e cebolinha)	cebola, alno, sais					
1	Noturno: 19h00 - 20h00	BATATA EM CUBOS (cozida)	ABÓBORA EM CUBOS (cozida)		SALADA DE ALFACE, TOMATE, PEPIN CENOURA E CEBOLA (tomate, cenou	· I BATATADOCERI	BATATA DOCE RÚSTICA AO FORNO		E BETERRABA (temperada com limão)		
						COUVE REFOGADA	COUVE REFOGADA (couve, cebola, alho)		BANANA		
						MAI	MAMÃO				
		ENSINO MÉDIO									
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)		CHO (%)		
		580	24	17	13	20%	92		62%		

Cardápio	Segunda			Terça	Quarta		Quinta		Sexta	
Data	17/nov		•	l8/nov	19/nov		20/nov		21/nov	
Período parcial:	ARROZ		ARROZ COM CENOURA E FEIJÃC		ARROZ E FEIJÃO					
Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30	FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)		ISCAS BOVINA ACEBOLADA (patinho em iscas, cebola, alho, cebolinha, salsinha)  MANDIOCA (cozida)		OMELETE DE FORNO (ovos, cebola, salsinha e cebolinha)  DUETO DE LEGUMES (chuchu e cenoura)  BANANA		FERIADO		PONTO FACULTATIVO	
Noturno:  19h00 - 20h00  FAROFA TEMPERADA (farinha de mandioca e cebola)		inha de								
	ENSINO MÉDIO									
Kcal P		Prot (g) Prot (%)		Lip (g)		Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)		
	561		25	18	12		19%	87		63%
Cardápio	Segunda			Terça	Quarta		Quin	ta	Sexta	
Data	24/nov		;	25/nov	26/nov		27/no	ov	28/nov	
Período parcial:	o: 10h 1h00 FRANGO AO MOLHO DE TOMATE (frango em cubos, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)		ARROZ FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)		ARROZ E FEIJÃO		ARROZ E FEIJÃO		ARRO	Z COM CENOURA E FEIJÃO
- 11h00 Vespertino:					ISCAS BOVINA ACEBOLADA (patinho em iscas, cebola, alho, cebolinha, salsinha)		MOQUECA DE OVOS (ovos, batata, extrato de tomate, cenoura, pimentão)		FRANGO ASSADO	
Noturno: 19h00 - 20h00	BATATA DOCE RÚSTICA AO FORNO LIMÃOGRETE (tomate, cebola		omate, cebola, limão)	BATATA E CHUCHU EM CUBOS (cozidos)		SALADA DE ALFACE, TOMATE E PEPINO (temperada com limão)		ВЕТЕГ	RRABA EM CUBOS (cozidos)  SALADA DE ACELGA	
					2		MELANCIA			
ENSINO MÉDIO										
	Kcal Pr		Prot (g) Prot (%)		Lip (g)		Lip (%)	) CHO (g)		CHO (%)
557			25 18		12		19%	19% 86		63%
	Período parcial:  Matutino: 10h - 11h00  Vespertino: 13h30 - 14h30  Noturno: 19h00 - 20h00  Cardápio Data  Período parcial:  Matutino: 10h - 11h00  Vespertino: 13h30 - 14h30  Noturno:	Período parcial:  Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00  Right Segunda Data Período parcial:  Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00  Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00  RRANGO AO MOLHO DE TOM em cubos, extrato de tomate, cebola, alho, salsinha e cel MATATA DOCE RÚSTICA AC	Período parcial:  Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00    Kcal	Período parcial:  Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00  Kcal Prot (g) 561 25  Cardápio Data  Período parcial:  ARROZ COM  FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebola, alfraços, cebola, alfraços, cebola, alfraços, cebola, alfraços, cebola)  Kcal Prot (g) 561 25  Cardápio Data  Período parcial:  ARROZ E FEIJÃO  FRANGO AO MOLHO DE TOMATE (frango em cubos, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)  Noturno: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00  Kcal Prot (g)  FRANGO AO MOLHO DE TOMATE (frango em cubos, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)  BATATA DOCE RÚSTICA AO FORNO  Kcal Prot (g)	Período parcial:  Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00  Kcal Prot (g) Prot (%) 561 25 18  Cardápio Data  Período parcial:  ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO  ISCAS BOVINA ACEBOLADA (patinho em iscas, cebola, alho, cebolinha, salsinha)  MANDIOCA (cozida)  MANDIOCA (cozida)  FRAOFA TEMPERADA (farinha de mandioca e cebola)  Kcal Prot (g) Prot (%) 561 25 18  Cardápio Segunda Terça Data  ARROZ E FEIJÃO  ARROZ E FEIJÃO  ARROZ  FRANGO AO MOLHO DE TOMATE (frango em cubos, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)  Noturno: 19h00 - 20h00  Kcal Prot (g) Prot (%)  ISJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)  LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão)  LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão)  LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão)	Período parcial:  ARROZ ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO  ARROZ E FEIJÃO  OMELETE DE FORNO (ovos, cebola, sal e cebolinha)  LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão) FAROFA TEMPERADA (farinha de mandioca e cebola)  FAROFA TEMPERADA (farinha de mandioca e cebola)  FAROFA TEMPERADA (farinha de mandioca e cebola)  ARROZ E FEIJÃO  BATATA DOCE RÚSTICA AO FORNO  LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão) BATATA E CHUCHU EM CUBOS (cozida)  BANANA  ENSINO MÉDIO  ENSINO MÉDIO  ENSINO MÉDIO  ENSINO MÉDIO  ENSINO MÉDIO	Período parcial:  ARROZ ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO ARROZ E FEIJÃO  BATATA DOCE RÚSTICA AO FORNO  LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão)  BATATA E CHUCHU EM CUBOS (cozidos)  BANANA  ENSINO MÉDIO  Kcal  Prot (g)  Prot (g)  Prot (g)  Prot (g)  Prot (g)  Prot (g)  ENSINO MÉDIO	Periodo parcial:  ARROZ ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO  Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00  Kcal Prot (g) Prot (%) Lip (g) Lip (%) 561 25 18 12 19%  Cardápio Data 24/nov 25/nov 26/nov 27/nov Periodo parcial:  ARROZ E FEIJÃO  ARROZ E FEIJÃO  ARROZ E FEIJÃO  MANDIOCA (cozida)  DUETO DE LEGUMES (chuchu e cenoura) BANANA  FERIA  ENSINO MÉDIO  Kcal Prot (g) Prot (%) Lip (g) Lip (%) 561 25 18 12 19%  Cardápio  Data 24/nov 25/nov 26/nov 27/nov  Periodo parcial:  ARROZ E FEIJÃO  AR	Periodo parcial:  ARROZ ARROZ COM CENOURA E FELIÃO ARROZ E FELIÃO  ARROZ E FELIÃO  ARROZ E FELIÃO  ARROZ E FELIÃO  ARROZ E FELIÃO  ARROZ E FELIÃO  MALIUTION: 13h30 - 14h30  Noturno: 19h00 - 20h00  Recal Prot (g) Prot (%) Lip (g) Lip (%) CHO (g)  FEJIOADA (feljão preto, carne suína em iscas, cebola, alho, cebolinha, salsinha)  ARROZ E FELIÃO  MANDIOCA (cozida)  DUETO DE LEGUMES (chuchu e cenoura)  BANANA  TERNADO  CHO (g)  FEJIOADA (feljão preto, carne suína em iscas, cebola, alho, cebolinha)  ARROZ E FELIÃO  ARROZ E	Período parcial:  ARROZ ARROZ COM CENOURA E FELIÃO  ARROZ E FELIÃO  MALUTION: 1100  Vespertino: 13h30 - 14h30  Noturno: 19h00 - 20h00  EKCal Prot (g) Prot (%)  Data  Período parcial:  ARROZ E FELIÃO  ARROZ E FELIÃO  MANDIOCA (cozida)  DUETO DE LEGUMES (chuchu e cenoura) BANANA  ARROZ E FELIÃO  ARROZ E FELIÃO

,	Cardápio	Segunda		Terça	Quarta	Quir	nta	Sexta	
	Data	01/dez		02/dez	03/dez	04/d	ez	05/dez	
4	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO OU GRÃO DE BICC	М	ACARRÃO	ARROZ	ARROZ E	FEIJÃO	ARROZ	
	Matutino: 10h - 11h00  Vespertino: 13h30 - 14h30	ISCAS BOVINA ACEBOLADA (patinho iscas, cebola, alho, cebolinha, salsinh	em cubos, extra	LHO DE TOMATE (frango to de tomate, pimentão, salsinha e cebolinha)	GALINHADA (arroz, frango, tomate salsinha, cenoura, pimentão e cebolinl	· ·	ovos, batata, extrato	FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)	
	Noturno: 19h00 - 20h00	DUETO DE LEGUMES (chuchu e cenou	<i>,</i>	POLHO COM CENOURA	BATATA RÚSTICA AO FORNO SALADA DE FRUTAS (banana, melancia abacaxi)	SALADA DE ALFACE E 1 com lin	` '	LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão) FAROFA TEMPERADA (farinha de mandioca e cebola)	
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
		576	24	17	13	20%	91	62%	

- 1. O feijão (carioca e preto) deve ser preparado conforme disponibilidade. No dia da feijoada a escola poderá optar preparar o feijão preto separadamento da carne suína, de acordo com a aceitação dos estudantes.
- 2. O cardápio do dia poderá ser complementado com outras hortaliças disponiveis.
- 3. PARA NOVEMBRO ESTÃO PREVISTOS NO CARDÁPIO A VAGEM E REPOLHO ROXO QUE DEVERÃO SER PREPARADOS/SERVIDOS 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:

Priscila Gutul Galdino CRN-3: 15672

Assessor I - DNUT

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