

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	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	Data	10/nov	11/nov	12/nov	13/nov	14/nov
1	Período parcial:		ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO
	Matutino: 10h - 11h00	GALINHADA (arroz, frango, tomate, salsinha, cenoura, pimentão e cebolinha)	CARNE SUÍNA ACEBOLADA (paleta em cubos, cebola, salsinha, cebolinha)	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)	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				
	Noturno: 19h00 - 20h00	BATATA EM CUBOS (cozida)	ABÓBORA EM CUBOS (cozida)	SALADA DE ALFACE, TOMATE, PEPINO, CENOURA E CEBOLA (tomate, cenoura,	BATATA DOCE RÚSTICA AO FORNO	SALADA DE BETERRABA (temperada com limão)
					COUVE REFOGADA (couve, cebola, alho)	BANANA
MAMÃO						
ENSINO MÉDIO						
Kcal		Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
580		24	17	13	20%	92
						CHO (%)
						62%

Sem	Cardápio	Segunda		Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	17/nov		18/nov	19/nov	20/nov	21/nov	
2	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	ARROZ		ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	FERIADO	PONTO FACULTATIVO	
		FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)		ISCAS BOVINA ACEBOLADA (patinho em iscas, cebola, alho, cebolinha, salsinha)	OMELETE DE FORNO (ovos, cebola, salsinha e cebolinha)			
		LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão)		MANDIOCA (cozida)	DUETO DE LEGUMES (chuchu e cenoura)			
		FAROFA TEMPERADA (farinha de mandioca e cebola)			BANANA			
		ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		561	25	18	12	19%	87	63%
,	Cardápio	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta
	Data	24/nov		25/nov	26/nov	27/nov		28/nov
3	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	ARROZ E FEIJÃO		ARROZ	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	
		FRANGO AO MOLHO DE TOMATE (frango em cubos, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)		FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)	ISCAS BOVINA ACEBOLADA (patinho em iscas, cebola, alho, cebolinha, salsinha)	MOQUECA DE OVOS (ovos, batata, extrato de tomate, cenoura, pimentão)	FRANGO ASSADO	
		BATATA DOCE RÚSTICA AO FORNO		LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão)	BATATA E CHUCHU EM CUBOS (cozidos)	SALADA DE ALFACE, TOMATE E PEPINO (temperada com limão)	BETERRABA EM CUBOS (cozidos)	
					BANANA	MELANCIA	SALADA DE ACELGA	
		ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		557	25	18	12	19%	86	63%

, Cardápio		Segunda		Terça		Quarta		Quinta		Sexta				
Data		01/dez		02/dez		03/dez		04/dez		05/dez				
4	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO OU GRÃO DE BICO		MACARRÃO		ARROZ		ARROZ E FEIJÃO		ARROZ				
	Matutino: 10h - 11h00	ISCAS BOVINA ACEBOLADA (patinho em iscas, cebola, alho, cebolinha, salsinha)		FRANGO AO MOLHO DE TOMATE (frango em cubos, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)		GALINHADA (arroz, frango, tomate, salsinha, cenoura, pimentão e cebolinha)		MOQUECA DE OVOS (ovos, batata, extrato de tomate, cenoura, pimentão)		FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)				
	Vespertino: 13h30 - 14h30	DUETO DE LEGUMES (chuchu e cenoura)				BATATA RÚSTICA AO FORNO		SALADA DE ALFACE E TOMATE (temperada com limão)		LIMÃO GRETE (tomate, cebola, limão)				
	Noturno: 19h00 - 20h00			SALADA DE REPOLHO COM CENOURA		SALADA DE FRUTAS (banana, melancia e abacaxi)				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 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 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 Nº 06, de 08/05/2020.