



GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVIÇOS ESCOLARES
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E ASSISTÊNCIA AO ALUNO
CENTRO DE SERVIÇOS DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO DAAA/CENUT Nº 51 AG. 01/2018

A Diretora Técnica do DAAA/CENUT, 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 QUARTO ciclo de distribuição de 2018, modalidades REGULAR, MAIS EDUCAÇÃO REFEIÇÃO, ETEC REFEIÇÃO, LOTE 1.**

CARDÁPIO PARA O 4º CICLO / 2018
AGRUPAMENTO 1

ETEC Albert Einstein, ETEC Paulino Botelho, Guarulhos Norte, Guarulhos Sul, São Carlos

Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta								
	Data	07/mai					08/mai					09/mai					10/mai					11/mai								
15	Padrão	Arroz Feijoada Vegetariana (Feijão preto + Legumes) Farinha de mandioca					Arroz Frango refogado a primavera (Legumes + Peito de frango em cubos (congelado))					Arroz Feijão Carne bovina acebolada (Carne bovina patinho em iscas (congelado))					Mexidinho (Arroz + Feijão + Carne bovina patinho moído (congelado)) Farinha de mandioca Salada					Macarrão a Putanesca (Molho + Atum) Fruta								
		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)				
		391	14,23	3,73	76,69	15,28	553	31,57	14,31	76,18	9,87	438	25,53	6,74	68,84	6,21	455	27,72	5,07	76,32	13,47	533	21,02	20,22	68,22	5,69				
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)
	0,2	0,73	48,91	2,6	78,32	1,81	117,33	0,92	308,86	1,07	82,99	2,2	0,95	2,02	41,98	2,8	83,44	3,08	3,98	2,02	44,94	3,18	70,79	3,9	39,26	0,92	28,21	3,26	20,16	0,06
Item do enriquecimento		Legumes e verduras					Legumes e verduras					Legumes e verduras					Fruta													
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta								
	Data	14/mai					15/mai					16/mai					17/mai					18/mai								
16	Padrão	Arroz com lentilha (Arroz + Lentilha) Fritada de Ovos					Arroz Estrogonofe de carne (Molho + Leite em pó + Carne bovina patinho em iscas (congelado))					Arroz Feijoada (Feijão preto + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Farinha de mandioca Salada					Macarrão com Moela (Molho + Moela de frango (congelado)) Fruta					Arroz Feijão Frango refogado (Peito de frango em cubos (pouch)) Salada								
		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)				
		348	16,12	7,57	52,54	7,43	352	19,83	6,42	53,75	2,87	491	27,97	6,25	82,41	12,89	405	23,31	5,13	67,97	5,5	499	32,87	5,39	81,36	12,84				
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)
	0,2	0,73	12,04	2,01	21,4	1,19	0,95	0,92	13,91	1,79	51,09	3,71	0,2	0,73	95,23	4,05	93,45	2,31	39,26	0,92	35,14	4,83	20,19	1,76	1,26	2,02	47,46	1,96	95,67	1,49
Item do enriquecimento		Ovos					Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras													
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta								
	Data	21/mai					22/mai					23/mai					24/mai					25/mai								
17	Padrão	Arroz Feijoada Branca de Legumes (Feijão branco + Legumes) Farinha de mandioca					Arroz Frango Dourado (Batata + Peito de frango em cubos (congelado)) Salada					Arroz Feijão Carne bovina refogada (Carne bovina patinho em iscas (congelado)) Fruta					Macarrão a Bolonhesa (Molho + Leite em pó + Carne bovina patinho moído (congelado))					Arroz Tropical (Arroz + Repolho + Atum) Salada								
		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)				
		391	14,23	3,73	76,69	15,28	553	31,57	14,31	76,18	9,87	483	27,53	7,14	78,84	13,21	410	25,72	4,67	66,32	6,47	533	21,02	20,22	68,22	5,69				
		Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)
	0,2	0,73	48,91	2,6	78,32	1,81	117,33	0,92	308,86	1,07	82,99	2,2	0,95	2,02	41,98	2,8	83,44	3,08	3,98	2,02	44,94	3,18	70,79	3,9	39,26	0,92	28,21	3,26	20,16	0,06

	Item do enriquecimento	Legumes e verduras					Legumes e verduras					Fruta										Legumes e verduras														
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta														
	Data	28/mai					29/mai					30/mai					31/mai					01/jun														
18	Padrão	Arroz Virado de Feijão com Ovo (Feijão + Legumes + Ovo + Farinha de mandioca)					Arroz Estrogonofe de carne Molho + Leite em pó + Carne bovina patinho em iscas (congelado)					Arroz a Chinesa (Arroz + Legumes + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Salada					FERIADO					EMENDA FERIADO														
		Fruta					Fruta					Fruta																								
		kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)	kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Fibras(g)																				
	393	18,62	7,92	62,24	14,43	424	20,83	6,62	71,75	4,87	455	27,81	6,25	73,61	12,89																					
	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	Vit A(µg)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg (mg)	Zn(mg)	0,2	0,73	12,04	2,01	21,4	1,19	0,95	0,92	13,91	1,79	51,09	3,71	0,2	0,73	88,73	3,94	89,75	2,27
	Item do enriquecimento	Ovos / Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras																								

Elaborado por:

Natália Albano CRN: 22086
Assessor Técnico I

Viviane Fagundes CRN: 21309
Diretor Técnico II - CENUT

ESTE CARDÁPIO DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA DA ESCOLA E SER DISPONIBILIZADO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR, CONFORME RESOLUÇÃO FNDE Nº 26/2013.

AS RECEITAS PERTINENTES AO CARDÁPIO SEGUEM EM DOCUMENTO ANEXO.

HORTIFRUTI: PARA INFORMAÇÕES SOBRE SAFRA E PRODUTOS DE ÉPOCA CONSULTE: <http://www.hortiescolha.com.br/>