

GOVERNO DO ESTADO DE SAO PAULO															
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCACAO															
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVICOS ESCOLARES - CISE															
DEPARTAMENTO DE ALIMENTACAO E ASSISTENCIA AO ALUNO - DAAA															
CENTRO DE SERVICOS DE NUTRICAO															

COMUNICADO DAAA

A Diretoria Técnica do DAAA, 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 7º CICLO de distribuição de 2018, modalidade(s) REGULAR,,MAIS EDUCAÇÃO - REFEIÇÃO,,ETEC - REFEIÇÃO.

CARDÁPIO PARA O 7º CICLO / 2018 - AGRUPAMENTO 01 LOTE 2

REGULAR,,MAIS EDUCAÇÃO - REFEIÇÃO,,ETEC - REFEIÇÃO

DIRETORIAS DE ENSINO: APIAÍ, CAIEIRAS, CARAPICUIBA, CATANDUVA, CENTRO OESTE, FERNANDOPOLIS, ITAPEVI, JOSE BONIFÁCIO, MIRANTE DO PARANAPANEMA, OSASCO.

Semanas	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																														
	Data	10/09/2018	11/09/2018	12/09/2018	13/09/2018	14/09/2018																														
		ARROZ COM LENTILHA FAROFA NUTRITIVA	ARROZ E FEIJÃO CARNE MOIDA AO MOLHO DE TOMATE (CARNE BOVINA COXAO MOLE MOIDO) ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ COM FEIJÃO PRETO CARNE DE PANELA (CARNE BOVINA COXAO MOLE CUBOS) ITEM DE ENRIQUECIMENTO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO (CARNE BOVINA COXAO MOLE MOIDO)	ARROZ E FEIJÃO SARDINHA Á GOMES DE SÁ FAROFA NUTRITIVA ITEM DE ENRIQUECIMENTO																														
		Macronutrientes		Macronutrientes		Macronutrientes																														
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)												
		291	8,36	3,12	57,28	6,80		343	20,94	6,56	49,96	2,03		475	23,99	6,49	80,16	5,84		372	24,72	7,25	51,85	5,81		556	23,27	15,85	80,16	5,84						
		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes														
		Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)							
		0,20	0,73	12,04	1,67	39,67	1,19	1,48	0,20	0,73	23,27	2,05	14,46	3,80	0,39	5,87	2,02	50,81	2,95	2	2,62	7	0,20	0,73	45,32	4,51	5	4,49	0,39	0,20	2,02	49,55	1,82	92,75	1,10	0,64

Semanas	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																														
	Data	17/09/2018	18/09/2018	19/09/2018	20/09/2018	21/09/2018																														
		FEIJOADA VEGETARIANA ARROZ FAROFA	ARROZ COM FEIJÃO CARNE SUÍNA AO MOLHO (CARNE SUINA PERNIL ISCAS CONG) ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ ESTROGONOFE DE CARNE (CARNE BOVINA COXAO MOLE ISCAS CONG) ITEM DE ENRIQUECIMENTO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO (CARNE BOVINA COXAO MOLE MOIDO)	ARROZ E LENTILHA PEITO DE FRANGO Á PRIMAVERA FAROFA NUTRITIVA (PEITO DE FRANGO CUBOS POUCH) ITEM DE ENRIQUECIMENTO																														
		Macronutrientes		Macronutrientes		Macronutrientes																														
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)												
		394	10,76	3,34	80,16	5,84		363	18,42	9,89	49,96	2,03		368	17,92	8,44	55,00	1,40		372	24,72	7,25	51,85	5,81		407	30,05	4,76	61,04	7,43						
		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes														
		Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)							
		0,20	2,02	49,55	1,82	92,75	1,10	66,38	0,20	0,73	15,08	0,98	28,95	1,91	0,39	0,20	0,73	8,78	1,27	45,96	2,48	0,39	0,20	0,73	45,32	4,51	5	4,49	0,39	1,26	0,73	22,95	2,38	31,72	1,65	8

Semanas	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta																														
	Data	24/09/2018	25/09/2018	26/09/2018	27/09/2018	28/09/2018																														
		ARROZ E LENTILHA COZIDO	ARROZ EFEIÃO CARNE MOIDA COM MOLHO (CARNE BOVINA COXAO MOLE MOIDO) ITEM DE ENRIQUECIMENTO	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA NUTRITIVA CARNE DE PANELA (CARNE BOVINA COXAO MOLE CUBOS) ITEM DE ENRIQUECIMENTO	MACARRÃO CARNE MOIDA COM MOLHO E REQUIÃO CASEIRO (CARNE BOVINA PATINHO MOÍDA CONG)	ARROZ E FEIJÃO SARDINHA AO FORNO CORADA FAROFA NUTRITIVA ITEM DE ENRIQUECIMENTO																														
		Macronutrientes		Macronutrientes		Macronutrientes																														
		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)												
		276	9,62	3,12	52,24	7,43		343	20,94	6,56	49,96	2,03		475	23,99	6,49	80,16	5,84		354	23,46	5,35	53,11	2,28		541	24,53	15,85	75,12	6,47						
		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes		Micronutrientes														
		Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)							
		0,20	0,73	12,04	2,01	21,40	1,19	1,48	0,20	0,73	23,27	2,05	14,46	3,80	0,39	5,87	2,02	50,81	2,95	2	2,62	7	14,69	0,73	27,68	5,58	51,01	4,05	19,37	0,20	2,02	49,55	2,16	74,48	1,10	0,64

Semanas	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	Data	01/10/2018	02/10/2018	03/10/2018	04/10/2018	05/10/2018

		FEIJOADA VEGETARIANA ARROZ FAROFA NUTRITIVA						ARROZ COM FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE (CARNE BOVINA COXAO MOLE ISCAS) ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ E FEIJÃO CARNE DE PALENA (CARNE BOVINA COXAO MOLE CUBOS) ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ COM FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA (CARNE BOVINA PATINHO MOÍDA)						ARROZ COM FEIJÃO ALMONDEGAS AO MOLHO (CARNE BOVINA PATINHO MOÍDA) ITEM DE ENRIQUECIMENTO									
		Macronutrientes						Macronutrientes						Macronutrientes						Macronutrientes															
Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			
394	10,76	3,34	80,16	5,84			353	19,18	8,44	49,96	2,03			475	23,99	6,49	80,16	5,84			552	25,35	4,91	101,6	4,30			661	29,56	4,85	2	7,01			
		Micronutrientes						Micronutrientes						Micronutrientes						Micronutrientes															
Vit A (UI)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	
0,20	2,02	49,55	1,82	92,75	1,10	66,38	0,20	0,73	8,78	1,61	27,69	2,48	0,39	5,87	2,02	50,81	2,95	104,7	2	2,62	7	43,04	0,73	20,12	3,85	52,27	4,18	19,37	3,78	2,02	51,09	3,30	78,31	4,74	74,10

Semanas	Cardápio	Segunda 08/10/2018						Terça 09/10/2018						Quarta 10/10/2018						Quinta 11/10/2018						Sexta 12/10/2018								
	Data	ARROZ E LENTINHA MEXIDO						ARROZ EFEIJÃO CARNE MOÍDA COM MOLHO (CARNE BOVINA COXAO MOLE MOIDO) ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ E FEIJÃO FAROFA NUTRITIVA (CARNE BOVINA COXAO MOLE ISCAS CONG) ITEM DE ENRIQUECIMENTO						CARDÁPIO DIA DAS CRIANÇAS														
		Macronutrientes						Macronutrientes						Macronutrientes						Macronutrientes						Macronutrientes								
Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)	Fib (g)		
436	14,18	8,06	76,72	6,97			454	27,66	6,95	70,12	7,15			497	24,12	8,82	80,16	5,84			121	15,22	6,37	0,80	0,09									
		Micronutrientes						Micronutrientes						Micronutrientes						Micronutrientes						Micronutrientes								
Vit A (ug)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	Vit A (UI)	Vit C (ug)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
67,47	1,61	2	1,83	57,12	1,70	63,49	0,20	2,02	59,43	3,68	70,78	4,03	95,99	0,20	2,02	51,44	3,01	105,9	8	2,74	1	0,20	0,73	20,12	1,67	14,46	2,98	0,39						

Legenda			
Kcal	Calorias	Fib	Fibra
Prot	Proteínas	Vit A	Vitamina A
Lip	Lipídios	Vit C	Vitamina C
CHO	Carboidratos	Ca	Cálcio
		Fe	Ferro
		Mg	Magnésio
		Zn	Zinco
		Na	Sódio

Elaborado por:

ANÁ FERRAZ MOTTA
Nutricionista CENUT
DOMENICA LEONEL VERRONE
Nutricionista CENUT

OBS: Item de enriquecimento (frutas, verduras e legumes ou ovo) - Disponível de acordo com o recebimento/aquisição dos itens hortifrutigranjeiros.

ESTE CARDÁPIO DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA DA ESCOLA E SER DISPONIBILIZADO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR, CONFORME RESOLUÇÃO