



GOVERNO DO ESTADO DE SAO PAULO  
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCACAO  
COORDENADORIA DE INFRAESTRUTURA E SERVICOS ESCOLARES  
DEPARTAMENTO DE ALIMENTACAO E ASSISTENCIA AO ALUNO  
CENTRO DE SERVIÇOS DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO DAAA/CENUT Nº 16774 AG. 01/2018

A Diretoria 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 o Cardápio para o 8º CICLO de distribuição de 2018, Cardápio REGULAR,,MAIS EDUCAÇÃO - REFEIÇÃO,,ETEC - REFEIÇÃO, Região 1.

CARDÁPIO PARA O 8º CICLO / 2018

AGRUPAMENTO 01

CENTRO, CENTRO SUL, GUARULHOS NORTE, GUARULHOS SUL, NORTE 1, NORTE 2, SÃO CARLOS, SÃO JOSÉ DO RIO PRETO

Sem	Cardápio	Terça						Quarta						Quinta						Sexta								
	Data	16/out						17/out						18/out						19/out								
1		MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO CARNE MOIDA AO MOLHO						ARROZ BRANCO CARNE SUINA AO MOLHO FAROF A ENRIQUECIDA ITEM DE ENRIQUECIMENTO						MACARRÃO AO MOLHO ALMONDEGAS ASSADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ COM FEIJÃO CUSCUZ DE FRANGO ITEM DE ENRIQUECIMENTO								
		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)				
		667	36,51	10,70	106,21	8,33		425	19,67	8,00	68,46	2,10		396	21,86	5,40	64,99	4,91		510	21,40	4,86	95,21	2,38				
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)
	67,47	5,39	232,51	7,46	133,77	6,84	146,65	0,20	0,73	22,48	1,18	41,65	2,01	0,39	43,04	0,92	23,55	4,25	49,46	3,46	245,47	228,20	19,63	12,83	5,67	61,89	4,06	105,29

Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta									
	Data	22/out						23/out						24/out						25/out						26/out									
2		ARROZ COM FEIJÃO FAROF A NUTRITIVA FRITADA DE OVOS						ARROZ COM FEIJÃO BOLINHO DE PEIXE ITEM DE ENRIQUECIMENTO						MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO FRANGO REFOGADO AO MOLHO ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ COM FEIJÃO SARDINHA ASSADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO						MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO MOLHO ROSÉ FRANGO REFOGADO									
		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		469	25,27	9,86	69,66	2,70		482	30,22	13,47	59,86	2,98		332	18,42	4,28	55,00	1,40		551	22,70	16,52	77,93	3,90					
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	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	67,47	1,61	182,24	2,05	38,37	4,22	298,02	39,26	2,80	316,52	3,03	79,18	1,91	150,18	3,98	0,73	8,78	1,21	32,74	3,68	9,92	267,26	17,86	15,08	8,00	33,99	3,19	80,09

Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta								
	Data	29/out						30/out						31/out						01/nov						Feriado								
3		MACARRÃO MOLHO DE REQUEIJÃO CASEIRO						ARROZ COM FEIJÃO ALMONDEGAS AO FORNO ITEM DE ENRIQUECIMENTO						ARROZ BRANCO FEIJÃO COM CARNE SUÍNA FAROF A NUTRITIVA ITEM DE ENRIQUECIMENTO						MACARRÃO AO MOLHO CARNE MOÍDA REFOGADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO														
		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)										
		415	16,36	12,21	59,86	2,98		463	25,50	9,22	69,40	2,21		494	24,62	8,36	80,16	5,84		340	21,35	5,37	51,49	4,16										
		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)					
	39,26	2,80	311,48	2,84	59,02	1,40	115,53	67,47	1,61	176,55	1,70	31,91	4,18	71,92	0,20	2,02	57,74	2,38	107,24	2,18	130,64	43,04	0,92	22,65	4,16	40,46	3,40	245,47						

Sem	Cardápio	Segunda							Terça							Quarta							Quinta							Sexta						
	Data	05/nov							06/nov							07/nov							08/nov							09/nov						
		MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ OVOS COZIDO							ARROZ COM FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO							MACARRÃO AO MOLHO DE REQUEIJÃO FRANGO REFOGADO ITEM DE ENRIQUECIMENTO							ARROZ BRANCO ALMONDEGAS ASSADA ITEM DE ENRIQUECIMENTO							ARROZ BRANCO BOLINHO DE PEIXE FAROFA NUTRITIVA						
		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)		
		248	7,03	3,40	47,42	2,98			469	25,27	9,86	69,66	2,70			499	30,90	13,47	63,66	3,67			332	18,42	4,28	55,00	1,40			576	20,89	18,38	81,71	1,63		
		Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)	Vit A(U)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	Mg(mg)	Zn(mg)	Na(mg)
4		39,26	0,73	15,08	2,68	33,99	0,53	10,55	67,47	1,61	182,24	2,05	38,37	4,22	298,02	39,26	2,80	316,52	3,03	79,18	1,91	150,18	3,98	0,73	8,78	1,21	32,74	3,68	9,92	242,69	17,86	16,67	6,38	48,47	4,17	204,20

Elaborado por:

ANÁ FERRAZ MOTTA CRN: 41118  
Nutricionista CENUT  
Domenica Verrone CRN: 22019  
Diretor Técnico II - CENUT

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

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