



**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 84 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 SEXTO ciclo de distribuição de 2018, modalidades REGULAR, MAIS EDUCAÇÃO REFEIÇÃO, ETEC REFEIÇÃO, LOTE 2.**

**CARDÁPIO PARA O 6º CICLO / 2018**  
**AGRUPAMENTO 1**

**Apiáí, Caieiras, Carapicuíba, Catanduva, ETEC Profº André Bogasian, ETEC de Caieiras, ETEC Elias Nechar, ETEC Dr. Emilio Hernandez Aguilar, ETEC de Apiáí, ETEC Dr. Celso Giglio, ETEC Profº Armando José Farinazzo, ETEC de Francisco Morato, ETEC Gino Rezaghi, ETEC de Mairiporã, ETEC Philadelpho Gouvea Netto, Fernandópolis, Itapevi, José Bonifácio, Mirante do Paranapanema, Osasco e São José do Rio Preto.**

Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta							
	Data	06/ago					07/ago					08/ago					09/ago					10/ago							
24	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca)					Arroz Feijão Carne suína ao molho (Carne suína pernil cubos (congelado))  Fruta					Arroz Cassulê (Feijão branco + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Farinha de mandioca					Macarrão com Frango (Molho + Peito de frango em cubos (congelado))					Arroz Feijão  Cuscuz de Sardinha  (Flocos de Milho + Molho + Sardinha)							
		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)			
		360	12,23	4,34	67,95	8,28	460	28,03	14,31	69,36	4,74	444	24,71	5,03	74,93	5,52	333	22,31	4,93	49,97	5,14	643	27,37	16,45	96,36	7,26			
		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)
	Item do enriquecimento	Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras					Legumes e verduras												
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta							
	Data	13/ago					14/ago					15/ago					16/ago					17/ago							
25	Padrão	Arroz com Lentilha (Arroz + Lentilha) Fritada de ovos					Arroz Carne bovina com ervilha (Carne bovina coxão mole em cubos (congelado))					Mexidinho (Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moído (congelado)) Farinha de mandioca					Galinhada (Arroz + Molho + Peito de frango em cubos (congelado)) Farinha de mandioca					Macarrão a Scabech (Molho + Sardinha)							
		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)			
		291	8,36	3,12	57,28	6,8	528	31,87	7,12	83,98	4,78	457	25,09	6,48	74,65	6,35	341	20,2	5,09	53,75	2,87	435	20	16,56	51,49	2,52			
		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)
	Item do enriquecimento	Ovos					Legumes e verduras					Fruta					Legumes e verduras												
Sem	Cardápio	Segunda					Terça					Quarta					Quinta					Sexta							
	Data	20/ago					21/ago					22/ago					23/ago					24/ago							
26	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca) Salada					Arroz Feijão Carne suína ao molho (Carne suína pernil cubos (congelado))					Arroz Cassulê (Feijão branco + Carne suína pernil em cubos (congelado)) Farinha de mandioca					Macarrão com Frango (Molho + Peito de frango em cubos (congelado))					Arroz Feijão  Cuscuz de Sardinha  (Flocos de Milho + Molho + Sardinha)							
		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)			
		361	10,97	3,33	71,73	7,65	458	26,77	7,06	71,88	4,36	429	25,97	5,03	69,89	6,15	333	22,31	4,93	49,97	5,14	643	27,37	16,45	96,36	7,26			
		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)

		0,02	0,73	48,91	2,26	96,59	1,81	0,95	0,92	31,51	3,21	87,89	4,68	0,2	0,73	98,38	4,43	93,45	3,13	39,26	0,92	26,95	4,83	39,72	2,26	228,2	19,83	42,2	7,33	69,46	3,72				
	Item do enriquecimento	Legumes e verduras						Legumes e verduras						Fruta						Legumes e verduras															
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta									
	Data	27/ago						28/ago						29/ago						30/ago						31/ago									
27	Padrão	Arroz com Lentilha (Arroz + Lentilha) Omelete com cenoura						Arroz Carne bovina com ervilha  (Carne bovina coxão mole em cubos (congelado))						Mexidinho  (Arroz + Feijão + Carne bovina coxão mole moído (congelado))  Farinha de mandioca						Galinhada  (Arroz + Molho + Peito de frango em cubos (congelado))  Farinha de mandioca						Macarrão a Scabech  (Molho + Sardinha)									
		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)					
		291	8,36	3,21	57,28	6,8		528	31,87	7,12	83,98	7,84		457	25,09	6,48	76,65	6,35		341	20,02	5,09	53,75	2,87		435	20	16,56	51,49	2,52					
		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)	Zn(mg)				
						0,2	0,73	12,04	1,67	39,67	1,19	5,87	2,54	61,06	4,56	118,2	3,53	5,87	1,97	49,96	3,25	85,13	2,61	0,2	0,92	16,87	0,84	58,59	1,38	0,2	0,92	28,95	3,03	20,92	0,06
	Item do enriquecimento	Ovos / Legumes e verduras						Legumes e verduras						Salada						Legumes e verduras															
Sem	Cardápio	Segunda						Terça						Quarta						Quinta						Sexta									
	Data	03/set						04/set						05/set						06/set						07/set									
28	Padrão	Arroz Virado de Feijão Preto (Feijão preto + Legumes + Farinha de mandioca)						Arroz Feijão Carne suína ao molho  (Carne suína pernil cubos (congelado))						Arroz Cassulê  (Feijão branco + Carne suína pernil em cubos (congelado))  Farinha de mandioca						Macarrão com Frango  (Molho + Peito de frango em cubos (congelado))						Arroz Feijão  Cuscuz de Sardinha  (Flocos de Milho + Molho + Sardinha)									
		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)					
		387	14,13	3,73	75,89	15,19		550	31,47	14,31	75,38	9,78		435	25,43	6,74	68,04	6,13		452	27,62	5,07	75,52	13,38		533	24,07	19,29	67,17	3,41					
		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)	Zn(mg)				
						45,41	2,57	63,87	1,79	117,33	0,19	305,36	1,04	68,54	2,18	0,95	2,02	38,48	2,77	68,99	3,06	3,78	2,02	41,44	3,15	56,34	3,88	53,55	0,19	34,49	4,21	21,45	0,71		
	Item do enriquecimento	Salada						Fruta						Legumes e verduras						Legumes e verduras															

Elaborado por:

**Anaí Ferraz Motta CRN: 41118**  
**Assessor Técnico IV**

**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 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/>