

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

CARDÁPIO DAESC Nº 20956 AG. 03/2023

A Diretoria Técnica do DAESC, 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 8º CICLO de distribuição de 2023, Cardápio REGULAR - ETEC Região 2.

CARDÁPIO PARA O 8º CICLO / 2023

AGRUPAMENTO 03

ANDRADINA, OSASCO, PRESIDENTE PRUDENTE, SANTO ANASTACIO.

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	16/out	17/out	18/out	19/out	20/out	
1	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	STROGONOFF DE FRANGO OU FRANGO DOURADO (frango em cubos)	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (iscas ou moída bovina e extrato de tomate)	CARNE SUINA ACEBOLADA (pernil e cebola)	OMELETE DE FORNO	CARNE BOVINA REFOGADA (iscas ou moída bovina)	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	BATATA CORADA		CENOURA COZIDA BANANA	SALADA DE ALFACE COM CENOURA RELADA (temperada com limão)	BATATA DOCE (purê ou cozida em cubos)	
	Noturno: 19h00 - 20h00	BANANA	SALADA DE ACELGA		MANGA		
	ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		546	25	18	13	22,00	81
	EJA - 19 a 30 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		546	25	18	13	22,00	81
	EJA - a partir de 31 anos						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		546	25	18	13	22,00	81
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	467	21	18	11	21,00	71	
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	440	20	19,00	10	21,00	67	

Sem	Cardápio Data	Segunda 23/out	Terça 24/out	Quarta 25/out	Quinta 26/out	Sexta 27/out	
2	Período parcial:	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE SUÍNA ACEBOLADA (pernil e cebola)	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (iscas ou moída bovina e extrato de tomate)	OVOS MEXIDOS	CARNE BOVINA REFOGADA (iscas ou moída bovina)	FRANGO DOURADO (frango, alho e cebola)	
	Vespertino: 13h30 - 14h30	BETERRABA COZIDA	CHUCHU REFOGADO	SALADA DE COUVE, TOMATE E CEBOLA (temperada com limão)	BATATA AO FORNO	PURÊ RÚSTICO DE ABÓBORA (abóbora) BANANA	
	Noturno: 19h00 - 20h00	ENSINO MÉDIO					
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		544	25	18	10	17,00	86
		EJA - 19 a 30 anos					
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		544	25	18	10	17,00	86
		EJA - a partir de 31 anos					
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		544	25	18	10	17,00	86
		ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS					
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		469	21	18	9	17,00	76
		ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS					
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	420	20	19,00	9	19,00	65	


Sem	Cardápio Data	Segunda 30/out	Terça 31/out	Quarta 01/nov	Quinta 02/nov	Sexta 03/nov		
3	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (iscas ou moída bovina e extrato de tomate) SALADA DE REPOLHO COM PEPINO E CENOURA	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUINA ACEBOLADA (pernil e cebola) OU FEIJOADA (feijão preto e carne suína) LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão) BANANA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA (iscas ou moída bovina) BATATA DOCE RÚSTICA SALADA DE ALFACE MAMÃO	Feriado ou Expediente Suspenso	Feriado ou Expediente Suspenso		
ENSINO MÉDIO								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		539	24	18	13	22,00	80	59,00
EJA - 19 a 30 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		539	24	18	13	22,00	80	59,00
EJA - a partir de 31 anos								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		539	24	18	13	22,00	80	59,00
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		449	19	17	12	23,00	67	59,00
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		419	19	19,00	10	21,00	63	60,00

Sem	Cardápio Data	Segunda 06/nov	Terça 07/nov	Quarta 08/nov	Quinta 09/nov	Sexta 10/nov
4	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	ARROZ E FEIJÃO FRANGO DOURADO (frango em cubos) BETERRABA COZIDA SALADA DE ACELGA MAMÃO	ARROZ E FEIJÃO CARNE SUÍNA ACEBOLADA (pernil e cebola) CENOURA E CHUCHU (COZIDOS)	ARROZ E FEIJÃO OMELETE DE FORNO SALADA DE COUVE COM TOMATE BANANA	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA (iscas ou moída bovina) BATATA AO FORNO OU PURÊ DE BATATAS (batata e leite) MELANCIA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO OU FRANGO AO MOLHO DE TOMATE (frango em cubos e extrato de tomate) SALADA DE ACELGA
ENSINO MÉDIO						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	567	24	17	14	22,00	85
EJA - 19 a 30 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	567	24	17	14	22,00	85
EJA - a partir de 31 anos						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	567	24	17	14	22,00	85
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	486	19	16	12	22,00	75
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	458	19	17,00	11	21,00	71

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	13/nov	14/nov	15/nov	16/nov	17/nov		
5	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	Feriado	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO		
	Matutino: 10h - 11h00	CARNE BOVINA REFOGADA (iscas ou moída bovina)	OVOS MEXIDOS		FEIJOADA (feijão preto e pernil) OU CARNE SUÍNA ACEBOLADA (pernil e cebola)	FRANGO DOURADO (frango, alho e cebola)		
	Vespertino: 13h30 - 14h30	PURÊ RÚSTICO DE ABÓBORA	SALADA DE CENOURA RALADA (temperada com limão)		SALADA DE ACELGA COM CENOURA	BETERRABA COZIDA		
	Noturno: 19h00 - 20h00		BANANA			SALADA DE ALFACE, TOMATE E CEBOLA MANGA		
	ENSINO MÉDIO							
		Kcal	Prot (g)		Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		557	23		16	11	17,00	92
	EJA - 19 a 30 anos							
		Kcal	Prot (g)		Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		557	23		16	11	17,00	92
	EJA - a partir de 31 anos							
		Kcal	Prot (g)		Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
		557	23		16	11	17,00	92
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)		
	456	18	16	9	18,00	75		
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS INICIAIS								
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)		
	432	18	16,00	8	16,00	72		

1. Nas FTPs constam as receitas das preparações.
2. Hortifruti (frutas, verduras e legumes) deverão ser servidos de acordo com o cardápio, abastecimento e amadurecimento dos produtos.

Elaborado por:



Priscila Gutul Galdino CRN: 15672
Assessor Técnico V - CENUT

ESTE CARDÁPIO DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA, REFEITÓRIO OU PÁTIO DA ESCOLA E SER DISPONIBILIZADO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR, CONFORME RESOLUÇÃO FNDE Nº 06, de 08/05/2020.