

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 20955 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 1.

CARDÁPIO PARA O 8º CICLO / 2023

AGRUPAMENTO 03

AMERICANA, BRAGANÇA PAULISTA, CAMPINAS OESTE, CAPIVARI, CARAGUATATUBA, GUARATINGUETA, ITAQUAQUECETUBA, JACAREI, JUNDIAI, LESTE 1,2,3,4, LIMEIRA, MOGI DAS CRUZES, MOGI MIRIM, PIRASSUNUNGA, SAO JOAO DA BOA VISTA, SÃO JOSE DOS CAMPOS, SUZANO, TAUBATÉ, SUMARÉ.

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)	CHO (%)
		546	25	18	13	22,00	81	59,00
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	23/out	24/out	25/out	26/out	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) MELÃO	BATATA AO FORNO	PURÊ RÚSTICO DE ABÓBORA (abóbora) BANANA		
	Noturno: 19h00 - 20h00							
ENSINO MÉDIO								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		544	25	18	10	17,00	86	64,00

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	30/out	31/out	01/nov	02/nov	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 Suspensão	Feriado ou Expediente Suspensão		
		ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		539	24	18	13	22,00	80	59,00
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	06/nov	07/nov	08/nov	09/nov	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)	CHO (%)
		567	24	17	14	22,00	85	60,00
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	13/nov	14/nov	15/nov	16/nov	17/nov		
5	Período parcial: Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30 Noturno: 19h00 - 20h00	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA (iscas ou moída bovina) PURÊ RÚSTICO DE ABÓBORA	ARROZ E FEIJÃO OVOS MEXIDOS SALADA DE CENOURA RALADA (temperada com limão) BANANA	Feriado	ARROZ E FEIJÃO FEIJOADA (feijão preto e pernil) OU CARNE SUÍNA ACEBOLADA (pernil e cebola) SALADA DE ACELGA COM CENOURA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO DOURADO (frango, alho e cebola) BETERRABA COZIDA SALADA DE ALFACE, TOMATE E CEBOLA MANGA		
		ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		557	23	16	11	17,00	92	66,00

1. Nas FTPs constam as receitas das preparações.
2. Hortifrutis (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.