

PARECER N.º 2/2024 - DAA-AVR/DRG/AVR/IFSP

Assunto: Cardápio 2025

O Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo – Campus Avaré atende cerca de 360 alunos do Ensino Médio Integrado ao Técnico (EMI) em período integral e aproximadamente 120 alunos do Ensino Técnico Concomitante/ Subsequente (ET) e 50 da Educação de Jovens e Adultos (EJA) no período noturno. Até o ano de 2023 os alunos eram atendidos da seguinte forma:

MODALIDADE	REFEIÇÕES
EMI	2 pequenas refeições e 1 grande refeição
ET	1 pequena refeição
EJA	1 grande refeição

A partir do segundo semestre de 2024 foi ampliado o serviço de alimentação, onde todas as modalidades passaram a receber pelo menos 1 grande refeição.

Considerando os parâmetros nutricionais estabelecidos pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) na Resolução 06/2020, o cardápio planejado para o ano de 2025 e o consumo realizado no presente ano foram estabelecidas as quantidades e itens a integrarem a Chamada Pública a ser realizada no segundo semestre de 2024. Par além dos fatores já descritos anteriormente foram considerados também fatores como a produção local, hábitos alimentares, sazonalidade, espaço de estoque dentre outros fatores para estabelecer as periodicidades de entrega. O estabelecimento dos per capitas foram realizados a partir de dados da literatura e dos valores já estabelecidos segundo o consumo da população atendida.

GRUPO DE ALIMENTO	QUANTIDADE MÉDIA
Proteínas de origem animal	180g
Cereais	50g
Leguminosas	50g
Legumes	100-150g
Verduras	60-90g
Frutas	120g
Produtos de panificação	50g
Bebidas	200ml

Para o efetivo atendimento de todos os alunos e para a otimização do planejamento, o cardápio das grandes refeições foi desenvolvido considerando 5 semanas rotativas. Para as pequenas refeições o fornecimento será realizado pela associação de uma bebida com um produto de panificação e uma fruta ou uma preparação (ex. mingau, arroz doce) com uma fruta.

Cardápio 2025

Grandes Refeições

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo
Campus Avaré
Nutricionista Felipe Reis CRN 51947

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Semana 1	<ul style="list-style-type: none"> Salada de alface e pepino Frango ao molho Arroz Feijão carioca Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de couve Pernil acebolado Farofa Arroz com milho e ervilha Feijão preto Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de alface e pepino Carne bovina desfiada Purê de batatas Arroz Polenta Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de chicória e tomate Peixe ao molho sugo Abóbora refogada Arroz com cenoura Feijão carioca Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de chuchu Omelete de forno Abobrinha refogada Arroz Lentilha Banana
Semana 2	<ul style="list-style-type: none"> Salada Russa Salsicha ao molho Arroz Feijão carioca Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de abobrinha Frango cremoso Abóbora refogada Arroz Feijão carioca Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Pernil com batatas Couve refogada Arroz Feijão preto Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de alface e quiabo Strogonoff de carne Arroz Feijão carioca Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de chicória e tomate Peixe assado Beterraba cozida Arroz Feijão carioca Laranja
Semana 3	<ul style="list-style-type: none"> Salada de alface e pepino Peixe ao molho branco Arroz Feijão carioca Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de couve Omelete com legumes Arroz com milho e ervilha Feijão carioca Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de alface e rúcula Cuscuz de Frango Abobrinha refogada Arroz Lentilha Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de chicória e tomate Pernil ao molho Couve refogada Arroz com cenoura Feijão preto Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de chuchu Carne com legumes Arroz Feijão carioca Melancia
Semana 4	<ul style="list-style-type: none"> Salada de alface e tomate Carne moída Arroz Feijão carioca Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de açafrão Moqueca capixaba Farofa Arroz Feijão preto Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de chicória e tomate Ovo mexido Beterraba cozida Arroz Feijão carioca Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de brócolis e couve-flor Goulash de Frango Abóbora refogada Arroz Feijão carioca Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de alface e rúcula Pernil acebolado Purê de batatas Arroz Tutu de feijão preto Maçã
Semana 5	<ul style="list-style-type: none"> Salada de vagem Pernil com batatas Arroz Feijão preto Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de chicória e tomate Isca acebolada Purê de batata doce Arroz com milho e ervilha Polenta Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de alface, tomate e brócolis Peixe assado Arroz Feijão carioca Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de alface e quiabo Omelete de forno Arroz com cenoura Feijão carioca Banana 	<ul style="list-style-type: none"> Salada de repolho Risoto de Frango Feijão carioca Laranja

