

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – JUNHO/ 2026

Secretaria da
Educação



5ª SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
01/junho	02/junho	03/junho	04/junho	05/junho
Arroz – Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada, abobrinha ralada e cheiro verde Salada de acelga	Macarrão parafuso ao molho com carne em cubos desfiada, cenoura ralada e tomate Maçã	Arroz com frango (filé de coxa e sobrecoxa) Salada de tomate Melão	FERIADO Corpus Christi	PONTO FACULTATIVO
Informação nutricional ²	Energia – 308 kcal	Carboidratos – 48 g	Proteínas – 12 g	Lípidos – 8 g
Carboidrato/refeição ³ - 45 g	Carboidrato/refeição ³ - 61 g	Carboidrato/refeição ³ - 38 g	-	-

1ª SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
08/junho	09/junho	10/junho	11/junho	12/junho
Arroz - feijão Carne moída (IQF) refogada com cenoura e chuchu Salada de repolho com tomate	Arroz Carne em cubos com abóbora Maçã	Arroz Frango com mandioca (processada) Salada de alface Mexerica	Pão com requeijão Vitamina de banana, mamão e maçã ¹	Polenta cremosa Frango ao molho com vagem Melão
Informação nutricional ²	Energia – 326 kcal	Carboidratos – 52 g	Proteínas – 12 g	Lípidos – 9 g
Carboidrato/refeição ³ - 44 g	Carboidrato/refeição ³ - 48 g	Carboidrato/refeição ³ - 73 g	Carboidrato/refeição ³ - 50 g	Carboidrato/refeição ³ - 44 g

2ª SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
15/junho	16/junho	17/junho	18/junho	19/junho
Macarrão parafuso ao molho com atum, tomate e cenoura ralada Melancia	Arroz Estrogonofe de frango Batata salteada Salada de repolho com tomate	Arroz - Feijão Carne moída com berinjela e tomate Salada de escarola	Pão com requeijão Vitamina de banana, mamão e maçã ¹ Banana	Arroz Pernil suíno com mandioca (processada) Farofa (farinha de milho com cenoura ralada, tomate e cheiro verde) Abacaxi
Informação nutricional ²	Energia – 372 kcal	Carboidratos – 60 g	Proteínas – 14 g	Lípidos – 9 g
Carboidrato/refeição ³ - 58 g	Carboidrato/refeição ³ - 44 g	Carboidrato/refeição ³ - 43 g	Carboidrato/refeição ³ - 79 g	Carboidrato/refeição ³ - 74 g

3ª SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
22/junho	23/junho	24/junho	25/junho	26/junho
Arroz Frango com batata Salada de acelga com tomate	Galinhada (arroz integral, filé de coxa e sobrecoxa, milho, cenoura ralada e cheiro verde) Salada de pepino	Sopa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão padre nosso, carne em cubos e cheiro verde Mexerica	Buraco quente (pão com carne moída ao molho e muçarela) Suco de polpa de manga com banana ¹ Bolo de aveia com maçã e canela ¹	Macarrão parafuso ao molho com frango desfiado e abobrinha ralada Melão
Informação nutricional ²	Energia – 364 kcal	Carboidratos – 57 g	Proteínas – 15 g	Lípidos – 9 g
Carboidrato/refeição ³ - 34 g	Carboidrato/refeição ³ - 49 g	Carboidrato/refeição ³ - 69 g	Carboidrato/refeição ³ - 83 g	Carboidrato/refeição ³ - 49 g

¹ Preparações sem adição de açúcar. ² Média semanal do cálculo nutricional do cardápio de pré-escola (4 a 5 anos) em período parcial – planejado para atender 20% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto na Resolução FNDE nº 04, de 26 de fevereiro de 2026.

³ Informação disponível para alunos diabéticos que fazem contagem de carboidratos. Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

Horários sugeridos para oferecer o lanche: a partir das 9:30, para o período matutino, e a partir das 14:30, para o período vespertino.

Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Sorocaba e conveniadas.