CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – DEZEMBRO/ 2026

BERÇÁRIO

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

Semi integral manhã: café da manhã e almoço / Semi integral tarde: colação e lanche da tarde

1º SEMANA DO ROTATIVO	CAFÉ DA MANHÃ 7:30 – 08:00		ALMOÇO 10:00 – 10:30		COLAÇÃO 13:00 – 13:30		LANCHE DA TARDE 15:00 – 15:30
	< 12 meses	> 12 meses	A partir dos 6 meses	A partir de 9 meses	< 12 meses	> 12 meses	A partir de 7 meses
SEGUNDA 30/nov.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Carne moída (IQF) refogada com chuchu Melão	Arroz - Feijão Carne moída (IQF) refogada com chuchu Salada de pepino com tomate Melão	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Maçã	Leite integral Maçã	Papa de lentilha com batata, abóbora, abobrinha, tomate, macarrão e cheiro verde Pera
TERÇA 1/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Carne em cubos picadinha com batata Repolho refogado Maçã	Arroz - Feijão Carne em cubos picadinha com batata Repolho refogado Maçã	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Melão	Leite integral Melão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, frango e cheiro verde Laranja
QUARTA 2/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Frango picadinho (filé de coxa e sobrecoxa) com cenoura e tomate Escarola refogada Banana	Arroz - Feijão Frango picadinho (filé de coxa e sobrecoxa) com cenoura e tomate Escarola refogada Banana	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Mamão	Leite integral Mamão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, escarola e carne em cubos Melão
QUINTA 3/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Pernil suíno picadinho com tomate Batata cozida e amassada Melancia	Arroz - Feijão Pernil suíno picadinho com tomate Batata cozida e amassada Salada de alface Melancia	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Banana	Leite integral Banana	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, tomate, frango e e cheiro verde) Maçã
SEXTA 4/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Frango picadinho com cenoura Polenta cremosa Acelga refogada Melão	Arroz - Feijão Frango picadinho com cenoura Polenta cremosa Acelga refogada Melão	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Mamão	Leite integral Mamão	Papa de inhame com batata, cenoura, abobrinha, carne em cubos e cheiro verde Laranja

Para bebês menores de 6 meses, oferecer apenas leite materno (LM) ou fórmula infantil 1 nos horários das refeições. [1] A direção deverá solicitar a Seção de Alimentação Escolar (SAE) orientações às mães quanto ao fornecimento de LM. Não adicionar sal ou leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano de idade. Não oferecer alimentos com adição de açúcar.

A partir dos 6 meses serão oferecidos os alimentos complementares que deverão apresentar, desde o início, consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com o garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência.

A partir dos 9 meses, os alimentos poderão ser oferecidos levemente amassados ou cortados em pequenos pedaços, respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
Berçário – 6 a 11 meses*	607	89	20	20	368	6,9	581	97
Berçário – maiores de 1 ano**	773	114	32	24	492	3,8	632	92

* Cálculo nutricional do cardápio do berçário (6 a 11 meses) integral. ** Cálculo nutricional do cardápio do berçário (maiores de 1 ano) integral. Planejados para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto na Resolução FNDE nº 04, de 26 de fevereiro de 2026.

Milene Barcelos Reis
Nutricionista - CRN-3 40112

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO/ SEÇÃO DE APOIO À ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua Artur Caldini 211 – Jardim Saira – CEP 18085-050 – Sorocaba/SP – Fone: (15) 3228-9500/ 3228-9501 – alimentacaoescolar@sorocaba.sp.gov.br

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – DEZEMBRO/ 2026

BERÇÁRIO

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

Semi integral manhã: café da manhã e almoço / Semi integral tarde: colação e lanche da tarde

2º SEMANA DO ROTATIVO	CAFÉ DA MANHÃ 7:30 – 08:00		ALMOÇO 10:00 – 10:30		COLAÇÃO 13:00 – 13:30		LANCHE DA TARDE 15:00 – 15:30
	< 12 meses	> 12 meses	A partir dos 6 meses	A partir de 9 meses	< 12 meses	> 12 meses	A partir de 7 meses
SEGUNDA 7/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Ovo mexido amassado Refogado de acelga com cenoura, tomate e cheiro verde Maçã	Arroz - Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada, tomate e cheiro verde Acelga refogada Maçã	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Melão	Leite integral Melão	Papa de ervilha com batata doce, cenoura, abobrinha, chuchu, macarrão e cheiro verde Melancia
TERÇA 8/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Pernil suíno picadinho com batata, cenoura e tomate Repolho refogado Laranja	Arroz - Feijão Pernil suíno picadinho com batata, cenoura e tomate Repolho refogado Laranja	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Maçã	Leite integral Maçã	Papa de mandioquinha com cenoura, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Melão
QUARTA 9/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Carne moída com tomate Escarola refogada Banana	Arroz - Feijão Carne moída com tomate Escarola refogada Banana	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Mamão	Leite integral Mamão	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, tomate, frango e e cheiro verde) Maçã
QUINTA 10/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Frango picadinho com tomate Batata cozida e amassada Acelga refogada com cenoura e tomate Laranja	Arroz - Feijão Frango picadinho com tomate Batata cozida e amassada Acelga refogada com cenoura e tomate Laranja	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Banana	Leite integral Banana	Papa de batata com cenoura, abobrinha, tomate, macarrão, carne em cubos e cheiro verde Mamão
SEXTA 11/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Carne em cubos picadinha com couve-flor e tomate Melão	Arroz - Feijão Carne em cubos picadinha com couve-flor Salada de tomate Melão	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Mamão	Leite integral Mamão	Papa de abóbora com batata, tomate, espinafre, macarrão e carne em cubos Maçã

Para bebês menores de 6 meses, oferecer apenas leite materno (LM) ou fórmula infantil 1 nos horários das refeições. [1] A direção deverá solicitar a Seção de Alimentação Escolar (SAE) orientações às mães quanto ao fornecimento de LM. Não adicionar sal ou leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano de idade. Não oferecer alimentos com adição de açúcar.

A partir dos 6 meses serão oferecidos os alimentos complementares que deverão apresentar, desde o início, consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com o garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência.

A partir dos 9 meses, os alimentos poderão ser oferecidos levemente amassados ou cortados em pequenos pedaços, respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
Berçário – 6 a 11 meses*	628	94	21	20	374	7	738	115
Berçário – maiores de 1 ano**	783	113	32	24	495	3,7	876	108

* Cálculo nutricional do cardápio do berçário (6 a 11 meses) integral. ** Cálculo nutricional do cardápio do berçário (maiores de 1 ano) integral. Planejados para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto na Resolução FNDE nº 04, de 26 de fevereiro de 2026.

Milene Barcelos Reis
Nutricionista - CRN-3 40112

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – DEZEMBRO/ 2026

BERÇÁRIO

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

Semi integral manhã: café da manhã e almoço / Semi integral tarde: colação e lanche da tarde

3º SEMANA DO ROTATIVO	CAFÉ DA MANHÃ 7:30 – 08:00		ALMOÇO 10:00 – 10:30		COLAÇÃO 13:00 – 13:30		LANCHE DA TARDE 15:00 – 15:30
	< 12 meses	> 12 meses	A partir dos 6 meses	A partir de 9 meses	< 12 meses	> 12 meses	A partir de 7 meses
SEGUNDA 14/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Ovo cozido amassado Refogado de acelga com batata com cenoura e cheiro verde Laranja	Arroz - Feijão Ovos mexidos com batata, cenoura ralada e cheiro verde Acelga refogada Laranja	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Maçã	Leite integral Maçã	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Melão
TERÇA 15/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Frango (filé de coxa e sobrecoxa) picadinho com tomate Beterraba cozida e amassada Repolho refogado Melão	Arroz com frango (filé de coxa e sobrecoxa) - Feijão Beterraba cozida Salada de tomate Melão	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Mamão	Leite integral Mamão	Papa de inhame com batata, cenoura, abobrinha, carne em cubos e cheiro verde Laranja
QUARTA 16/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Carne em cubos picadinha com cenoura Repolho refogado Banana	Arroz - Feijão Carne em cubos picadinha com cenoura Repolho refogado Banana	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Melão	Leite integral Melão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, frango e cheiro verde Melancia
QUINTA 17/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Carne moída com tomate Acelga refogada Maçã	Arroz - Feijão Carne moída com tomate Acelga refogada Maçã	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Banana	Leite integral Banana	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, tomate, frango e cheiro verde) Mamão
SEXTA 18/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Frango picadinho com tomate Batata cozida e amassada Repolho refogado Melancia	Arroz - Feijão Frango picadinho com tomate Batata cozida e amassada Repolho refogado Melancia	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Mamão	Leite integral Mamão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, tomate, carne em cubos e cheiro verde Maçã

Para bebês menores de 6 meses, oferecer apenas leite materno (LM) ou fórmula infantil 1 nos horários das refeições. [1] A direção deverá solicitar a Seção de Alimentação Escolar (SAE) orientações às mães quanto ao fornecimento de LM. Não adicionar sal ou leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano de idade. Não oferecer alimentos com adição de açúcar.

A partir dos 6 meses serão oferecidos os alimentos complementares que deverão apresentar, desde o início, consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com o garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência.

A partir dos 9 meses, os alimentos poderão ser oferecidos levemente amassados ou cortados em pequenos pedaços, respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
Berçário – 6 a 11 meses*	615	91	20	20	375	7,1	608	107
Berçário – maiores de 1 ano**	782	113	32	24	503	4	688	108

* Cálculo nutricional do cardápio do berçário (6 a 11 meses) integral. ** Cálculo nutricional do cardápio do berçário (maiores de 1 ano) integral. Planejados para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto na Resolução FNDE nº 04, de 26 de fevereiro de 2026.

Milene Barcelos Reis
Nutricionista - CRN-3 40112

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO/ SEÇÃO DE APOIO À ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua Artur Caldini 211 – Jardim Saira – CEP 18085-050 – Sorocaba/SP – Fone: (15) 3228-9500/ 3228-9501 – alimentacaoescolar@sorocaba.sp.gov.br

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – DEZEMBRO/ 2026

BERÇÁRIO

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

Semi integral manhã: café da manhã e almoço / Semi integral tarde: colação e lanche da tarde

4º SEMANA DO ROTATIVO	CAFÉ DA MANHÃ 7:30 – 08:00		ALMOÇO 10:00 – 10:30		COLAÇÃO 13:00 – 13:30		LANCHE DA TARDE 15:00 – 15:30
	< 12 meses	> 12 meses	A partir dos 6 meses	A partir de 9 meses	< 12 meses	> 12 meses	A partir de 7 meses
SEGUNDA 21/dez.	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1]	Leite integral	Arroz papa - Feijão amassado Carne moída (IQF) refogada com batata Acelga refogada Maçã	Arroz - Feijão Carne moída (IQF) refogada com batata Acelga refogada Maçã	Fórmula Infantil ou Leite Materno[1] Melão	Leite integral Melão	Papa de ervilha com batata doce, tomate, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Laranja
TERÇA 22/dez.							
QUARTA 23/dez.							
QUINTA 24/dez.							
SEXTA 25/dez.							



BOAS FÉRIAS!!!

Para bebês menores de 6 meses, oferecer apenas leite materno (LM) ou fórmula infantil 1 nos horários das refeições. [1] A direção deverá solicitar a Seção de Alimentação Escolar (SAE) orientações às mães quanto ao fornecimento de LM. Não adicionar sal ou leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano de idade. Não oferecer alimentos com adição de açúcar.
A partir dos 6 meses serão oferecidos os alimentos complementares que deverão apresentar, desde o início, consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com o garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência.
A partir dos 9 meses, os alimentos poderão ser oferecidos levemente amassados ou cortados em pequenos pedaços, respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
Berçário – 6 a 11 meses*	621	93	18	20	381	6,9	1321	118
Berçário – maiores de 1 ano**	772	114	28	24	505	3,6	1712	117

* Cálculo nutricional do cardápio do berçário (6 a 11 meses) integral. ** Cálculo nutricional do cardápio do berçário (maiores de 1 ano) integral. Planejados para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto na Resolução FNDE nº 04, de 26 de fevereiro de 2026.

Milene Barcelos Reis
Nutricionista - CRN-3 40112

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO/ SEÇÃO DE APOIO À ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
Rua Artur Caldini 211 – Jardim Saira – CEP 18085-050 – Sorocaba/SP – Fone: (15) 3228-9500/ 3228-9501 – alimentacaoescolar@sorocaba.sp.gov.br