CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – NOVEMBRO/ 2026

CI, CII e CIII

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

2º SEMANA DO ROTATIVO	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	COLAÇÃO		LANCHE DA TARDE	
	7:30 – 08:00	10:00 – 10:30	13:00 – 13:30		15:00 – 15:30	
	CI, CII e CIII	CI, CII e CIII	CI	CII e CIII	CI	CII e CIII
SEGUNDA						
2/nov.	**FERIADO Finados**					
TERÇA						
3/nov.	Leite integral Mamão	Arroz - Feijão Omelete de forno com cenoura ralada, tomate e cheiro verde Salada de tomate Maçã	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de ervilha com batata doce, cenoura, abobrinha, chuchu, macarrão e cheiro verde Abacaxi	Torta de atum com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de laranja Abacaxi
QUARTA						
4/nov.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne moída com berinjela e tomate Salada de repolho Melão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de batata com cenoura, abobrinha, tomate, macarrão, frango e cheiro verde Melancia	Papa de batata com cenoura, abobrinha, tomate, macarrão, frango e cheiro verde Melancia
QUINTA						
5/nov.	Leite integral Banana	Arroz - Feijão Tiras de frango refogadas com tomate Batata salteada Salada de alface com tomate Abacaxi	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de mandioca (processada) com cenoura, tomate, escarola e carne em cubos Banana	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco de abacaxi com maçã Banana
SEXTA						
6/nov.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne em cubos com cenoura Macarrão parafuso ao sugo Salada de escarola Melancia	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Papa de abóbora com batata, tomate, espinafre, macarrão e frango Mamão	Papa de abóbora com batata, tomate, espinafre, macarrão e frango Mamão

A direção deverá solicitar a SAE orientações às mães quanto ao fornecimento de leite materno. 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. Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser picadas e repicadas para todas as turmas). O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e com caldo grosso. [1] Preparação sem adição de açúcar. * Gêneros entregue pela Agricultura Familiar.
Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.
Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Sorocaba e conveniadas.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) [2]	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	883	133	33	27	514	4,4	974	107
CII e CIII	917	138	36	28	528	4,5	613	143

[2] Cálculo nutricional do cardápio de creche (1 a 3 anos) em período integral – planejado 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 – NOVEMBRO/ 2026

CI, CII e CIII

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

3º SEMANA DO ROTATIVO	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	COLAÇÃO		LANCHE DA TARDE	
	7:30 – 08:00	10:00 – 10:30	13:00 – 13:30		15:00 – 15:30	
	CI, CII e CIII	CI, CII e CIII	CI	CII e CIII	CI	CII e CIII
SEGUNDA 9/nov.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Ovos mexidos com batata, cenoura ralada e cheiro verde Salada de acelga com tomate Melancia	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Melão	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Melão
TERÇA 10/nov.	Leite integral Mamão	Galinhada (arroz, filé de coxa e sobrecoxa, cenoura ralada e cheiro verde) - Feijão Beterraba cozida Salada de pepino Abacaxi	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de inhame com batata, cenoura, brócolis, carne em cubos e cheiro verde Maçã	Pão com carne em cubos desfiada ao molho com cenoura Suco de melancia Maçã
QUARTA 11/nov.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne em cubos com mandioca (processada) Farofa (farinha de milho com cenoura ralada, tomate e cheiro verde) Salada de alface Banana	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de fubá com chuchu, cenoura, vagem, escarola e frango Melão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, vagem, escarola e frango Melão
QUINTA 12/nov.	Leite integral Banana	Arroz - Feijão Pernil suíno com batata Salada de escarola Maçã	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, tomate, frango e cheiro verde Banana	Pão com frango desfiado ao molho Suco de laranja Banana
SEXTA 13/nov.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne moída com abobrinha Macarrão parafuso ao sugo Salada de repolho Melão	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Maçã	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Maçã

A direção deverá solicitar a SAE orientações às mães quanto ao fornecimento de leite materno. 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. Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser picadas e repicadas para todas as turmas). O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e com caldo grosso. [1] Preparação sem adição de açúcar. * Gêneros entregue pela Agricultura Familiar.
Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.
Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Sorocaba e conveniadas.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) [2]	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	918	139	34	27	511	4,6	718	78
CII e CIII	946	146	35	27	511	4,8	657	76

[2] Cálculo nutricional do cardápio de creche (1 a 3 anos) em período integral – planejado 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 – NOVEMBRO/ 2026

CI, CII e CIII

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

4º SEMANA DO ROTATIVO	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	COLAÇÃO		LANCHE DA TARDE	
	7:30 – 08:00	10:00 – 10:30	13:00 – 13:30		15:00 – 15:30	
	CI, CII e CIII	CI, CII e CIII	CI	CII e CIII	CI	CII e CIII
SEGUNDA **16/nov.**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne moída (IQF) refogada com batata e tomate Salada de acelga Melancia	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de ervilha com batata doce, tomate, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Abacaxi	Papa de ervilha com batata doce, tomate, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Abacaxi
TERÇA **17/nov.**	Leite integral Mamão	Arroz - Feijão Frango (filé de coxa sobrecoxa) refogado com abóbora Salada de repolho Melão	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, vagem, escarola e carne em cubos Laranja	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco de laranja Maçã
QUARTA **18/nov.**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de escarola Banana	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de mandioquinha com cenoura, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Melancia	Torta de frango com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de abacaxi com maçã Melancia
QUINTA **19/nov.**	Leite integral Banana	Arroz - Feijão Frango com cenoura Macarrão parafuso ao sugo Salada de tomate com pepino Abacaxi	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Papa de batata com cenoura, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Maçã	Papa de batata com cenoura, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Maçã
SEXTA **20/nov.**	**FERIADO** **Consciência Negra**					

A direção deverá solicitar a SAE orientações às mães quanto ao fornecimento de leite materno. 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. Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser picadas e repicadas para todas as turmas). O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e com caldo grosso. [1] Preparação sem adição de açúcar. * Gêneros entregue pela Agricultura Familiar.
Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.
Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Sorocaba e conveniadas.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) [2]	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	865	131	32	26	513	4,1	1117	99
CII e CIII	913	141	33	27	522	4,3	1031	120

[2] Cálculo nutricional do cardápio de creche (1 a 3 anos) em período integral – planejado 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 – NOVEMBRO/ 2026

CI, CII e CIII

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

5º SEMANA DO ROTATIVO	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	COLAÇÃO		LANCHE DA TARDE	
	7:30 – 08:00	10:00 – 10:30	13:00 – 13:30		15:00 – 15:30	
	CI, CII e CIII	CI, CII e CIII	CI	CII e CIII	CI	CII e CIII
SEGUNDA **23/nov.**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada, abobrinha ralada e cheiro verde Salada de acelga Melancia	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Melão	Torta de atum com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de abacaxi com maçã Melão
TERÇA **24/nov.**	Leite integral Melão	Arroz - Feijão Carne em cubos com cenoura Macarrão parafuso ao sugo Salada de pepino com tomate Abacaxi	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Laranja	Pão com frango desfiado ao molho com tomate e pimentão Suco de laranja Maçã
QUARTA **25/nov.**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz com frango (filé de coxa e sobrecoxa) - Feijão Beterraba cozida Salada de alface Melão	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, carne em cubos e cheiro verde Melancia	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, carne em cubos e cheiro verde Melancia
QUINTA **26/nov.**	Leite integral Banana	Arroz - Feijão Pernil suíno com mandioquinha Salada de escarola Maçã	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de inhame com batata, abóbora, abobrinha, tomate, carne moída e cheiro verde Bolo de banana com cacau [1]	Pão com carne moída ao molho Suco de melancia Bolo de banana com cacau [1]
SEXTA **27/nov.**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Frango com cenoura Purê de batata Salada de tomate Abacaxi	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de abóbora com batata, tomate, abobrinha, espinafre, macarrão e carne em cubos Maçã	Papa de abóbora com batata, tomate, abobrinha, espinafre, macarrão e carne em cubos Maçã

A direção deverá solicitar a SAE orientações às mães quanto ao fornecimento de leite materno. 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. Todos os alimentos deverão estar bem cozidos e picados em pedaços pequenos (as verduras deverão ser picadas e repicadas para todas as turmas). O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e com caldo grosso. [1] Preparação sem adição de açúcar. * Gêneros entregue pela Agricultura Familiar.
Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.
Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Sorocaba e conveniadas.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) [2]	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	923	135	35	29	526	4,7	723	95
CII e CIII	974	145	36	30	534	4,8	629	106

[2] Cálculo nutricional do cardápio de creche (1 a 3 anos) em período integral – planejado 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