

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – OUTUBRO/ 2026

Secretaria da
Educação



CI, CII e CIII

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		Arroz - Feijão				
28/set.	Leite integral Pão com manteiga	Omelete de forno com cenoura ralada, tomate e cheiro verde Salada de acelga Abacaxi	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de ervilha com batata doce, cenoura, abobrinha, chuchu, macarrão e cheiro verde Mamão	Torta de atum com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de laranja Mamão
TERÇA		Arroz - Feijão				
29/set.	Leite integral Maçã	Pernil suíno com batata Farofa (farinha de milho com cenoura ralada, tomate e cheiro verde) Salada de pepino Melancia	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de mandioquinha com cenoura, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Melão	Pão com frango desfiado ao molho com cenoura Suco de melancia Melão
QUARTA		Arroz - Feijão				
30/set.	Leite integral Pão com manteiga	Frango refogado com tomate Batata salteada Salada de alface Banana	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de batata com cenoura, abobrinha, tomate, macarrão, carne em cubos e cheiro verde Abacaxi	Papa de batata com cenoura, abobrinha, tomate, macarrão, carne em cubos e cheiro verde Abacaxi
QUINTA		Arroz - Feijão				
1/out.	Leite integral Banana	Carne em cubos com cenoura Salada de escarola Maçã	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Papa de mandioca (processada) com cenoura, tomate, escarola e frango Melancia	Pão com frango desfiado ao molho Suco de abacaxi com maçã Melancia
SEXTA		Arroz - Feijão				
2/out.	Leite integral Pão com manteiga	Carne moída com tomate Macarrão parafuso ao sugo Salada de repolho Banana	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de abóbora com batata, tomate, espinafre, macarrão e frango Maçã	Papa de abóbora com batata, tomate, espinafre, macarrão e frango 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)	Lípidos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	901	137	33	27	507	4,3	902	83
CII e CIII	927	140	36	27	520	4,6	594	112

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.

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


Milene Barcelos Reis
Nutricionista - CRN-3 40112

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – OUTUBRO/ 2026

CI, CII e CIII

Secretaria da
Educação



3ª 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								
5/out.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Ovos mexidos com batata, cenoura ralada e cheiro verde Salada de acelga com tomate Melão	Leite integral Maçã	Suco de laranja com mamão Maçã	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Mamão	Pão com manteiga Leite integral Mamão		
TERÇA								
6/out.	Leite integral Melão	Galinhada (arroz, filé de coxa e sobrecoxa, cenoura ralada e cheiro verde) - Feijão Beterraba cozida Salada de repolho Maçã	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de inhame com batata, cenoura, brócolis, carne em cubos e cheiro verde Abacaxi	Papa de inhame com batata, cenoura, brócolis, carne em cubos e cheiro verde Abacaxi		
QUARTA								
7/out.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz integral - Feijão Carne moída com abobrinha Macarrão parafuso ao sugo Salada de alface Banana	Leite integral Mamão	Suco de melancia Mamão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, vagem, escarola e frango Bolo de banana com cacau ¹	Bolo de banana com cacau ¹ Leite integral Maçã		
QUINTA								
8/out.	Leite integral Banana	Arroz - Feijão Carne em cubos com mandioca (processada) Farofa (farinha de milho com cenoura ralada, tomate e cheiro verde) Salada de escarola Abacaxi	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja picada)	Pão com frango desfiado ao molho Suco de laranja ¹ Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja picada)		
SEXTA								
9/out.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Estrogonofe de frango Batata salteada Salada de pepino com tomate Melancia	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, tomate, carne em cubos e cheiro verde Melão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, tomate, carne em cubos e cheiro verde Melão		

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	947	140	36	30	528	4,9	730	95
CII e CIII	971	148	35	30	540	4,8	617	137

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.

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

Milene Barcelos Reis
Nutricionista - CRN-3 40112

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	FERIADO Dia de Nossa Senhora Aparecida							
12/out.								
TERÇA	Leite integral Maçã	Arroz - Feijão Carne moída (IQF) refogada com batata e tomate Salada de acelga Melão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	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		
13/out.								
QUARTA	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Frango refogado com abóbora Salada de repolho Melancia	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, vagem, escarola e carne em cubos Mamão	Pão com carne em cubos ao molho Suco de laranja Mamão		
14/out.								
QUINTA	PONTO FACULTATIVO ESCOLAR Dia do Professor							
15/out.								
SEXTA	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne moída (IQF) com cenoura Macarrão parafuso ao sugo Salada de tomate Melancia	Leite integral Banana	Leite integral Banana	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		
16/out.								

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	128	32	27	512	4,7	1129	84
CII e CIII	911	136	34	28	525	4,5	1017	126

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.

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – OUTUBRO/ 2026

CI, CII e CIII

Secretaria da
Educação



5ª 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		Arroz - Feijão				
19/out.	Leite integral Pão com manteiga	Ovos mexidos com cenoura ralada, abobrinha ralada e cheiro verde Salada de acelga Melão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Melancia	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Melancia
TERÇA		Arroz - Feijão				
20/out.	Leite integral Mamão	Carne em cubos com cenoura Macarrão parafuso ao sugo Salada de pepino com tomate Maçã	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Laranja	Pão com frango desfiado ao molho com tomate e pimentão Suco de laranja Abacaxi
QUARTA		Arroz com frango (filé de coxa e sobrecoxa) - Feijão				
21/out.	Leite integral Pão com manteiga	Beterraba cozida Salada de alface Banana	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, frango e cheiro verde Melancia	Torta de frango com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de abacaxi com maçã Melancia
QUINTA		Arroz - Feijão preto				
22/out.	Leite integral Banana	Pernil suíno com mandioquinha Salada de escarola Mamão	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Papa de inhame com batata, abóbora, abobrinha, tomate, carne moída e cheiro verde Maçã	Pão com carne moída ao molho Suco de melancia Maçã
SEXTA		Arroz - Feijão				
23/out.	Leite integral Pão com manteiga	Frango com cenoura Purê de batata Salada de tomate Abacaxi	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de abóbora com batata, tomate, abobrinha, espinafre, macarrão e carne em cubos Melão	Papa de abóbora com batata, tomate, abobrinha, espinafre, macarrão e carne em cubos Melão

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. * 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)	Lípidos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	894	133	34	27	524	4,5	735	109
CII e CIII	953	145	36	28	541	4,9	638	129

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.

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


Milene Barcelos Reis
Nutricionista - CRN-3 40112

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – OUTUBRO/ 2026

Secretaria da
Educação



CI, CII e CIII

1º 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						
26/out.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne moída (IQF) refogada com cenoura e chuchu Salada de repolho com tomate Melão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de lentilha com batata, abóbora, abobrinha, tomate, macarrão e cheiro verde Abacaxi	Papa de lentilha com batata, abóbora, abobrinha, tomate, macarrão e cheiro verde Abacaxi
TERÇA						
27/out.	Leite integral Mamão	Arroz - Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de escarola Melancia	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, brócolis, frango e cheiro verde Laranja	Torta de frango com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de laranja Maçã
QUARTA						
28/out.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Frango com mandioca (processada) Abobrinha refogada Salada de alface Banana	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, escarola e carne em cubos Melancia	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, escarola e carne em cubos Melancia
QUINTA						
29/out.	Leite integral Banana	Arroz - Feijão Pernil suíno com tomate Purê de batata Salada de pepino Abacaxi	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, tomate, frango e e cheiro verde) Bolo de aveia com maçã e canela ¹	Pão com frango desfiado ao molho Suco de laranja Bolo de aveia com maçã e canela ¹
SEXTA						
30/out.	PONTO FACULTATIVO Dia do Funcionário Público					

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)	Lípídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	916	136	35	28	520	4,7	602	108
CII e CIII	956	144	36	29	530	4,8	548	137

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.

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


Milene Barcelos Reis
 Nutricionista - CRN-3 40112