

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – SETEMBRO/ 2026

Secretaria da
Educação



CI, CII e CIII

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		Arroz - Feijão Omelete de forno com cenoura ralada, tomate e cheiro verde Salada de acelga Melancia			Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Maçã	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Maçã
31/ago.	Leite integral Pão com manteiga		Leite integral Mamão	Leite integral Mamão		
TERÇA		Galinhada (arroz integral, filé de coxa e sobrecoxa, cenoura ralada e cheiro verde) - Feijão Beterraba cozida Salada de repolho Melão			Papa de inhame com batata, cenoura, brócolis, carne em cubos e cheiro verde Abacaxi	Pão com carne em cubos desfiada ao molho com cenoura ralada Suco de melancia Abacaxi
1/set.	Leite integral Maçã		Leite integral Maçã	Leite integral Maçã		
QUARTA		Arroz - Feijão Carne em cubos com mandioca (processada) Farofa (farinha de milho com cenoura ralada, tomate e cheiro verde) Salada de alface Banana			Papa de fubá com chuchu, cenoura, vagem, escarola e frango Melão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, vagem, escarola e frango Melão
2/set.	Leite integral Pão com manteiga		Leite integral Mamão	Leite integral Mamão		
QUINTA		Arroz - Feijão Frango refogado com tomate Purê de batata Salada de escarola Melancia			Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, tomate, carne em cubos e cheiro verde Banana	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco de abacaxi com maçã ¹ Banana
3/set.	Leite integral Banana		Leite integral Maçã	Leite integral Maçã		
SEXTA		Arroz - Feijão Carne moída com abobrinha Macarrão parafuso ao sugo Salada de pepino Melão			Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Abacaxi	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Abacaxi
4/set.	Leite integral Pão com manteiga		Leite integral Banana	Leite integral Banana		

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	922	137	35	28	521	4,7	721	80
CII e CIII	950	144	36	28	526	5	659	82

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

CI, CII e CIII

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 Independência do Brasil							
7/set.								
TERÇA	Leite integral Maçã	Arroz - Feijão Carne moída (IQF) refogada com batata e tomate Salada de repolho 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		
8/set.								
QUARTA	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		
9/set.								
QUINTA	Leite integral Banana	Arroz - Feijão Pernil suíno com batata Salada de alface Melão	Leite integral Banana	Suco de laranja Banana	Papa de batata com cenoura, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Maçã	Pão com manteiga Leite integral Maçã		
10/set.								
SEXTA	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Frango com cenoura Macarrão parafuso ao sugo Salada pepino com tomate Abacaxi	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de mandioca (processada) com tomate, cenoura, couve e carne em cubos Mamão	Papa de mandioca (processada) com tomate, cenoura, couve e carne em cubos Mamão		
11/set.								

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	880	134	32	26	508	4,2	968	86
CII e CIII	926	143	32	28	524	4,3	1064	123

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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – SETEMBRO/ 2026

Secretaria da
Educação



CI, CII e CIII

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 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	Torta de atum com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de abacaxi com maçã Melancia
14/set.	Leite integral Pão com manteiga					
TERÇA		Arroz - Feijão Carne em cubos com cenoura Macarrão parafuso ao sugo Salada de pepino com tomate Maçã	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 Suco de laranja Abacaxi
15/set.	Leite integral Melão					
QUARTA		Arroz com frango (filé de coxa e sobrecoxa) - Feijão Beterraba cozida Salada de alface Banana	Leite integral Melão	Leite integral Melão	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
16/set.	Leite integral Pão com manteiga					
QUINTA		Arroz - Feijão preto 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 Melão	Pão com carne moída ao molho Suco de melancia Melão
17/set.	Leite integral Banana					
SEXTA		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
18/set.	Leite integral Pão com manteiga					

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	898	133	34	28	522	4,5	744	103
CII e CIII	953	143	36	29	536	4,7	646	123

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 – SETEMBRO/ 2026

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								
21/set.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne moída (IQF) refogada com cenoura e chuchu Salada de pepino com tomate Maçã	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	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								
22/set.	Leite integral Melão	Arroz - Feijão Frango com mandioca (processada) Salada de escarola Melão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, brócolis, carne em cubos e cheiro verde Laranja	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco de laranja Mamão		
QUARTA								
23/set.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de alface Abacaxi	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, escarola e carne em cubos Mamão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, escarola e carne em cubos Mamão		
QUINTA								
24/set.	Leite integral Banana	Arroz - Feijão Pernil com batata Salada de acelga Melão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, tomate, frango e e cheiro verde) Bolo de banana com cacau ¹	Pão com frango desfiado ao molho Suco de melancia Bolo de banana com cacau ¹		
SEXTA								
25/set.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Frango (filé de coxa e sobrecoxa) com vagem Polenta cremosa Salada de repolho Melancia	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de inhame com batata, cenoura, abobrinha, frango e cheiro verde Melão	Torta de frango com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de abacaxi com maçã 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)	Lípídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	893	131	34	28	516	4,5	651	107
CII e CIII	940	140	35	29	529	4,8	560	133

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