CARDÁPIO DESJEJUM (OPCIONAL)[1] – DEZEMBRO/ 2026

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

1ª Semana Rotativo

SEGUNDA-FEIRA	*TERÇA- FEIRA*	*QUARTA-FEIRA*	*QUINTA-FEIRA*	*SEXTA-FEIRA*
30/novembro	***01/dezembro***	***02/dezembro***	***03/dezembro***	***04/dezembro***
Vitamina de banana, mamão e maçã	Leite integral Biscoito salgado	Vitamina de banana com aveia	Leite integral Biscoito salgado integral	Vitamina de banana, mamão e maçã
Informação nutricional[2] - 6-10 anos	Energia - 209 kcal	Carboidratos - 26 g	Proteínas - 8 g	Lipídeos - 9 g
Informação nutricional[2] - 11-15 anos	Energia - 228 kcal	Carboidratos - 29 g	Proteínas - 9 g	Lipídeos - 9 g

2ª Semana do rotativo

SEGUNDA-FEIRA	*TERÇA- FEIRA*	*QUARTA-FEIRA*	*QUINTA-FEIRA*	*SEXTA-FEIRA*
07/dezembro	***08/dezembro***	***09/dezembro***	***10/dezembro***	***11/dezembro***
Vitamina de banana com aveia	Leite integral Biscoito salgado integral	Vitamina de banana, mamão e maçã	Leite integral Biscoito salgado	Vitamina de banana com aveia
Informação nutricional[2] - 6-10 anos	Energia - 218 kcal	Carboidratos - 28 g	Proteínas - 8 g	Lipídeos - 9 g
Informação nutricional[2] - 11-15 anos	Energia - 239 kcal	Carboidratos - 31 g	Proteínas - 9 g	Lipídeos - 10 g

3ª Semana do rotativo

SEGUNDA-FEIRA	*TERÇA- FEIRA*	*QUARTA-FEIRA*	*QUINTA-FEIRA*	*SEXTA-FEIRA*
14/dezembro	***15/dezembro***	***16/dezembro***	***17/dezembro***	***18/dezembro***
Vitamina de banana, mamão e maçã	Leite integral Biscoito salgado	Vitamina de banana com aveia	Leite integral Biscoito salgado integral	Vitamina de banana, mamão e maçã
Informação nutricional[2] - 6-10 anos	Energia - 209 kcal	Carboidratos - 26 g	Proteínas - 8 g	Lipídeos - 9 g
Informação nutricional[2] - 11-15 anos	Energia - 228 kcal	Carboidratos - 29 g	Proteínas - 9 g	Lipídeos - 9 g

4ª Semana Rotativo

SEGUNDA-FEIRA	*TERÇA- FEIRA*	*QUARTA-FEIRA*	*QUINTA-FEIRA*	*SEXTA-FEIRA*
21/dezembro	***22/dezembro***	***23/dezembro***	***24/dezembro***	***25/dezembro***
Vitamina de banana com aveia	**BOAS FÉRIAS!!!!** 			
Informação nutricional[2] - 6-10 anos	Energia - 211 kcal	Carboidratos - 29 g	Proteínas - 8 g	Lipídeos - 7 g
Informação nutricional[2] - 11-15 anos	Energia - 240 kcal	Carboidratos - 34 g	Proteínas - 9 g	Lipídeos - 8 g

[1] Cardápio de desjejum opcional elaborado para atender às necessidades nutricionais diárias dos escolares atendidos pelo **PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar**, conforme disposto na Resolução FNDE nº 04, de 26 de fevereiro de 2026. [2] Média semanal do cálculo nutricional do cardápio de Desjejum para Ensino Fundamental em período parcial, confome faixa etária – planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, quando ofertado em complementação ao cardápio de Fundamental Parcial, conforme disposto na Resolução FNDE nº 04, de 26 de fevereiro de 2026. As preparações de vitaminas não possuem adição de açúcar. Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio. Horários sugeridos para oferecer o desjejum: a partir das 06:45. Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Sorocaba e conveniadas.

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

Sabrina Sponchiado Herdade
Nutricionista
CRN3-64481