

CARDÁPIO DESJEJUM (OPCIONAL)¹ – SETEMBRO/ 2026

Secretaria da
Educação



3ª Semana Rotativo

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
31/agosto	01/setembro	02/setembro	03/setembro	04/setembro
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

4ª Semana do rotativo

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
07/setembro	08/setembro	09/setembro	10/setembro	11/setembro
FERIADO Independência do Brasil	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 - 220 kcal	Carboidratos - 28 g	Proteínas - 8 g	Lipídeos - 9 g
Informação nutricional ² - 11-15 anos	Energia - 239 kcal	Carboidratos - 30 g	Proteínas - 9 g	Lipídeos - 10 g

5ª Semana do rotativo

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
14/setembro	15/setembro	16/setembro	17/setembro	18/setembro
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

1ª Semana Rotativo

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
21/setembro	22/setembro	23/setembro	24/setembro	25/setembro
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

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, conforme 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.