

# CARDÁPIO OFICINA DE APRENDIZAGEM<sup>1</sup> – JUNHO/ 2026

Secretaria da  
Educação



5ª Semana do rotativo

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
01/junho	02/junho	03/junho	04/junho	05/junho
Arroz – Feijão Carne moída (IQF) refogada com batata, cenoura e tomate	Arroz – Feijão Frango com batata Salada de acelga com cenoura	Arroz Carne em cubos com abóbora Banana	<b>FERIADO</b> <b>Corpus Christi</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b> <b>Corpus Christi</b>
Informação nutricional <sup>2</sup> - 6-10 anos	Energia - 397 kcal	Carboidratos - 57 g	Proteínas - 16 g	Lipídeos - 12 g
Informação nutricional <sup>2</sup> - 11-15 anos	Energia - 538 kcal	Carboidratos - 76 g	Proteínas - 22 g	Lipídeos - 16 g

1ª Semana do rotativo

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
08/junho	09/junho	10/junho	11/junho	12/junho
Arroz Ovos mexidos com cenoura, abobrinha, tomate e cheiro verde Salada de pepino	Arroz com cenoura ralada – Feijão Frango refogado com abobrinha e tomate	Arroz – Feijão Carne moída com cenoura e chuchu	Arroz com frango (filé de coxa e sobrecoxa, cenoura, abobrinha e tomate) Salada de alface Banana	Arroz com brócolis Carne em cubos acebolada Abacaxi
Informação nutricional <sup>2</sup> - 6-10 anos	Energia - 359 kcal	Carboidratos - 52 g	Proteínas - 15 g	Lipídeos - 10 g
Informação nutricional <sup>2</sup> - 11-15 anos	Energia - 476 kcal	Carboidratos - 70 g	Proteínas - 19 g	Lipídeos - 13 g

2ª Semana Rotativo

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
15/junho	16/junho	17/junho	18/junho	19/junho
Arroz – Feijão Ovos mexidos com batata, tomate e cheiro verde Salada de acelga	Arroz Carne em cubos com mandioca (processada) Melancia	Arroz Pernil em cubos com batata Salada de alface	Arroz Isclas de frango refogado Creme de milho Maçã	Arroz – Feijão Carne moída com cenoura e vagem
Informação nutricional <sup>2</sup> - 6-10 anos	Energia - 386 kcal	Carboidratos - 54 g	Proteínas - 16 g	Lipídeos - 12 g
Informação nutricional <sup>2</sup> - 11-15 anos	Energia - 518 kcal	Carboidratos - 75 g	Proteínas - 20 g	Lipídeos - 15 g

3ª Semana Rotativo

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
22/junho	23/junho	24/junho	25/junho	26/junho
Macarrão parafuso ao molho com carne moída (IQF) com cenoura Salada de repolho	Arroz Carne em cubos com batata doce Melão	Arroz com frango (filé de coxa e sobrecoxa) – Feijão Abacaxi	Arroz – Feijão Frango com brócolis Purê de batata (batata flocada)	Arroz Carne moída com cenoura e vagem Salada de escarola Maçã
Informação nutricional <sup>2</sup> - 6-10 anos	Energia - 410 kcal	Carboidratos - 59 g	Proteínas - 16 g	Lipídeos - 12 g
Informação nutricional <sup>2</sup> - 11-15 anos	Energia - 537 kcal	Carboidratos - 77 g	Proteínas - 21 g	Lipídeos - 16 g

<sup>1</sup> Cardápio 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.

<sup>2</sup> Média semanal do cálculo nutricional do cardápio de Oficina de Aprendizagem para Ensino Fundamental em período parcial, conforme faixa etária – planejado para atender no mínimo 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. Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio. Horários sugeridos para oferecer o almoço: a partir das 11:45. Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Sorocaba e conveniadas.

\* Gêneros alimentícios entregues pela Agricultura Familiar.