

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – ABRIL/ 2026

Secretaria da
Educação



1º SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
30/março	31/março	01/abril	02/abril	03/abril
Arroz – Feijão Carne moída (IQF) refogada com cenoura e chuchu Salada de repolho	Arroz Frango com mandioca (processada) Salada de pepino com tomate Melão	Pão com carne desfiada ao molho com cenoura ralada Suco polpa de manga com banana ¹ Bolo de cacau ¹	PONTO FACULTATIVO Endoenças	FERIADO Paixão de Cristo
Informação nutricional ²	Energia – 383 kcal	Carboidratos – 59 g	Proteínas – 13 g	Lípidos – 11 g
Carboidrato/refeição ³ - 43 g	Carboidrato/refeição ³ - 43 g	Carboidrato/refeição ³ - 71 g	-	-

2º SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
06/abril	07/abril	08/abril	09/abril	10/abril
SEMANA MUNICIPAL DE COMBATE E PREVENÇÃO À OBESIDADE INFANTIL				
Macarrão parafuso ao molho com atum, tomate e cenoura ralada Melancia	Arroz Estrogonofe de frango Batata salteada Salada de repolho com tomate	Arroz - Feijão Carne moída com berinjela e tomate Salada de frutas (banana, maçã, mamão e laranja picada)	Pão com frango desfiado, cenoura ralada, tomate e alface Suco polpa de maracujá com banana ¹ Abacaxi	Arroz Pernil suíno com batata Farofa (farinha de milho com cenoura ralada, tomate e cheiro verde) Salada de escarola
Informação nutricional ²	Energia – 329 kcal	Carboidratos – 53 g	Proteínas – 14 g	Lípidos – 7 g
Carboidrato/refeição ³ - 58 g	Carboidrato/refeição ³ - 44 g	Carboidrato/refeição ³ - 60 g	Carboidrato/refeição ³ - 56 g	Carboidrato/refeição ³ - 46 g

3º SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
13/abril	14/abril	15/abril	16/abril	17/abril
Arroz – Feijão preto Ovos mexidos com batata, cenoura ralada e cheiro verde Salada de acelga com tomate	Galinhada (arroz integral, filé de coxa e sobrecoxa, milho, cenoura ralada e cheiro verde) Salada de pepino Maçã	Arroz Carne em cubos com mandioca (processada) Banana	Pão com patê de frango (com requeijão e cenoura ralada) Suco de abacaxi com maçã ¹	Macarrão parafuso ao molho com carne moída e abobrinha ralada Melancia
Informação nutricional ²	Energia – 354 kcal	Carboidratos – 54 g	Proteínas – 14 g	Lípidos – 10 g
Carboidrato/refeição ³ - 47 g	Carboidrato/refeição ³ - 47 g	Carboidrato/refeição ³ - 71 g	Carboidrato/refeição ³ - 50 g	Carboidrato/refeição ³ - 55 g

4º SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
20/abril	21/abril	22/abril	23/abril	24/abril
PONTO FACULTATIVO	FERIADO TIRADENTES	Arroz Carne moída (IQF) refogada com batata e tomate Melão	Arroz – Feijão Frango refogado com abóbora Salada de repolho	Macarrão parafuso ao molho com carne em cubos desfiada e cenoura ralada Abacaxi
Informação nutricional ²	Energia – 312 kcal	Carboidratos – 48 g	Proteínas – 12 g	Lípidos – 8 g
-	-	Carboidrato/refeição ³ - 39 g	Carboidrato/refeição ³ - 44 g	Carboidrato/refeição ³ - 61 g

¹ Preparações sem adição de açúcar. ² Média semanal do cálculo nutricional do cardápio de pré-escola (4 a 5 anos) em período parcial – planejado para atender 20% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto na Resolução FNDE nº 06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE nº 20, de 02 de dezembro de 2020. ³ Informação disponível para alunos diabéticos que fazem contagem de carboidratos. Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio. Horários sugeridos para oferecer o lanche: a partir das 9:30, para o período matutino, e a partir das 14:30, para o período vespertino. Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Sorocaba e conveniadas.

* Gêneros entregue pela Agricultura Familiar.

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – ABRIL/ 2026

Secretaria da
Educação



5ª SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
27/abril	28/abril	29/abril	30/abril	01/maio
Arroz Ovos mexidos com cenoura ralada, abobrinha ralada, muçarela e cheiro verde Salada de acelga	Macarrão parafuso ao molho com carne em cubos desfiada, cenoura ralada e tomate Melão	Arroz com frango (filé de coxa e sobrecosta) – Feijão Salada de alface Banana	Pão com carne moída ao molho Suco polpa de manga com banana ¹ Bolo de aveia, maçã e canela ¹	FERIADO DIA DO TRABALHO
Informação nutricional ²	Energia – 380 kcal	Carboidratos – 59 g	Proteínas – 14 g	Lípidos – 10 g
Carboidrato/refeição ³ - 33 g	Carboidrato/refeição ³ - 51 g	Carboidrato/refeição ³ - 70 g	Carboidrato/refeição ³ - 84 g	-

¹ Preparações sem adição de açúcar. ² Média semanal do cálculo nutricional do cardápio de pré-escola (4 a 5 anos) em período parcial – planejado para atender 20% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto na Resolução FNDE nº 06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE nº 20, de 02 de dezembro de 2020. ³ Informação disponível para alunos diabéticos que fazem contagem de carboidratos. Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio. Horários sugeridos para oferecer o lanche: a partir das 9:30, para o período matutino, e a partir das 14:30, para o período vespertino.

Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Sorocaba e conveniadas.

* Gêneros entregue pela Agricultura Familiar.

Milene Barcelos Reis
Nutricionista - CRN-3 40112