

**CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – JULHO/2024**

Secretaria da  
Educação



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
<b>SEGUNDA</b>								
1/jul.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Carne moída (IQF) com batata e tomate Salada de acelga Maçã	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	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		
<b>TERÇA</b>								
2/jul.	Leite integral Maçã	Arroz – Feijão Frango refogado com cenoura Salada de pepino com tomate Melancia	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de fubá com chuchu, cenoura, vagem, escarola e carne em cubos Mamão	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco de melancia Mamão		
<b>QUARTA</b>								
3/jul.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão preto Carne em cubos com batata doce Macarrão parafuso ao sugo Salada de escarola Abacaxi	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Papa de mandiquinha com cenoura, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Laranja	Torta de frango com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de laranja Maçã		
<b>QUINTA</b>								
4/jul.	Leite integral Banana	Arroz – Feijão Pernil suíno picadinho com cenoura Salada de alface Mamão	Leite integral Maçã	Suco de laranja com mamão Maçã	Papa de batata com cenoura, abobrinha, macarrão, carne em cubos e cheiro verde Banana	Pão com manteiga Leite integral Banana		
<b>SEXTA</b>								
5/jul.	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Frango (filé de coxa e sobrecoxa) com vagem Polenta Salada de repolho Abacaxi	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Papa de mandioca com tomate, cenoura, couve e carne em cubos Mamão	Papa de mandioca com tomate, cenoura, couve e carne em cubos Mamão		

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. \* Gêneros entregues 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) <sup>2</sup>	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	943	135	33	28	524	4,2	902	129
CII e CIII	958	149	34	28	541	4,4	1001	165

<sup>2</sup> 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 06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE nº 20, de 02 de dezembro de 2020.

Milene Barcelos Reis  
Nutricionista - CRN-3 40112

**CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – JULHO/2024**

Secretaria da  
Educação



CI, CII e CIII

2ª 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
<b>SEGUNDA</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b>							
8/jul.								
<b>TERÇA</b>	<b>FERIADO REVOLUÇÃO CONSTITUCIONALISTA</b>							
9/jul.								
<b>QUARTA</b>	10/jul. Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Omelete de forno com cenoura ralada, tomate e cheiro verde Salada de acelga Abacaxi	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de ervilha com batata doce, cenoura, abobrinha, chuchu, macarrão e cheiro verde Laranja	Torta de atum com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de laranja Melão		
<b>QUINTA</b>	11/jul. Leite integral Banana	Arroz integral – Feijão Tiras de frango refogadas com tomate Batata salteada Salada de repolho Maçã	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Papa de batata com cenoura, abobrinha, tomate, macarrão, frango e cheiro verde Mamão	Papa de batata com cenoura, abobrinha, tomate, macarrão, frango e cheiro verde Mamão		
<b>SEXTA</b>	<b>REUNIÃO DE REPLANEJAMENTO</b>							
12/jul.								

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. \* 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) <sup>2</sup>	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	866	134	33	25	534	4,2	1193	136
CII e CIII	911	138	36	27	537	4,3	657	162

<sup>2</sup> 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 06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE nº 20, de 02 de dezembro de 2020.

Milene Barcelos Reis  
Nutricionista - CRN-3 40112

**CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – JULHO/2024**


**CI, CII e CIII**

3º 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
<b>SEGUNDA</b>								
<b>15/jul.</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Ovos mexidos com batata, cenoura ralada e cheiro verde Salada de pepino com tomate Melancia	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Maçã	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Maçã		
<b>TERÇA</b>								
<b>16/jul.</b>	Leite integral Maçã	Galinhada (arroz, filé de coxa e sobrecoxa, cenoura ralada e cheiro verde) – Feijão Beterraba cozida Salada de repolho Abacaxi	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de inhame com batata, cenoura, brócolis, carne em cubos e cheiro verde Laranja	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco de laranja Melão		
<b>QUARTA</b>								
<b>17/jul.</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de alface Maçã	Leite integral Banana	Leite integral Banana	Papa de fubá com chuchu, cenoura, vagem, escarola e frango Mamão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, vagem, escarola e frango Mamão		
<b>QUINTA</b>								
<b>18/jul.</b>	Leite integral Banana	Arroz – Feijão Pernil suíno com tomate Purê de batata Salada de escarola Abacaxi	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, tomate, frango e cheiro verde Banana	Pão com frango desfiado ao molho Suco de abacaxi com maçã Banana		
<b>SEXTA</b>								
<b>19/jul.</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Carne moída com vagem Polenta cremosa Salada de acelga Melancia	Leite integral Banana	Suco de laranja com mamão Banana	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Bolo de aveia, maçã e canela <sup>1</sup>	Bolo de aveia, maçã e canela <sup>1</sup> Leite integral		

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. . <sup>1</sup> 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) <sup>2</sup>	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	923	138	35	29	522	4,7	646	89
CII e CIII	937	145	35	27	538	4,9	536	139

<sup>2</sup> 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 06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE nº 20, de 02 de dezembro de 2020.

  
**Milene Barcelos Reis**  
Nutricionista - CRN-3 40112

**CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – JULHO/2024**

**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
<b>SEGUNDA</b>								
<b>22/jul.</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Ovos mexidos com cenoura ralada, abobrinha ralada e cheiro verde Salada de acelga Melancia	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de feijão com batata, cenoura, abobrinha, macarrão e cheiro verde Mamão	Torta de atum com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de melancia Mamão		
<b>TERÇA</b>								
<b>23/jul.</b>	Leite integral Maçã	Arroz integral com frango (filé de coxa e sobrecoxa) – Feijão Beterraba cozida Salada de repolho Abacaxi	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, carne em cubos e cheiro verde Laranja	Pão com carne em cubos desfiada ao molho com tomate e pimentão Suco de laranja com mamão Maçã		
<b>QUARTA</b>								
<b>24/jul.</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Carne em cubos com cenoura Macarrão parafuso ao sugo Salada de alface Banana	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Abacaxi	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Abacaxi		
<b>QUINTA</b>								
<b>25/jul.</b>	Leite integral Banana	Arroz – Feijão 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 Laranja	Pão com carne moída ao molho Suco de laranja Melão		
<b>SEXTA</b>								
<b>26/jul.</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Frango com cenoura e brócolis Purê de batata Salada de tomate Maçã	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de abóbora com batata, tomate, abobrinha, espinafre, macarrão e carne em cubos Abacaxi	Papa de abóbora com batata, tomate, abobrinha, espinafre, macarrão e carne em cubos Abacaxi		


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. \* 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) <sup>2</sup>	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	894	132	34	28	532	4,4	625	113
CII e CIII	937	142	35	28	543	4,7	582	131

<sup>2</sup> 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 06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE nº 20, de 02 de dezembro de 2020.

  
**Milene Barcelos Reis**  
Nutricionista - CRN-3 40112

**CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – JULHO/2024**


**CI, CII e CIII**

1ª 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
<b>SEGUNDA</b>								
<b>29/jul.</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Carne moída (IQF) com cenoura e chuchu Salada de acelga 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		
<b>TERÇA</b>								
<b>30/jul.</b>	Leite integral Maçã	Arroz – Feijão Carne em cubos com batata Salada de repolho Mamão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de mandioquinha com batata, cenoura, abobrinha, frango e cheiro verde Laranja	Pão com frango desfiado ao molho Suco de laranja Abacaxi		
<b>QUARTA</b>								
<b>31/jul.</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz com cenoura – Feijão Frango com mandioca (processada) Abobrinha refogada Salada de alface Banana	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de fubá com chuchu, cenoura, abobrinha, escarola e frango Melancia	Torta de frango com cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate e cheiro verde Suco de laranja Melancia		
<b>QUINTA</b>								
<b>1/ago.</b>	Leite integral Banana	Arroz – Feijão Pernil suíno com tomate Polenta cremosa Salada de pepino Abacaxi	Leite integral Banana	Suco de abacaxi com maçã Banana	Canja (arroz, batata, cenoura, abobrinha, tomate, frango e e cheiro verde) Maçã	Pão com manteiga Leite integral Maçã		
<b>SEXTA</b>								
<b>2/ago.</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Frango (filé de coxa e sobrecoxa) com abobrinha Macarrão parafuso ao sugo Salada de escarola Banana	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de inhame com batata, cenoura, abobrinha, carne em cubos e cheiro verde Abacaxi	Papa de inhame com batata, cenoura, abobrinha, carne em cubos e cheiro verde Abacaxi		

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. .<sup>1</sup> 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) <sup>2</sup>	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	912	141	34	26	516	4,4	563	114
CII e CIII	974	150	35	29	573	4,5	464	151

<sup>2</sup> 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 06, de 08 de maio de 2020, e Resolução FNDE nº 20, de 02 de dezembro de 2020.

  
**Milene Barcelos Reis**  
Nutricionista - CRN-3 40112