CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – ABRIL/ 2024

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

CI, CII e CIII

SEMANA MUNICIPAL DE COMBATE E PREVENÇÃO À OBESIDADE INFANTIL

1º 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
SEGUNDA **01/abril**	Leite integral Pão com manteiga	*Arroz - Feijão* *Cação ao forno com batata, tomate*, cebola*, pimentão e cheiro verde* *Salada de pepino** *Maçã*	Leite integral Melão	Leite integral Melão	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
TERÇA **02/abril**	Leite integral Banana*	Arroz - Feijão Pernil suíno com tomate* Polenta cremosa Salada de alface* Melão	Leite integral Banana*	Leite integral Banana*	Papa de mandioquinha com cenoura*, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Melancia	*Pão com frango desfiado ao molho, cenoura* ralada, tomate* e alface** *Suco de laranja** *Melancia*
QUARTA **03/abril**	Leite integral Pão com manteiga	*Arroz com cenoura* - Feijão* *Frango com mandioca (processada)** *Salada de escarola** *Salada de frutas (banana*, maçã, mamão e laranja* picada)*	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de fubá com chuchu, cenoura*, abobrinha, escarola* e carne em cubos Banana*	Papa de fubá com chuchu, cenoura*, abobrinha, escarola* e carne em cubos Banana*
QUINTA **04/abril**	Leite integral Mamão	Arroz - Feijão Carne em cubos com abóbora* Salada de repolho Abacaxi	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Canja (arroz, batata, cenoura*, abobrinha, tomate*, frango e e cheiro verde) Maçã	Torta de frango com cenoura* ralada, abobrinha ralada, tomate* e cheiro verde Suco de melancia Maçã
SEXTA **05/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Frango (filé de coxa e sobrecoxa) com abobrinha Macarrão padre nosso ao sugo Salada de acelga com tomate* Melão	Leite integral Banana*	Leite integral Banana*	Papa de inhame* com batata, cenoura*, abobrinha, carne moída e cheiro verde Melancia	Pão com carne moída ao molho Suco de laranja* com mamão Melancia

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) [2]	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	895	137	35	26	508	4,4	679	89
CII e CIII	946	147	36	27	529	4,7	579	134

[2] 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

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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – ABRIL/ 2024

CI, CII e CIII

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

2º 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
SEGUNDA **08/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Omelete de forno com cenoura* ralada, tomate* e cheiro verde Salada de acelga Melancia	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de ervilha com batata doce, cenoura*, abobrinha, chuchu, macarrão e cheiro verde Melão	Torta de atum com cenoura* ralada, tomate* e cheiro verde Suco de laranja* Melão
TERÇA **09/abril**	Leite integral Maçã	Arroz - Feijão preto Pernil suíno com batata Farofa (farinha de mandioca com cenoura* ralada, tomate* e cheiro verde) Salada de alface* Banana*	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de mandioquinha com batata, cenoura*, abobrinha, frango e cheiro verde Melão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura*, abobrinha, frango e cheiro verde Melão
QUARTA **10/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne moída com berinjela e tomate* Salada de escarola* Abacaxi	Leite integral Banana*	Leite integral Banana*	Papa de batata com cenoura*, abobrinha, tomate*, macarrão, frango e cheiro verde Mamão	Pão com frango desfiado ao molho Suco de laranja* Mamão
QUINTA **11/abril**	Leite integral Mamão	Arroz integral - Feijão Carne em cubos com couve-flor Macarrão parafuso ao sugo Salada de repolho Melão	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de mandioca (processada)* com cenoura*, tomate*, escarola* e carne em cubos Maçã	Papa de mandioca (processada)* com cenoura*, tomate*, escarola* e carne em cubos Maçã
SEXTA **12/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Tiras de frango refogadas com cenoura* Batata salteada Salada de tomate* Melancia	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de abóbora* com batata, tomate*, espinafre, macarrão e carne moída Banana*	Pão com carne moída ao molho Suco de abacaxi com maçã Banana*

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) [2]	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	894	133	133	28	509	4,3	962	94
CII e CIII	945	143	35	28	533	4,6	648	145

[2] 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

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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – ABRIL/ 2024

CI, CII e CIII

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

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
SEGUNDA **15/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão preto Ovos mexidos com batata, cenoura* ralada e cheiro verde Salada de pepino* com tomate* Maçã	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de feijão com batata, cenoura*, abobrinha, macarrão e cheiro verde Mamão	Papa de feijão com batata, cenoura*, abobrinha, macarrão e cheiro verde Mamão
TERÇA **16/abril**	Leite integral Mamão	Arroz - Feijão Frango refogado com tomate* Purê de batata Salada de escarola* Banana*	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de inhame* com batata, cenoura*, brócolis, carne em cubos e cheiro verde Abacaxi	Pão com carne desfiada ao molho com cenoura* Suco de laranja Abacaxi
QUARTA **17/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne em cubos com mandioca (processada)* Farofa (farinha de mandioca com cenoura* ralada, tomate* e cheiro verde) Salada de couve Melancia	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de fubá com chuchu, cenoura*, vagem, escarola* e frango Banana*	Papa de fubá com chuchu, cenoura*, vagem, escarola* e frango Banana*
QUINTA **18/abril**	Leite integral Mamão	Galinhada (arroz, filé de coxa e sobrecoxa, cenoura* ralada e cheiro verde) - Feijão Beterraba* cozida Salada de acelga Abacaxi	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura*, abobrinha, tomate*, carne em cubos e cheiro verde Melancia	Papa de mandioquinha com batata, cenoura*, abobrinha, tomate*, carne em cubos e cheiro verde Melancia
SEXTA **19/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne moída ao molho com vagem Polenta cremosa Salada de repolho Melão	Leite integral Banana*	Suco de laranja com mamão Banana*	Canja (arroz, batata, cenoura*, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Maçã	Pão com manteiga Leite integral Maçã

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. . [1] 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) [2]	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	899	135	34	27	523	4,5	741	103
CII e CIII	941	143	34	38	545	4,7	626	161

[2] 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

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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – ABRIL/ 2024

CI, CII e CIII

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

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
SEGUNDA **22/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne moída (IQF) refogada com cenoura* e chuchu Salada de acelga Maçã	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de ervilha com batata doce, tomate*, cenoura*, abobrinha, macarrão e cheiro verde Abacaxi	Torta de atum com cenoura* ralada, abobrinha ralada, tomate* e cheiro verde Suco de laranja Abacaxi
TERÇA **23/abril**	Leite integral Maçã	Arroz integral - Feijão Frango refogado com abóbora* Salada de alface* Banana*	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de fubá com chuchu, cenoura*, vagem, escarola* e carne em cubos Melancia	Pão com carne em cubos desfiada ao molho com tomate* e pimentão Suco de abacaxi com maçã Melancia
QUARTA **24/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão preto Carne moída com abobrinha Macarrão parafuso ao sugo Salada de escarola* Abacaxi	Leite integral Banana*	Leite integral Banana*	Papa de mandioquinha com cenoura*, brócolis, macarrão, frango e cheiro verde Mamão	Papa de mandioquinha com cenoura*, brócolis, macarrão, frango e cheiro verde Mamão
QUINTA **25/abril**	Leite integral Mamão	Arroz com frango (filé de coxa e sobrecoxa) – Feijão Cenoura* e vagem salteados Salada de pepino* Melão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de batata com cenoura*, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Bolo de banana* com cacau[1]	Pão com frango desfiado ao molho Suco de melancia Bolo de banana* com cacau[1]
SEXTA **26/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne em cubos com batata doce Salada de repolho Melancia	Leite integral Banana*	Leite integral Banana*	Papa de mandioca (processada)* com tomate*, cenoura*, couve e frango Mamão	Papa de mandioca (processada)* com tomate*, cenoura*, couve e frango 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. . [1] 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) [2]	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	918	136	34	29	520	4,4	1114	97
CII e CIII	969	147	36	29	533	4,7	1001	119

[2] 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

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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL INTEGRAL – ABRIL/ 2024

CI, CII e CIII

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

5º 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
SEGUNDA **29/abril**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Ovos mexidos com cenoura* ralada, abobrinha ralada e cheiro verde Salada de acelga Melancia	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de feijão com batata, cenoura*, abobrinha, macarrão e cheiro verde Maçã	Torta de atum com cenoura* ralada, abobrinha ralada, tomate* e cheiro verde Suco de laranja com mamão Maçã
TERÇA **30/abril**	Leite integral Mamão	Arroz integral com frango (filé de coxa e sobrecoxa) - Feijão Beterraba* cozida Salada de repolho Banana*	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura*, abobrinha, carne em cubos e cheiro verde Abacaxi	Papa de mandioquinha com batata, cenoura*, abobrinha, carne em cubos e cheiro verde Abacaxi
QUARTA **01/maio**	**FERIADO** **DIA DO TRABALHO**					
QUINTA **02/maio**	Leite integral Maçã	Arroz - Feijão Carne moída (IQF) refogada com mandioquinha Salada de escarola* Abacaxi	Leite integral Maçã	Suco de laranja Maçã	Papa de ervilha com batata doce, cenoura*, abobrinha, chuchu, macarrão e cheiro verde Mamão	Pão com manteiga Leite integral Mamão
SEXTA **03/maio**	Leite integral Pão com manteiga	Arroz - Feijão Carne em cubos com cenoura* Macarrão parafuso ao sugo Salada de alface* Melão	Leite integral Banana*	Leite integral Banana*	Papa de batata com abóbora*, tomate*, abobrinha, espinafre, macarrão e carne em cubos Abacaxi	Papa de batata com abóbora*, 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. . [1] 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) [2]	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	898	134	32	28	527	4,7	965	112
CII e CIII	944	140	34	30	543	4,5	611	172

[2] 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

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