CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – ABRIL/ 2024

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

1º SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
01/abril	02/abril	03/abril	04/abril	05/abril
SEMANA MUNICIPAL DE COMBATE E PREVENÇÃO À OBESIDADE INFANTIL				
Arroz - Feijão *Cação ao forno com batata, tomate*, cebola* e pimentão* *Salada de pepino* com tomate**	*Pão com patê de frango (requeijão, cenoura* ralada, tomate* e alface*)* *Suco polpa de maracujá com banana*[1]* *Melancia*	Arroz Frango com mandioca (processada)* *Salada de frutas (banana*, maçã, mamão e laranja* picada)*	Arroz Carne em cubos com abóbora* Salada de repolho	Macarrão parafuso ao molho com frango desfiado e abobrinha ralada Abacaxi
Informação nutricional[2]	Energia – 312 kcal	Carboidratos – 53g	Proteínas – 13g	Lipídeos – 6g
Carboidrato/refeição[3] – 47g	Carboidrato/refeição[3] - 64g	Carboidrato/refeição[3] - 60g	Carboidrato/refeição[3] - 31g	Carboidrato/refeição[3] - 61g

2º SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
08/abril	09/abril	10/abril	11/abril	12/abril
Macarrão parafuso ao molho com atum, tomate* e cenoura* ralada Melão	Arroz Pernil suíno com batata Farofa (farinha de mandioca com cenoura* ralada, tomate* e cheiro verde) Banana*	Arroz - Feijão Carne moída com berinjela, tomate* e muçarela Salada de escarola*	Flocos de milho Leite Maçã	Arroz Estrogonofe de frango Batata salteada Salada de tomate*
Informação nutricional[2]	Energia – 341 kcal	Carboidratos – 54g	Proteínas – 13g	Lipídeos – 8g
Carboidrato/refeição[3] - 51g	Carboidrato/refeição[3] - 75g	Carboidrato/refeição[3] - 44g	Carboidrato/refeição[3] - 56g	Carboidrato/refeição[3] - 44g

3º SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
15/abril	16/abril	17/abril	18/abril	19/abril
Arroz - Feijão preto Ovos mexidos com batata, cenoura* ralada e cheiro verde Salada de pepino* com tomate*	Pão com patê de frango (com requeijão e cenoura* ralada) Suco polpa de manga com banana*[1]	Arroz Carne em cubos com mandioca (processada)* Melancia	Galinhada (arroz, filé de coxa e sobrecoxa, milho, cenoura* ralada e cheiro verde) Salada de acelga Abacaxi	Polenta cremosa Carne moída ao molho com vagem Melão
Informação nutricional[2]	Energia – 315 kcal	Carboidratos – 50g	Proteínas – 12g	Lipídeos – 8g
Carboidrato/refeição[3] - 47g	Carboidrato/refeição[3] - 50g	Carboidrato/refeição[3] - 57g	Carboidrato/refeição[3] - 50g	Carboidrato/refeição[3] - 44g

4º SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
22/abril	23/abril	24/abril	25/abril	26/abril
Arroz - Feijão Carne moída (IQF) com cenoura* e chuchu Maçã	Arroz Frango refogado com abóbora* Salada de alface*	Macarrão ao molho com carne moída e abobrinha ralada Abacaxi	Pão com frango desfiado ao molho Suco polpa de goiaba com banana*[1] Bolo de banana* com cacau[1]	Arroz Carne em cubos com batata doce Salada de repolho
Informação nutricional[2]	Energia – 342 kcal	Carboidratos – 54g	Proteínas – 13g	Lipídeos – 8g
Carboidrato/refeição[3] - 60g	Carboidrato/refeição[3] - 31g	Carboidrato/refeição[3] - 61g	Carboidrato/refeição[3] - 80g	Carboidrato/refeição[3] - 37g

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

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.

* Gêneros entregue pela Agricultura Familiar.

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 PRÉ-ESCOLA – ABRIL/ 2024

Secretaria da Educação | Prefeitura de SOROCABA

5º SEMANA DO ROTATIVO

SEGUNDA-FEIRA	*TERÇA- FEIRA*	*QUARTA-FEIRA*	*QUINTA-FEIRA*	*SEXTA-FEIRA*
29/abril	***30/abril***	***01/maio***	***02/maio***	***03/maio***
Arroz - Feijão Ovos mexidos com cenoura* ralada, abobrinha ralada e cheiro verde Salada de acelga	Arroz integral com frango (filé de coxa e sobrecoxa) Salada de repolho Banana*	**FERIADO** **DIA DO TRABALHO**	Pão com requeijão Vitamina de banana*, mamão e maçã[1]	Macarrão parafuso ao molho com carne em cubos desfiada, tomate* e cenoura* ralada Melão
Informação nutricional[2]	Energia – 333 kcal	Carboidratos – 51g	Proteínas – 12g	Lipídeos – 9g
Carboidrato/refeição[3] - 45g	Carboidrato/refeição[3] - 58g	-	Carboidrato/refeição[3] - 50g	Carboidrato/refeição[3] - 51g

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

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.

* Gêneros entregue pela Agricultura Familiar.

Milene Barcelos Reis
Nutricionista - CRN-3 40112