

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>06/maio</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Carne moída (IQF) com cenoura* e chuchu Salada de repolho 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>07/maio</b>	Leite integral Maçã	Arroz – Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Abacaxi	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de mandioquinha com batata, cenoura*, brócolis, frango e cheiro verde Laranja	Torta de frango com cenoura* ralada, abobrinha ralada, tomate* e cheiro verde Suco de melancia Mamão		
<b>QUARTA</b>								
<b>08/maio</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz integral com cenoura* – Feijão Frango (filé de coxa e sobrecoxa) com mandioca* (processada) Salada de alface* Banana*	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de fubá com chuchu, cenoura*, abobrinha, escarola* e carne em cubos Melancia	Papa de fubá com chuchu, cenoura*, abobrinha, escarola* e carne em cubos Melancia		
<b>QUINTA</b>								
<b>09/maio</b>	Leite integral Banana*	Arroz – Feijão preto Pernil suíno com tomate* Polenta cremosa Salada de escarola* Mamão	Leite integral Banana*	Suco de laranja Banana*	Canja (arroz, batata, cenoura*, abobrinha, tomate*, frango e cheiro verde) Laranja	Pão com manteiga Leite integral		
<b>SEXTA</b>								
<b>10/maio</b>	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Frango com abobrinha Macarrão parafuso ao sugo Salada de pepino* com tomate* Melão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de inhame* com batata, cenoura*, abobrinha, carne em cubos e cheiro verde Melancia	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco de abacaxi com maçã 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) <sup>2</sup>	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	893	134	34	27	519	4,3	645	114
CII e CIII	935	142	34	28	532	4,5	532	147

<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.

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>						
13/maio	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Omelete de forno com cenoura* ralada, tomate* e cheiro verde Salada de acelga Maçã	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de ervilha com batata doce, cenoura*, abobrinha, chuchu, macarrão e cheiro verde Melancia	Torta de atum com cenoura* ralada, abobrinha ralada, tomate* e cheiro verde Suco de laranja com mamão Melancia
<b>TERÇA</b>						
14/maio	Leite integral Mamão	Arroz – Feijão preto Pernil suíno com batata Farofa (farinha de mandioca com cenoura* ralada, tomate* e cheiro verde) Salada de repolho com tomate* Melão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de mandioquinha com cenoura*, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Abacaxi	Papa de mandioquinha com cenoura*, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Abacaxi
<b>QUARTA</b>						
15/maio	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Carne moída com berinjela e tomate* Salada de alface* Banana*	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de batata com cenoura*, abobrinha, tomate*, macarrão, frango e cheiro verde Melancia	Pão com frango desfiado ao molho Suco de laranja Melancia
<b>QUINTA</b>						
16/maio	Leite integral Banana*	Arroz – Feijão Tiras de frango refogadas com tomate* Batata salteada Salada de escarola* Melancia	Leite integral Banana*	Leite integral Banana*	Papa de mandioca* com cenoura*, tomate*, espinafre e carne em cubos Abacaxi	Papa de mandioca* com cenoura*, tomate*, espinafre e carne em cubos Abacaxi
<b>SEXTA</b>						
17/maio	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Carne em cubos com couve-flor Macarrão parafuso ao sugo Salada de pepino* com tomate* Abacaxi	Leite integral Melão	Suco de melancia Melão	Papa de abóbora com batata, tomate*, escarola*, macarrão e frango 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. \* 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)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	896	135	34	27	517	4,4	896	96
CII e CIII	951	145	35	28	545	4,5	585	166

<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.

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>		Arroz – Feijão				
<b>20/maio</b>	Leite integral Pão com manteiga	Ovos mexidos com batata, cenoura* ralada e cheiro verde Salada de acelga Maçã	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de feijão com batata, cenoura*, abobrinha, macarrão e cheiro verde Melancia	Papa de feijão com batata, cenoura*, abobrinha, macarrão e cheiro verde Melancia
<b>TERÇA</b>		Galinhada (arroz, filé de coxa e sobrecoxa, cenoura* ralada e cheiro verde) – Feijão				
<b>21/maio</b>	Leite integral Mamão	Beterraba cozida Salada de pepino* com tomate* Melão	Leite integral Maçã	Leite integral Maçã	Papa de fubá com chuchu, cenoura*, abobrinha, escarola* e carne em cubos Abacaxi	Pão com carne em cubos desfiada ao molho com cenoura* ralada e cheiro verde Suco de melancia Abacaxi
<b>QUARTA</b>		Arroz – Feijão Tropeiro (feijão, farinha de mandioca, cenoura* ralada, tomate* picado e cheiro verde)				
<b>22/maio</b> <b>Dia do Tropeiro</b>	Leite integral Pão com manteiga	Carne em cubos acebolada* Salada de couve Mexerica* 	Leite integral Banana*	Leite integral Banana*	Papa de mandioquinha com cenoura*, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Laranja	Torta de frango com cenoura* ralada, abobrinha ralada, tomate* e cheiro verde Suco de laranja Mamão
<b>QUINTA</b>		Arroz – Feijão				
<b>23/maio</b>	Leite integral Banana*	Frango refogado com tomate* Purê de batata com mandioquinha Salada de escarola* Melancia	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de inhame* com batata, cenoura*, abobrinha, frango e cheiro verde Bolo de aveia, maçã e canela <sup>1</sup>	Bisnaguinha com frango desfiado ao molho e cenoura* ralada Suco de abacaxi com maçã Bolo de aveia, maçã e canela <sup>1</sup>
<b>SEXTA</b>		Arroz integral – Feijão				
<b>24/maio</b>	Leite integral Pão com manteiga	Carne moída com vagem Polenta cremosa Salada de repolho Abacaxi	Leite integral Banana*	Leite integral Banana*	Canja (arroz, batata, cenoura*, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Melão	Canja (arroz, batata, cenoura*, abobrinha, vagem, frango e cheiro verde) Melão

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)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	925	137	35	29	536	4,7	709	94
CII e CIII	987	151	37	29	565	5,1	651	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.

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>						
27/maio	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Carne moída (IQF) com batata Salada de repolho Maçã	Leite integral Melão	Leite integral Melão	Papa de ervilha com batata doce, tomate*, cenoura*, abobrinha, macarrão e cheiro verde Melancia	Papa de ervilha com batata doce, tomate*, cenoura*, abobrinha, macarrão e cheiro verde Melancia
<b>TERÇA</b>						
28/maio	Leite integral Maçã	Arroz – Feijão preto Frango refogado com abóbora Salada de acelga Melão	Leite integral Mamão	Leite integral Mamão	Papa de fubá com chuchu, cenoura*, vagem, escarola* e carne em cubos Abacaxi	Pão com carne em cubos desfiada ao molho Suco de laranja Abacaxi
<b>QUARTA</b>						
29/maio	Leite integral Pão com manteiga	Arroz – Feijão Carne em cubos com cenoura* Macarrão parafuso ao sugo Salada de alface* Abacaxi	Leite integral Banana*	Leite integral Banana*	Papa de mandioquinha com cenoura*, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Maçã	Papa de mandioquinha com cenoura*, abobrinha, macarrão, frango e cheiro verde Maçã
<b>QUINTA</b>	<b>FERIADO (CORPUS CHRISTI)</b>					
30/maio						
<b>SEXTA</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b>					
31/maio						

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)	Lipídeos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
CI	896	130	34	29	515	4,2	1136	78
CII e CIII	926	138	35	29	532	4,4	1001	121

<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.