

CARDÁPIO 4

EMEI PARCIAL (4 E 5 ANOS)

SETEMBRO DE 2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Data	31/08	01/09	02/09	03/09	04/09
1ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ chocolate Biscoito salgado	Leite c/ flocos de milho	Leite c/ chocolate Rosquinha	Vitamina de frutas Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate Biscoito sequinhos
Almoço	Carne c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de alface	Peixe c/ purê de abóbora, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Carne moída c/ legumes, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta
Data	07/09	08/09	09/09	10/09	11/09
2ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	FERIADO	Leite c/ flocos de milho	Leite c/ chocolate Rosquinha	Vitamina de frutas Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate Biscoito sequinhos
Almoço		Frango c/ cenoura, arroz e feijão, salada de tomate	Carne c/ mandioca, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Feijoadina (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Macarrão c/ almôndegas ao molho de vagem, salada de pepino, fruta
Data	14/09	15/09	16/09	17/09	18/09
3ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Vitamina de frutas Biscoito salgado	Leite c/ flocos de milho	Leite c/ chocolate Rosquinha	Vitamina de frutas Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate Biscoito sequinhos
Almoço	Frango c/ chuchu, arroz e feijão, salada de tomate	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de alface	Empanado de peixe c/ purê de mandioquinha, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Carne c/ cara, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de berinjela, salada de repolho, fruta
Data	21/09	22/09	23/09	24/09	25/09
4ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Vitamina de frutas Biscoito salgado	Leite c/ flocos de milho	Leite c/ chocolate Rosquinha	Vitamina de frutas Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate Biscoito sequinhos
Almoço	Carne c/ inhame, arroz e feijão, salada de tomate	Frango c/ abóbora, arroz e feijão, salada de acelga	Lombo suíno, virado de couve, arroz e feijão preto, fruta	Omelete c/ cenoura, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Macarrão c/ carne moída ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528 e Andreza Silva CRN 48958

Avenida Sandra Maria, 66 - Jardim das Belezas / Tel: 4184-7716 / E-mail: alimentacaoescolar@educarapicuiiba.sp.gov.br

CARDÁPIO 4

EMEI PARCIAL (4 E 5 ANOS)

SETEMBRO DE 2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Data	28/09	29/09	30/09	01/10	02/10
5ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira		Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Vitamina de frutas Biscoito salgado	Leite c/ flocos de milho	Leite c/ chocolate Rosquinha	Vitamina de frutas Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate Biscoito sequinhos
Almoço	Carne c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate	Frango c/ mandioca, arroz e feijão, salada de alface	Peixe c/ alho-poró, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Carne moída c/ polenta, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta

Informação Nutricional (média semanal)*				
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)
1ª Semana	430	15	64	15
2ª Semana	432	15	66	16
3ª Semana	431	15	65	15
4ª Semana	431	15	65	15
5ª Semana	432	15	66	16

O cálculo do valor nutricional do cardápio foi realizado com base nas porções recomendadas para cada faixa etária e no período em que as crianças permanecem na escola, atendendo assim, as exigências do Programa Nacional da Alimentação Escolar (Resolução N° 04 de março de 2026).

Orientações para o Cardápio

1. O uso do açúcar de adição não deve ultrapassar 7% das necessidades diárias do aluno, conforme especificado na F.T. da preparação;
2. O extrato de tomate deverá ser utilizado exclusivamente nas preparações descritas como "ao molho".
3. Nas preparações à base de carne bovina, frango ou peixe, utilizar legumes para proporcionar cor, sabor e valor nutricional.
4. Evitar o uso excessivo de sal e óleo nas preparações.
5. Uso de açúcar deve ser de acordo com a Ficha técnica da preparação;
6. Preparar a quantidade adequada de alimentos, de modo a evitar desperdícios.
7. Informar ao DEPAE qualquer alteração na quantidade de alunos atendidos.
8. Os itens de hortifrúti poderão sofrer alterações em função da sazonalidade e da disponibilidade dos produtos.
9. O cardápio poderá ser alterado em razão de intercorrências ou necessidades operacionais.

Laura Santos
Nutricionista
CRN- 3 n° 25528

Andreza Silva
NUTRICIONISTA
CRN 48958

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528 e Andreza Silva CRN 48958

Avenida Sandra Maria, 66 - Jardim das Belezas / Tel: 4184-7716 / E-mail: alimentacaoescolar@educarapicuiiba.sp.gov.br