

CARDÁPIO 8.1
EMEI PARCIAL (4 a 5 anos)
AGOSTO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

	MANHÃ			TARDE	
Semana 1	Desjejum	Almoço		Lanche	Jantar
03/08 Segunda-feira	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta		Vitamina de frutas Ovo mexido	Carne c/ legumes, arroz e feijão
04/08 Terça-feira	Leite c/ cacau Biscoito de arroz c/ geleia caseira	Carne c/ mandioca, arroz e feijão, salada de alface, fruta		Vitamina de frutas Biscoito caseiro	Macarrão c/ frango ao molho de legumes
05/08 Quarta-feira	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Peixe c/ purê de abóbora, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta		Vitamina de frutas Biscoito de polvilho	Carne c/ cenoura, arroz e feijão
06/08 Quinta-feira	Leite c/ cacau Ovo mexido	Carne c/ chuchu, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta		Vitamina de frutas Biscoito de arroz c/ geleia caseira	Frango c/ legumes, arroz c/ ervilhas
07/08 Sexta-feira	Leite c/ cacau Biscoito caseiro	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta		Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Peixe c/ batata, arroz e feijão
Semana 2	Desjejum	Almoço		Lanche	Jantar
10/08 Segunda-feira	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Carne c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta		Vitamina de frutas Ovo mexido	Frango c/ cenoura, arroz e feijão
11/08 Terça-feira	Leite c/ cacau Biscoito de arroz c/ geleia caseira	Frango c/ ervilha torta, arroz e feijão, salada de acelga, fruta		Vitamina de frutas Biscoito caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de legumes
12/08 Quarta-feira	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Feijoada (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta		Vitamina de frutas Biscoito de polvilho	Frango c/ legumes, arroz e feijão
13/08 Quinta-feira	Leite c/ cacau Ovo mexido	Frango c/ creme de espinafre, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta		Vitamina de frutas Biscoito de arroz c/ geleia caseira	Carne c/ polenta, arroz e feijão
14/08 Sexta-feira	Leite c/ cacau Biscoito caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de pepino, fruta		Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Frango c/ batata, arroz e feijão

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

CARDÁPIO 8.1
EMEI PARCIAL (4 a 5 anos)
AGOSTO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço		Lanche	Jantar
17/08 Segunda-feira	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Frango c/ cenoura, arroz e feijão, salada de tomate, fruta		Vitamina de frutas Ovo mexido	Carne suína refogada, farofa c/ legumes, arroz e feijão preto
18/08 Terça-feira	Leite c/ cacau Biscoito de arroz c/ geleia caseira	Carne c/ cará, arroz e feijão, salada de alface, fruta		Vitamina de frutas Biscoito caseiro	Macarrão c/ frango ao molho de legumes
19/08 Quarta-feira	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Peixe c/ purê de mandioquinha, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta		Vitamina de frutas Biscoito de polvilho	Carne c/ polenta, arroz e feijão
20/08 Quinta-feira	Leite c/ cacau Ovo mexido	Carne c/ batata, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta		Vitamina de frutas Biscoito de arroz c/ geleia caseira	Frango c/ chuchu, arroz e feijão
21/08 Sexta-feira	Leite c/ cacau Biscoito caseiro	Macarrão c/ frango ao molho de berinjela, salada de repolho, fruta		Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Peixe c/ batata, arroz e feijão
Semana 4					
24/08 Segunda-feira	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta		Vitamina de frutas Ovo mexido	Escondidinho de Frango, arroz e feijão
25/08 Terça-feira	Leite c/ cacau Biscoito de arroz c/ geleia caseira	Frango c/ inhame, arroz e feijão, salada de acelga, fruta		Vitamina de frutas Biscoito caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de legumes
26/08 Quarta-feira	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta		Vitamina de frutas Biscoito de polvilho	Frango c/ legumes, arroz e feijão
27/08 Quinta-feira	Leite c/ cacau Ovo mexido	Bobó de frango (mandioca), arroz e feijão, salada de Couve-flor, fruta		Vitamina de frutas Biscoito de arroz c/ geleia caseira	Carne c/ batata, arroz e feijão
28/08 Sexta-feira	Leite c/ cacau Biscoito caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta		Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Frango c/ cenoura, arroz e feijão

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

CARDÁPIO 8.1

EMEI PARCIAL (4 a 5 anos)

AGOSTO/2026



**CIDADE DE
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

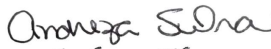
Informação Nutricional (média semanal)*					Informação Nutricional (média semanal)*				
MANHÃ					TARDE				
Energia (Kcal)	PTN (g)	CHO (g)	LIP (g)		Energia (Kcal)	PTN (g)	CHO (g)	LIP (g)	
1	430	15	65	15	420	13	62	14	
2	428	15	64	14	418	13	60	13	
3	425	15	63	13	415	13	61	14	
4	427	15	64	13	417	13	62	13	

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. Não adicionar açúcar às preparações, incluindo sucos, vitaminas, leite com cacau, bolos, biscoitos e geleias.
2. O leite de vaca poderá ser substituído por **leite materno**, desde que sejam rigorosamente observadas as orientações de higiene para ordenha, transporte e armazenamento.
3. Nas preparações descritas com a indicação de "legumes", deverão ser utilizados os legumes variados adquiridos para o atendimento da semana.
4. O extrato de tomate deverá ser utilizado exclusivamente nas preparações descritas como "ao molho".
5. Nas preparações à base de carne bovina, frango ou peixe, utilizar legumes para proporcionar cor, sabor e valor nutricional.
6. Evitar o uso excessivo de sal e óleo nas preparações.
7. Preparar a quantidade adequada de alimentos, de modo a evitar desperdícios.
8. Informar ao DEPAE qualquer alteração na quantidade de alunos atendidos.
9. Os itens de hortifrúti poderão sofrer alterações em função da sazonalidade e da disponibilidade dos produtos.
10. 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 Santos CRN 48958

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

