

CARDÁPIO 4
EMEI (4 anos a 5 anos)
FEVEREIRO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Data	02/02	03/02	04/02	05/02	06/02
1ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Recesso	Recesso	Parada Pedagógica	Parada Pedagógica	Leite c/ chocolate Biscoito
Almoço					Macarrão c/ carne moída ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta
Data	09/02	10/02	11/02	12/02	13/02
2ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ chocolate Biscoito	Leite c/ Flocos de milho	Salada de frutas c/ leite em pó	Vitamina de fruta Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate Biscoito
Almoço	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate	Carne c/cenoura, arroz e feijão, salada de alface	Peixe c/ purê de batata, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Carne em iscas c/ chuchu, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de berinjela, salada de pepino, fruta
Data	16/02	17/02	18/02	19/02	20/02
3ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Ponto facultativo	Ponto facultativo	Leite c/ chocolate Biscoito	Leite c/ Flocos de milho	Leite c/ chocolate Biscoito
Almoço			Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, fruta	Frango c/ cenoura, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de repolho, fruta
Data	23/02	24/02	25/02	26/02	27/02
4ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ chocolate Biscoito	Leite c/ Flocos de milho	Salada de frutas c/ leite em pó	Vitamina de fruta Pão c/ manteiga	Leite c/ chocolate Biscoito
Almoço	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate	Frango c/ creme de espinafre, arroz e feijão, salada de acelga	Peixe c/ alho-poró, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Carne moída c/ batata-doce, arroz e feijão, salada de couve flor, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta

CARDÁPIO 4
EMEI (4 anos a 5 anos)
FEVEREIRO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Informação Nutricional (média semanal)*				
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)
1° Semana	430	15	63	15
2ª Semana	426	15	62	15
3ª Semana	432	15	61	15
4ª Semana	429	15	63	15

Orientações para Cardápio

1. O extrato de tomate deve ser utilizado nas preparações descritas: “ao molho”;
2. Em preparações com carne, frango e peixe utilizar legumes para dar cor e sabor;
3. Não utilizar sal, óleo e açúcar em excesso;
4. Informar ao DEPAE qualquer alteração na quantidade de alunos;
5. Faça a quantidade certa de alimentos, evitando assim o desperdício;
6. Os itens de Hortifrutis poderão sofrer alterações conforme sazonalidade;
7. Cardápio poderá sofrer modificações, conforme intercorrências.


Laura Santos
Nutricionista
CRN- 3 nº 25528


Andreza Silva
NUTRICIONISTA
CRN 48958

CARDÁPIO 4
EMEI (4 anos a 5 anos)
FEVEREIRO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO