

# CARDÁPIO 4

## EMEI (4 anos a 5 anos)

### ABRIL/2026



Data	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
1ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ chocolate Biscoito	Leite c/ Flocos de milho	Vitamina de fruta Biscoito	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>
Almoço	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada	Macarrão c/ carne moída ao molho de berinjela, salada de pepino, fruta		
Data	06/04	07/04	08/04	09/04	10/04
2ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ chocolate Biscoito	Leite c/ Flocos de milho	Vitamina de fruta Biscoito	Leite c/ chocolate Pão c/ manteiga	Vitamina de fruta Biscoito
Almoço	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate	Frango c/ Inhame, arroz e feijão, salada de acelga	Peixe c/ purê de mandioquinha, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Omelete de forno c/ cenoura, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta
Data	13/04	14/04	15/04	16/04	17/04
3ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ chocolate Biscoito	Leite c/ Flocos de milho	Vitamina de fruta Biscoito	Leite c/ chocolate Pão c/ manteiga	Vitamina de fruta Biscoito
Almoço	Frango c/ chuchu, arroz e feijão, salada de tomate	Carne c/ cenoura, arroz e feijão, salada de alface	Lombo suíno assado, virado de couve, arroz e feijão, Salada de vinagrete, fruta	Frango c/ quiabo, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de pepino, fruta
Data	20/04	21/04	22/04	23/04	24/04
4ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	Leite c/ chocolate Biscoito	Leite c/ Flocos de milho	Vitamina de fruta Biscoito
Almoço			Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate	Peixe c/ purê de abóbora, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de brócolis, salada de repolho, fruta
Data	27/04	28/04	29/04	30/04	01/05
5ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira

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

**CARDÁPIO 4**  
**EMEI (4 anos a 5 anos)**  
**ABRIL/2026**



<b>Entrada</b> Manhã/Tarde	Leite c/ chocolate Biscoito	Leite c/ Flocos de milho	Vitamina de fruta Biscoito	Leite c/ chocolate Pão c/ manteiga	<b>FERIADO</b>
<b>Almoço</b>	Frango c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate	Lagarto recheado c/ cenoura, arroz e feijão, salada de alface	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Macarrão c/ carne moída ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta	

**Informação Nutricional (média semanal)\***

	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Proteína (g)</b>	<b>Carboidrato (g)</b>	<b>Lipídio (g)</b>
<b>1° Semana</b>	<b>430</b>	<b>15</b>	<b>66</b>	<b>15</b>
<b>2° Semana</b>	<b>426</b>	<b>15</b>	<b>64</b>	<b>15</b>
<b>3° Semana</b>	<b>432</b>	<b>15</b>	<b>66</b>	<b>16</b>
<b>4° Semana</b>	<b>431</b>	<b>15</b>	<b>65</b>	<b>16</b>
<b>5° Semana</b>	<b>429</b>	<b>15</b>	<b>66</b>	<b>15</b>

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 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.

*Andreza Silva*  
**Andreza Silva**  
 NUTRICIONISTA  
 CRN 48958

*Laura Santos*  
**Laura Santos**  
 Nutricionista  
 CRN- 3 n° 25528

**CARDÁPIO 4**  
**EMEI (4 anos a 5 anos)**  
**ABRIL/2026**



**CIDADE DE**  
**CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE  
EDUCAÇÃO