

# CARDÁPIO 8 - ESCOLAS MISTAS

## EMEI (4 à 5 anos)

### ABRIL/2026



CIDADE DE  
**CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE  
EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço		Lanche	Jantar
<b>30/03</b> Segunda-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta		Creme de abacate c/ banana	Carne moída c/ legumes, arroz e feijão
<b>31/03</b> Terça-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Ovo mexido	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta		Salada de frutas c/ leite em pó	Macarrão c/frango ao molho de legumes e ervilhas
<b>01/04</b> Quarta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de arroz c/ geleia diet	Macarrão c/ carne moída ao molho de berinjela, Salada de pepino, fruta		Vitamina de frutas Biscoito	Frango c/ cenoura, arroz e feijão
<b>02/04</b> Quinta-feira	<b>FERIADO</b>				
<b>03/04</b> Sexta-feira	<b>FERIADO</b>				
Semana 2	Desjejum	Almoço		Lanche	Jantar
<b>06/04</b> Segunda-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta		Creme de mamão c/ banana	Carne Suína c/legumes, arroz e feijão
<b>07/04</b> Terça-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Frango c/Inhame, arroz e feijão, salada de acelga, fruta		Salada de frutas c/ leite em pó	Macarrão c/ carne ao molho de legumes e lentilhas
<b>08/04</b> Quarta-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Biscoito de arroz c/ geleia diet	Peixe c/ purê de mandioquinha, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta		Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ manteiga	Carne c/ legumes, arroz e feijão
<b>09/04</b> Quinta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Carne c/ cenoura, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta		Vitamina de fruta Biscoito	Frango c/ legumes, arroz e feijão
<b>10/04</b> Sexta-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta		Vitamina de fruta Batata doce	Peixe c/ batata, arroz e feijão

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

# CARDÁPIO 8 - ESCOLAS MISTAS

## EMEI (4 à 5 anos)

### ABRIL/2026



CIDADE DE  
**CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE  
EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço		Desjejum	Almoço
13/04 Segunda-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Frango c/ chuchu, arroz e feijão, salada de tomate, fruta		Creme de manga c/ banana	Carne c/ legumes, arroz e feijão
14/04 Terça-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Carne c/ creme de espinafre, arroz e feijão, salada de alface, fruta		Salada de frutas c/ leite em pó	Macarrão c/ frango ao molho de legumes
15/04 Quarta-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Biscoito de arroz c/ geleia diet	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta		Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ manteiga	Frango c/ cenoura, arroz e feijão
16/04 Quinta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Frango c/ quiabo, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta		Vitamina de fruta Biscoito	Carne c/ polenta, arroz e feijão
17/04 Sexta-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de pepino, fruta		Vitamina de fruta Batata doce	Frango c/ batata, arroz e feijão
Semana 4	Desjejum	Almoço		Desjejum	Almoço
20/04 Segunda-feira			<b>FERIADO</b>		
21/04 Terça-feira			<b>FERIADO</b>		
22/04 Quarta-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Carne c/ legumes, arroz e feijão, salada de tomate, fruta		Vitamina de fruta Biscoito	Macarrão c/ frango ao molho de legumes
23/04 Quinta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Peixe c/ purê de abóbora, arroz e feijão, salada de acelga, fruta		Vitamina de frutas Batata doce	Carne suína c/ legumes, arroz e feijão
24/04 Sexta-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Biscoito de arroz c/ geleia diet	Macarrão c/ frango ao molho de brócolis, salada de repolho, fruta		Vitamina de frutas Biscoito	Carne c/ batata, arroz e feijão

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

# CARDÁPIO 8 - ESCOLAS MISTAS

EMEI (4 à 5 anos)

ABRIL/2026



**CIDADE DE  
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE  
EDUCAÇÃO

Semana 5	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
<b>27/04</b> Segunda-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Frango c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Creme de abacate c/ banana	Peixe c/ legumes, arroz e feijão
<b>28/04</b> Terça-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Carne c/ cenoura, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Salada de frutas c/ leite em pó	Macarrão c/ frango ao molho de legumes
<b>29/04</b> Quarta-feira	Leite integral (ou Leite Materno) Biscoito de arroz c/ geleia diet	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Suco de frutas Bisnaguinha c/ manteiga	Escondidinho de carne, arroz e feijão
<b>30/04</b> Quinta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta	Vitamina de frutas Biscoito	Frango c/ polenta, arroz e feijão
<b>01/05</b> Sexta-feira	<b>FERIADO</b>			

## MANHÃ

<b>Informação Nutricional (média semanal)*</b>				
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)
1° Semana	430,00	15,00	66,00	15,00
2° Semana	432,0	15,0	65,0	16,0
3° Semana	428,0	15,0	66,0	15,0
4° Semana	429,0	15,0	65,0	15,0
5° Semana	430,0	15,0	66,0	15,0

## TARDE

<b>Informação Nutricional (média semanal)*</b>				
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)
1° Semana	419,00	14,00	65,00	14,00
2° Semana	420,0	14,0	64,0	15,0
3° Semana	421,0	14,0	65,0	14,0
4° Semana	419,0	14,0	64,0	14,0
5° Semana	420,0	14,0	65,0	14,0

calculado 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 Nº 04, de 08 de março de 2026).

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](mailto:alimentacaoescolar@educacarapicuiiba.sp.gov.br)

# CARDÁPIO 8 - ESCOLAS MISTAS

EMEI (4 à 5 anos)

ABRIL/2026



CIDADE DE  
**CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE  
EDUCAÇÃO

## Orientações para o Cardápio

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

modificações, conforme intercorrências;

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

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

8. Cardápio poderá sofrer

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