



CARDÁPIO: PRÉ-ESCOLA
MODALIDADE: ENSINO INFANTIL/ FAIXA ETÁRIA: 4 A 5 ANOS
PERÍODO: INTEGRAL

Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA CRN3 81665
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMRC SP

ENSINO INFANTIL

SEMANA: 1

jun/26

REFEIÇÃO	HORÁRIO	2ª FEIRA 1	3ª FEIRA 2	4ª FEIRA 3	5ª FEIRA 4	6ª FEIRA 5			
CAFÉ DA MANHÃ	DEFINIDO PELA ESCOLA	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Leite integral, mamão ou leite batido c/ mamão	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	FERIADO	PONTO FACULTATIVO			
ALMOÇO	DEFINIDO PELA ESCOLA	Arroz, feijão, carne em cubos c/ batata, salada de alface c/ tomate	Arroz, feijão, frango refogado, salada de abobrinha/ cenoura e cebolinha	Arroz, feijão, carne moída c/ salsinha, salada de acelga	FERIADO	PONTO FACULTATIVO			
LANCHE DA TARDE	DEFINIDO PELA ESCOLA	Banana	Maçã	Mamão	FERIADO	PONTO FACULTATIVO			
REFEIÇÃO TARDE	DEFINIDO PELA ESCOLA	Polenta, carne moída ao molo, salada de acelga	Sopa de mandioca c/ cenoura, carne em cubos e cebolinha	Risoto de frango c/ cenoura, abobrinha e cebolinha, salada de tomate	FERIADO	PONTO FACULTATIVO			
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
			1166	155g	55g				
			53%	19%	29%				

Qualidade do cardápio IQ COSAN:

0 a 45,9 - INADEQUADO
46 a 75,9 - PRECISA MELHORAR
76 a 95 – ADEQUADO

NOTA: 82

ORIENTAÇÕES:

- 1- Deverá ser oferecido o mesmo cardápio em todos os turnos (manhã, tarde e noite);
- 2- A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 3- O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 4- Ocasionalmente o cardápio poderá sofrer alterações devido a problemas c/ fornecedores, safra ou condições climáticas;
- 5- Nas preparações refogadas, não colocar molho;
- 6- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução



CARDÁPIO: PRÉ-ESCOLA
MODALIDADE: ENSINO INFANTIL/ FAIXA ETÁRIA: 4 A 5 ANOS
PERÍODO: INTEGRAL

Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA CRN3 81665
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMRC SP

ENSINO INFANTIL

SEMANA: 2

jun/26

REFEIÇÃO	HORÁRIO	2ª FEIRA 8	3ª FEIRA 9	4ª FEIRA 10	5ª FEIRA 11	6ª FEIRA 12
CAFÉ DA MANHÃ	DEFINIDO PELA ESCOLA	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Leite integral, banana ou leite batido c/ banana	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Leite integral, maçã	Leite integral, mamão ou leite batido c/ mamão
ALMOÇO	DEFINIDO PELA ESCOLA	Arroz, feijão, estrogonofe de carne, mandioca refogada	Arroz, feijão, ovos mexidos c/ cenoura e cebolinha, salada de alface	Arroz, feijão, frango refogado, creme de milho, salada de tomate	Arroz, feijão, carne moída c/ salsinha, salada de beterraba	Arroz, feijão, almôndegas ao molho, salada de couve
LANCHE DA TARDE	DEFINIDO PELA ESCOLA	Mamão	Maçã	Mexerica	Mamão	Mexerica
REFEIÇÃO TARDE	DEFINIDO PELA ESCOLA	Sopa de macarrão c/ caldo de feijão, frango, batata, cenoura e cebolinha	Polenta, carne moída ao molho, salada de repolho	Macarrão, almôndegas bovina ao molho, salada de couve	Sopa ou caldo de mandioca c/ carne em íscas, cenoura e salsinha	Sopa de macarrão c/ frango, cenoura, chuchu, batata e cebolinha

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	1119 Kcal	146g 52%	56g 20%	37g 30%	299mg	53mg	344mg	8mg

Qualidade do cardápio IQ COSAN:

0 a 45,9 - INADEQUADO
46 a 75,9 - PRECISA MELHORAR
76 a 95 – ADEQUADO

NOTA: 80

ORIENTAÇÕES:

- 1- Deverá ser oferecido o mesmo cardápio em todos os turnos (manhã, tarde e noite);
- 2- A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 3- O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 4- Ocasionalmente o cardápio poderá sofrer alterações devido a problemas c/ fornecedores, safra ou condições climáticas;
- 5- Nas preparações refogadas, não colocar molho;
- 6- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução



CARDÁPIO: PRÉ-ESCOLA
MODALIDADE: ENSINO INFANTIL/ FAIXA ETÁRIA: 4 A 5 ANOS
PERÍODO: INTEGRAL

Dra. Daniele Karina Coenca Alves Pimenta
Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA CRN3 81665
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMRC SP

ENSINO INFANTIL

SEMANA: 3

jun/26

REFEIÇÃO	HORÁRIO	2ª FEIRA 15	3ª FEIRA 16	4ª FEIRA 17	5ª FEIRA 18	6ª FEIRA 19			
CAFÉ DA MANHÃ	DEFINIDO PELA ESCOLA	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Leite integral, mamão ou leite batido c/ mamão	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Leite integral, banana ou leite batido c/ banana	Leite integral, melão			
ALMOÇO	DEFINIDO PELA ESCOLA	Arroz, feijão, frango refogado, salada de beterraba	Arroz, feijão, carne em cubos, salada de alface	Arroz, feijão, carne moída c/ cenoura e salsinha, salada de repolho	Arroz, feijão, carne em íscas c/ cebolinha, salada de tomate	Arroz, feijão, sobrecoxa refogada, purê de mandioquinha c/ cebolinha			
LANCHE DA TARDE	DEFINIDO PELA ESCOLA	Banana	Melão	Mamão	Maçã	Mamão			
REFEIÇÃO TARDE	DEFINIDO PELA ESCOLA	Sopa de macarrão c/ carne em íscas, mandioquinha, cenoura, abobrinha e cebolinha	Canja (sopa de arroz c/ frango, batata, cenoura, abobrinha e cebolinha)	Risoto de frango c/ cenoura, abobrinha e cebolinha, salada de beterraba	Polenta, carne em cubos ao molho, salada de repolho	Macarrão, carne moída ao molho, salada de couve			
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
			811 Kcal	138g	44g				
			68%	22%	29%				

Qualidade do cardápio IQ COSAN:

0 a 45,9 - INADEQUADO
46 a 75,9 - PRECISA MELHORAR
76 a 95 – ADEQUADO

NOTA: 84

ORIENTAÇÕES:

- 1- Deverá ser oferecido o mesmo cardápio em todos os turnos (manhã, tarde e noite);
- 2- A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 3- O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 4- Ocasionalmente o cardápio poderá sofrer alterações devido a problemas c/ fornecedores, safra ou condições climáticas;
- 5- Nas preparações refogadas, não colocar molho;
- 6- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução



CARDÁPIO: PRÉ-ESCOLA
MODALIDADE: ENSINO INFANTIL/ FAIXA ETÁRIA: 4 A 5 ANOS
PERÍODO: INTEGRAL

Dra. Daniele Karina Coenca Alves Pimenta
Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA CRN3 81665
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMRC SP

ENSINO INFANTIL

SEMANA: 4

jun/26

REFEIÇÃO	HORÁRIO	2ª FEIRA 22	3ª FEIRA 23	4ª FEIRA 24	5ª FEIRA 25	6ª FEIRA 26
CAFÉ DA MANHÃ	DEFINIDO PELA ESCOLA	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Leite integral, banana ou leite batido c/ banana	FERIADO	Leite integral, mamão ou leite batido c/ mamão	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado
ALMOÇO	DEFINIDO PELA ESCOLA	Arroz, feijão, carne em cubos c/ batata, salada de tomate	Arroz, feijão, carne em íscas refogada c/ salsinha e abóbora ou purê de abóbora, salada de repolho	FERIADO	Arroz, feijão, frango refogado c/ salsinha, creme de milho	Arroz, feijão, carne moída c/ salsinha, chuchu refogado
LANCHE DA TARDE	DEFINIDO PELA ESCOLA	Banana	Abacaxi	FERIADO	Abacaxi	Mamão
REFEIÇÃO TARDE	DEFINIDO PELA ESCOLA	Macarrão, frango ao molho, salada de cenoura	Risoto de carne moída c/ cenoura, ervilha, abobrinha e tomate, salada de repolho	FERIADO	Caldo de abóbora c/ carne em cubos, batata, tomate e cebolinha	Sopa de macarrão c/ carne em íscas, cenoura, batata, abobrinha e cebolinha

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	725 Kcal	116g 64%	43g 24%	22g 28%	347mg	92mg	217mg	8mg

Qualidade do cardápio IQ COSAN:
0 a 45,9 - INADEQUADO
46 a 75,9 - PRECISA MELHORAR
76 a 95 – ADEQUADO

NOTA: 78

ORIENTAÇÕES:

- 1- Deverá ser oferecido o mesmo cardápio em todos os turnos (manhã, tarde e noite);
- 2- A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 3- O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 4- Ocasionalmente o cardápio poderá sofrer alterações devido a problemas c/ fornecedores, safra ou condições climáticas;
- 5- Nas preparações refogadas, não colocar molho;
- 6- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução



CARDÁPIO: PRÉ-ESCOLA
MODALIDADE: ENSINO INFANTIL/ FAIXA ETÁRIA: 4 A 5 ANOS
PERÍODO: INTEGRAL

Dra. Daniele Karina Coenca Alves Pimenta
Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA CRN3 81665
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMRC SP

ENSINO INFANTIL

SEMANA: 5

29/06 A 03/07/2026

REFEIÇÃO	HORÁRIO	2ª FEIRA 29	3ª FEIRA 30	4ª FEIRA 1	5ª FEIRA 2	6ª FEIRA 3			
CAFÉ DA MANHÃ	DEFINIDO PELA ESCOLA	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Leite integral, banana ou leite batido c/ banana	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Leite integral, mamão ou leite batido c/ mamão	Leite integral, maçã			
ALMOÇO	DEFINIDO PELA ESCOLA	Arroz, feijão, escondidinho de carne moída c/ purê de batata, salada de cenoura	Arroz, feijão, ovos mexidos c/ cenoura e cebolinha, salada de alface	Arroz, frango refogado, creme de milho, salada de couve	Arroz, feijão, carne em íscas, cenoura e brócolis refogados	Arroz, feijão, carne em cubos c/ mandioca e cebolinha			
LANCHE DA TARDE	DEFINIDO PELA ESCOLA	Melancia	Mamão	Banana	Melancia	Mamão			
REFEIÇÃO TARDE	DEFINIDO PELA ESCOLA	Risoto de frango c/ cenoura, abobrinha e cebolinha, salada de tomate	Polenta, carne em íscas ao molho, salada de couve	Caldo ou sopa de mandioca c/ carne em cubos, cenoura e cebolinha	Canja (sopa de arroz c/ frango, batata, cenoura, abobrinha e cebolinha)	Macarrão, carne moída ao molho, brócolis refogado			
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		962 Kcal	145g 60%	56g 23%	32g 30%	520mg	126mg	301mg	10mg

Qualidade do cardápio IQ COSAN:
0 a 45,9 - INADEQUADO
46 a 75,9 - PRECISA MELHORAR
76 a 95 – ADEQUADO

NOTA: 85

ORIENTAÇÕES:

- 1- Deverá ser oferecido o mesmo cardápio em todos os turnos (manhã, tarde e noite);
- 2- A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 3- O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 4- Ocasionalmente o cardápio poderá sofrer alterações devido a problemas c/ fornecedores, safra ou condições climáticas;
- 5- Nas preparações refogadas, não colocar molho;
- 6- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução