

O TRABALHO NÃO PARA NA EDUCAÇÃO

A Prefeitura de Santo André traz
transparência até na hora da
alimentação dos seus filhos.



TIPO DE ENSINO
CRECHE: 2 ANOS
PRÉ-ESCOLAR: DE 3 A 4 ANOS

PROGRAMA MERENDA LEGAL

MERENDA DE QUALIDADE PARA
AS NOSSAS CRIANÇAS

Dúvidas ou sugestões

Conselho alimentar escolar:
cae@santoandre.sp.gov.br



CARDÁPIO
DE 01/04 A
03/05/2024

TIPO DE CARDÁPIO
CRECHE

CARDÁPIO DE
01 a 05/04/2024

TIPO DE ENSINO: CRECHE 2 ANOS E PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 4 ANOS
(INTEGRAL 70% E SEMI 30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 01/04/2024	3ª FEIRA 02/04/2024	4ª FEIRA 03/04/2024	5ª FEIRA 04/04/2024	6ª FEIRA 05/04/2024
DESJEJUM (Horário: 7h30 às 8h30)	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá
	Biscoito de polvilho	Biscoito de polvilho	Biscoito de polvilho	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos
ALMOÇO (Horário: 11h às 12h)	Salada de acelga Arroz/Feijão Tiras de carne com mandioquinha Melancia	Salada de tomate Arroz/Feijão Carne moída com abóbora e chuchu Abacaxi	Salada de mostarda Arroz/Feijão preto Cubos de pernil com abóbora Maçã	Salada de alface Arroz/Feijão Cubos de carne com inhame Caqui	Salada de pepino Arroz/Feijão Carne moída com cenoura e vagem Banana
	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá	Leite integral batido com banana e beterraba
LANCHE DA TARDE (Horário: 14h às 14h30)	Biscoito de polvilho	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Biscoito de polvilho	Fatias de batata doce cozida
	Sopa de carne com feijão, abóbora, chuchu, mandioquinha e escarola Maçã	Arroz/Feijão Carne moída com cenoura e chuchu Melancia	Sopa de carne com arroz, abóbora, mandioquinha e couve Abacaxi	Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura Banana	Sopa de carne com feijão, abobrinha, cenoura, chuchu e mandioquinha Caqui

Composição Nutricional	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípídeo (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal 2 a 4 anos integral	997,82	143,25	47,79	28,05	439,61	80,64	475,52	5,72

- Cardápio sujeito à alteração.
- Valores nutricionais de acordo com cardápio planejado.
- Referências: Energia: Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio: Organização Mundial da Saúde (OMS), 2004 e 2007; Vitamina C: Dietary Reference Intakes, 2000; Vitamina A e Ferro: Dietary Reference Intakes, 2001; Cálcio: Dietary Reference Intakes, 2011.
- Horário sugerido das refeições.


Simone de Cássia Barbosa - CRN-3 8482
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
CRECHE

CARDÁPIO DE
09 a 12/04/2024

TIPO DE ENSINO: CRECHE 2 ANOS E PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 4 ANOS
(INTEGRAL 70% E SEMI 30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 08/04/2024	3ª FEIRA 09/04/2024	4ª FEIRA 10/04/2024	5ª FEIRA 11/04/2024	6ª FEIRA 12/04/2024
DESJEJUM (Horário: 7h30 às 8h30)	FERIADO	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá
		Ovos mexidos	Pãozinho de batata com manteiga	Pãozinho de batata com manteiga	Ovos mexidos
ALMOÇO (Horário: 11h às 12h)		Salada de tomate Arroz/Feijão preto Cubos de pernil com vagem Abacaxi	Salada de rúcula Arroz/Feijão Cubos de carne com cenoura Maçã	Salada de alface Arroz/Feijão Tiras de carne com mandioquinha Kiwi	Salada de pepino Arroz/Feijão Cubos de carne com chuchu Banana
		LANCHE DA TARDE (Horário: 14h às 14h30)	Leite integral puro Banana	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá
Biscoito de polvilho			Ovos mexidos	Biscoito de polvilho	Fatias de batata doce cozida
JANTAR (Horário: 16h às 17h)		Sopa de carne com fubá, abóbora, batata, cará e couve Maçã	Sopa de carne com arroz, abóbora, cará, mandioquinha e couve Abacaxi	Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura Banana	Sopa de carne com ervilha, abóbora, batata, chuchu e escarola Kiwi

Composição Nutricional	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal 2 a 4 anos integral	954,40	134,07	47,37	27,34	215,97	89,01	453,41	5,72

- Cardápio sujeito à alteração.
- Valores nutricionais de acordo com cardápio planejado.
- Referências: Energia: Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio: Organização Mundial da Saúde (OMS), 2004 e 2007; Vitamina C: Dietary Reference Intakes, 2000; Vitamina A e Ferro: Dietary Reference Intakes, 2001; Cálcio: Dietary Reference Intakes, 2011.
- Horário sugerido das refeições.

Simone de Cássia Barbosa - CRN-3 8482
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
CRECHE

CARDÁPIO DE
15 a 19/04/2024

TIPO DE ENSINO: CRECHE 2 ANOS E PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 4 ANOS
(INTEGRAL 70% E SEMI 30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 15/04/2024	3ª FEIRA 16/04/2024	4ª FEIRA 17/04/2024	5ª FEIRA 18/04/2024	6ª FEIRA 19/04/2024
DESJEJUM (Horário: 7h30 às 8h30)	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá
	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Pãozinho de batata com manteiga	Pãozinho de batata com manteiga	Ovos mexidos
ALMOÇO (Horário: 11h às 12h)	Salada de acelga Arroz/Feijão Carne moída com cenoura e chuchu Mamão	Salada de tomate Arroz/Feijão Carne moída com abóbora e chuchu Abacaxi	Salada de mostarda Arroz/Feijão Cubos de carne com inhame Maçã	Salada de alface Arroz/Feijão Tiras de carne com mandioquinha Caqui	Salada de pepino Arroz/Feijão Carne moída com cenoura e vagem Banana
	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá	Leite integral batido com banana e beterraba
LANCHE DA TARDE (Horário: 14h às 14h30)	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Biscoito de polvilho	Fatias de batata doce cozida
	Sopa de carne com feijão, abobrinha, cenoura, chuchu e mandioquinha Maçã	Arroz/Feijão Tiras de carne com batata doce Mamão	Sopa de carne com arroz, abóbora, cará, mandioquinha e couve Abacaxi	Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura Banana	Sopa de carne com lentilha, abóbora, cará e vagem Caqui

Composição Nutricional	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípideo (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal 2 a 4 anos integral	994,21	142,62	48,40	27,65	414,22	82,19	470,83	5,82

- Cardápio sujeito à alteração.
- Valores nutricionais de acordo com cardápio planejado.
- Referências: Energia: Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio: Organização Mundial da Saúde (OMS), 2004 e 2007; Vitamina C: Dietary Reference Intakes, 2000; Vitamina A e Ferro: Dietary Reference Intakes, 2001; Cálcio: Dietary Reference Intakes, 2011.
- Horário sugerido das refeições.

Simone de Cássia Barbosa - CRN-3 8482
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
CRECHE

CARDÁPIO DE
22 a 26/04/2024

TIPO DE ENSINO: CRECHE 2 ANOS E PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 4 ANOS
(INTEGRAL 70% E SEMI 30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 22/04/2024	3ª FEIRA 23/04/2024	4ª FEIRA 24/04/2024	5ª FEIRA 25/04/2024	6ª FEIRA 26/04/2024
DESJEJUM (Horário: 7h30 às 8h30)	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá
	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos
ALMOÇO (Horário: 11h às 12h)	Salada de repolho ao vinagrete Arroz/Feijão Carne moída com abóbora e chuchu Mamão	Salada de tomate Arroz/Feijão Cubos de carne com chuchu Abacaxi	Salada de alface Arroz/Feijão Cubos de carne com cará e cenoura Maçã	Salada de rúcula Arroz/Feijão Carne moída com mandioquinha Kiwi	Salada de pepino Arroz/Feijão Cubos de carne com batata Banana
	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá	Leite integral batido com banana e beterraba
LANCHE DA TARDE (Horário: 14h às 14h30)	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Biscoito de polvilho	Fatias de batata doce cozida
	Sopa de carne com arroz, abóbora, cará, mandioquinha e couve Maçã	Arroz/Feijão Cubos de pernil com vagem Mamão	Sopa de carne com fubá, abóbora, batata, cará e couve Abacaxi	Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura Banana	Sopa de carne com feijão, abóbora, chuchu, mandioquinha e escarola Kiwi

Composição Nutricional	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal 2 a 4 anos integral	1015,30	143,13	49,96	29,01	270,08	106,37	483,39	6,56

- Cardápio sujeito à alteração.
- Valores nutricionais de acordo com cardápio planejado.
- Referências: Energia: Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio: Organização Mundial da Saúde (OMS), 2004 e 2007; Vitamina C: Dietary Reference Intakes, 2000; Vitamina A e Ferro: Dietary Reference Intakes, 2001; Cálcio: Dietary Reference Intakes, 2011.
- Horário sugerido das refeições.


Simone de Cássia Barbosa - CRN-3 8482
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
CRECHE

CARDÁPIO DE
29/04 a 03/05/2024

TIPO DE ENSINO: CRECHE 2 ANOS E PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 4 ANOS
(INTEGRAL 70% E SEMI 30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 29/04/2024	3ª FEIRA 30/04/2024	4ª FEIRA 01/05/2024	5ª FEIRA 02/05/2024	6ª FEIRA 03/05/2024	
DESJEJUM (Horário: 7h30 às 8h30)	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e beterraba	FERIADO	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá	
	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos		Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	
ALMOÇO (Horário: 11h às 12h)	Salada de acelga Arroz/Feijão Carne moída com mandioquinha Mamão	Salada de tomate Arroz/Feijão Cubos de carne com abóbora e inhame Abacaxi		Leite integral batido com banana e maracujá	Salada de alface Arroz/Feijão Cubos de carne com batata Maçã	Salada de pepino Arroz/Feijão Tiras de carne com chuchu Banana
	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral puro Banana			Leite integral batido com banana e maracujá	Leite integral batido com banana e beterraba
LANCHE DA TARDE (Horário: 14h às 14h30)	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho		Pãozinho de batata com manteiga	Fatias de batata doce cozida	
	Sopa de carne com arroz, abóbora, mandioquinha e couve Abacaxi	Arroz/Feijão Cubos de carne com cenoura Mamão		Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura Banana	Sopa de carne com ervilha, abóbora, batata, chuchu e escarola Maçã	

Composição Nutricional	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal 2 a 4 anos integral	1030,37	154,02	49,86	26,34	281,81	102,26	463,09	6,68

- Cardápio sujeito à alteração.
- Valores nutricionais de acordo com cardápio planejado.
- Referências: Energia: Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio: Organização Mundial da Saúde (OMS), 2004 e 2007; Vitamina C: Dietary Reference Intakes, 2000; Vitamina A e Ferro: Dietary Reference Intakes, 2001; Cálcio: Dietary Reference Intakes, 2011.
- Horário sugerido das refeições.

Simone de Cássia Barbosa - CRN-3 8482
Nutricionista responsável



PREFEITURA DE
SANTO ANDRÉ