

O TRABALHO NÃO PARA NA EDUCAÇÃO

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



PREFEITURA DE
SANTO ANDRÉ

TIPO DE ENSINO
PRÉ-ESCOLAR: DE 3 A 5 ANOS

PROGRAMA MERENDA LEGAL

MERENDA DE QUALIDADE PARA
AS NOSSAS CRIANÇAS

Dúvidas ou sugestões

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



COMPANHIA DE ABASTECIMENTO
SANTO ANDRÉ

CARDÁPIO
DE 29/09 A
31/10/2025

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
29/09 A 03/10

TIPO DE ENSINO: PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 5 ANOS
(INTEGRAL 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 29/09/2025	3ª FEIRA 30/09/2025	4ª FEIRA 01/10/2025	5ª FEIRA 02/10/2025	6ª FEIRA 03/10/2025
DESJEJUM (Semi manhã e integral)	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá	Leite integral batido com banana e cacau
(Horário: 7h30 às 8h30)	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Pãozinho de batata com manteiga	Pãozinho de batata com manteiga	Ovos mexidos
ALMOÇO (Semi manhã, semi tarde e integral)	Salada de tomate	Salada de acelga e rabanete	Salada de pepino e tomate	Salada de escarola	Salada de alface
	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz	Arroz/Feijão
(Horário: 11h às 12h)	Cubos de carne com abóbora e inhame	Carne moída com mandioquinha	Isclas de carne com cenoura e chuchu	Feijão preto com cubos de carne e pernil	Cubos de carne com abóbora e abobrinha
	Banana	Melancia	Maçã	Mamão	Abacaxi
LANCHE DA TARDE (Semi tarde e integral)	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Mingau de aveia com banana - frio	Leite integral batido com banana e maracujá
(Horário: 14h às 14h30)	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos		Fatias de batata doce cozida
JANTAR (Integral)	Sopa de carne com ervilha, abóbora, batata, chuchu e escarola	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Macarrão ao molho de tomate com carne, cenoura e inhame	Sopa de carne com arroz, batata, cenoura, mandioquinha e repolho
(Horário: 16h às 17h)	Maçã	Banana	Melancia	Abacaxi	Mamão

- 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.

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
06/10 A 10/10

TIPO DE ENSINO: PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 5 ANOS
(INTEGRAL 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 06/10/2025	3ª FEIRA 07/10/2025	4ª FEIRA 08/10/2025	5ª FEIRA 09/10/2025	6ª FEIRA 10/10/2025
DESJEJUM (Semi manhã e integral) (Horário: 7h30 às 8h30)	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e maracujá	Leite integral batido com banana e cacau
	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Pãozinho de batata com manteiga	Pãozinho de batata com manteiga	Ovos mexidos
ALMOÇO (Semi manhã, semi tarde e integral) (Horário: 11h às 12h)	Salada de tomate Arroz/Feijão Isclas de carne com batata doce Banana	Salada de acelga e rabanete Arroz/Feijão preto Cubos de pernil com abóbora Abacaxi	Salada de pepino e tomate Arroz/Feijão Carne moída com batata e cenoura Brownie de banana e cacau	Salada de escarola Arroz/Feijão Cubos de carne com batata Melancia	Salada de alface Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura Salada de frutas
	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Mingau de aveia com banana - frio	Leite integral batido com banana e maracujá
LANCHE DA TARDE (Semi tarde e integral) (Horário: 14h às 14h30)	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos		Fatias de batata doce cozida
JANTAR (Integral) (Horário: 16h às 17h)	Sopa de carne com feijão, abóbora, batata, chuchu e escarola Abacaxi	Arroz/Feijão Cubos de carne com batata Banana	Arroz/Feijão Isclas de carne com cenoura e chuchu Brownie de banana e cacau	Polenta ao molho de carne com cará e cenoura Melancia	Sopa de carne com ervilha, abóbora, batata, chuchu e escarola Salada de frutas

- 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.

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
13/10 A 17/10

TIPO DE ENSINO: PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 5 ANOS
(INTEGRAL 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 13/10/2025	3ª FEIRA 14/10/2025	4ª FEIRA 15/10/2025	5ª FEIRA 16/10/2025	6ª FEIRA 17/10/2025
DESJEJUM (Semi manhã e integral) (Horário: 7h30 às 8h30)	Leite integral batido com banana e cacau Biscoito de polvilho	Leite integral batido com banana e beterraba Ovos mexidos	PONTO FACULTATIVO	Leite integral batido com banana e maracujá Biscoito de polvilho	Mingau de aveia com banana - frio
ALMOÇO (Semi manhã, semi tarde e integral) (Horário: 11h às 12h)	Salada de tomate Arroz/Feijão Isclas de carne com batata Banana	Salada de repolho e cenoura Arroz/Feijão Carne moída com cenoura Maçã		Salada de alface Arroz/Feijão Cubos de carne com cará e cenoura Melão	Salada de pepino Arroz/Feijão Carne moída com abóbora e batata Abacaxi
LANCHE DA TARDE (Semi tarde e integral) (Horário: 14h às 14h30)	Leite integral batido com banana e beterraba Pãozinho de batata com manteiga	Leite integral batido com banana e cacau Biscoito de polvilho		Mingau de aveia com banana - frio	Leite integral batido com banana e maracujá Fatias de batata doce cozida
JANTAR (Integral) (Horário: 16h às 17h)	Sopa de carne com arroz, batata, cenoura, mandioquinha e repolho Maçã	Arroz/Feijão Carne moída com cará Banana		Macarrão ao molho de tomate com carne, cenoura e inhame Abacaxi	Sopa de carne com feijão, abobrinha, cenoura, chuchu e mandioquinha Melão

- 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.

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
20/10 A 24/10

TIPO DE ENSINO: PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 5 ANOS
(INTEGRAL 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 20/10/2025	3ª FEIRA 21/10/2025	4ª FEIRA 22/10/2025	5ª FEIRA 23/10/2025	6ª FEIRA 24/10/2025
DESJEJUM (Semi manhã e integral)	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e maracujá	Leite integral batido com banana e cacau
(Horário: 7h30 às 8h30)	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Pãozinho de batata com manteiga	Pãozinho de batata com manteiga	Ovos mexidos
ALMOÇO (Semi manhã, semi tarde e integral)	Salada de tomate	Salada de repolho e cenoura	Salada de pepino	Salada de alface	Salada de beterraba
	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão preto	Arroz/Feijão
(Horário: 11h às 12h)	Carne moída com cenoura e vagem	Isclas de carne com mandioquinha	Carne moída com cenoura e chuchu	Cubos de pernil com abóbora	Carne moída com inhame
	Banana	Melão	Maçã	Tangerina	Abacaxi
LANCHE DA TARDE (Semi tarde e integral)	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Mingau de aveia com banana - frio	Leite integral batido com banana e maracujá
(Horário: 14h às 14h30)	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos		Fatias de batata doce cozida
JANTAR (Integral)	Sopa de carne com arroz, batata, cenoura, mandioquinha e repolho	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura	Sopa de carne com fubá, abóbora, batata, cará e couve
(Horário: 16h às 17h)	Maçã	Cubos de carne com abóbora e inhame	Isclas de carne com batata	Abacaxi	Tangerina
		Banana	Melão		

- 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.

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
27/10 A 31/10

TIPO DE ENSINO: PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 5 ANOS
(INTEGRAL 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 27/10/2025	3ª FEIRA 28/10/2025	4ª FEIRA 29/10/2025	5ª FEIRA 30/10/2025	6ª FEIRA 31/10/2025
DESJEJUM (Semi manhã e integral) (Horário: 7h30 às 8h30)	PONTO FACULTATIVO	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e maracujá	Leite integral batido com banana e cacau
		Ovos mexidos	Pãozinho de batata com manteiga	Pãozinho de batata com manteiga	Ovos mexidos
ALMOÇO (Semi manhã, semi tarde e integral) (Horário: 11h às 12h)		Salada de tomate Arroz/Feijão Isclas de carne com chuchu Melancia	Salada de pepino e tomate Arroz/Feijão Carne moída com mandioquinha Maçã	Salada de escarola Arroz/Feijão Cubos de carne com cará e cenoura Melão	Salada de alface Arroz/Feijão Carne moída com inhame Abacaxi
LANCHE DA TARDE (Semi tarde e integral) (Horário: 14h às 14h30)		Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Mingau de aveia com banana - frio	Leite integral batido com banana e maracujá
		Biscoito de polvilho	Ovos mexidos		Fatias de batata doce cozida
JANTAR (Integral) (Horário: 16h às 17h)		Arroz/Feijão Carne moída com batata doce Maçã	Arroz Feijão preto com cubos de carne e pernil Melancia	Macarrão ao molho de tomate com carne, cenoura e inhame Abacaxi	Sopa de carne com arroz, abóbora, abobrinha, inhame e couve Melão

- 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.

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
29/09 A 31/10

TIPO DE ENSINO: PRÉ-ESCOLAR DE 3 A 5 ANOS
(INTEGRAL 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS)

1ª semana

Composição Nutricional 2 a 4 anos	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal integral	995,44	150,28	51,68	23,12	428,79	61,01	491,94	6,82
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
Média semanal integral	1087,71		158,58		57,70		27,16	

2ª semana

Composição Nutricional 2 a 4 anos	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal integral	991,15	146,42	52,54	24,18	425,32	73,72	493,75	6,44
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
Média semanal integral	1105,07		161,37		58,12		27,99	

3ª semana

Composição Nutricional 2 a 4 anos	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal integral	945,34	146,97	47,17	21,13	470,07	67,51	468,23	6,14
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
Média semanal integral	1053,28		159,47		52,27		25,40	

4ª semana

Composição Nutricional 2 a 4 anos	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal integral	988,99	147,58	51,16	23,76	454,49	57,24	483,96	6,18
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
Média semanal integral	1096,66		160,19		57,12		27,70	

5ª semana

Composição Nutricional 2 a 4 anos	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lípido (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal integral	972,36	141,71	52,34	23,57	343,68	51,18	492,70	6,83
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
Média semanal integral	1068,56		152,46		58,95		26,83	

- 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 Lípido: 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.



PREFEITURA DE
SANTO ANDRÉ