

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 03/11 A
28/11/2025**

TIPO DE CARDÁPIO
CRECHE

CARDÁPIO DE
03/11 A 07/11

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 03/11/2025	3ª FEIRA 04/11/2025	4ª FEIRA 05/11/2025	5ª FEIRA 06/11/2025	6ª FEIRA 07/11/2025
DESJEJUM	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	Salada de repolho Arroz/Feijão	Salada de tomate Arroz/Feijão	Salada de alface Arroz/Feijão	Salada de pepino Arroz / Feijão preto	Salada de beterraba Arroz/Feijão
(Horário: 11h às 12h)	Carne moída com mandioquinha	Iscas de carne com batata doce	Carne moída com cenoura	Cubos de pernil e abóbora	Iscas de carne com cenoura e chuchu
	Banana	Melão	Maçã	Pêssego	Abacaxi
LANCHE DA TARDE	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	Sopa de carne com fubá, abóbora, batata, cará e couve	Arroz/Feijão Carne moída com cenoura e vagem	Arroz/Feijão Cubos de carne com batata	Macarrão ao molho de tomate com cará e cenoura	Sopa de carne com feijão, abobrinha, cenoura, chuchu e mandioquinha
(Horário: 16h às 17h)	Maçã	Banana	Melão	Abacaxi	Pêssego

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	974,23	143,77	51,13	23,71	485,28	65,04	479,67	6,35

- 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
CRECHE

CARDÁPIO DE
10/11 A 14/11

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 10/11/2025	3ª FEIRA 11/11/2025	4ª FEIRA 12/11/2025	5ª FEIRA 13/11/2025	6ª FEIRA 14/11/2025
DESJEJUM	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	Salada de repolho ao vinagrete Arroz/Feijão Carne moída com ceneoura e vagem Banana	Salada de tomate Arroz/Feijão Carne moída com abóbora e batata Melão	Salada de alface e rabanete Arroz/Feijão Carne moída com cará Maça	Salada de agrião Arroz/Feijão Isclas de carne com chuchu Abacaxi	Salada de brócolis Arroz/Feijão Cubos de carne com abóbora e inhame Manga
LANCHE DA TARDE	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	Sopa de carne com arroz, batata, cenoura, mandioquinha e repolho Maça	Arroz/Feijão Isclas de carne com mandioquinha Banana	Arroz / Feijão preto Cubos de pernil e abóbora Melão	Macarrão ao molho de tomate com carne, cenoura e inhame Manga	Sopa de carne com fubá, abóbora, batata, cará e couve Abacaxi
(Horário: 16h às 17h)					

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	982,08	145,84	51,03	23,78	429,25	65,56	482,44	6,40

- 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
CRECHE

CARDÁPIO DE
17/11 A 19/11

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 17/11/2025	3ª FEIRA 18/11/2025	4ª FEIRA 19/11/2025	5ª FEIRA 20/11/2025	6ª FEIRA 21/11/2025
DESJEJUM (Horário: 7h30 às 8h30)	Leite integral batido com banana e abacate Biscoito de polvilho	Leite integral batido com banana e cacau Ovos mexidos	Mingau de aveia com banana - frio	FERIADO	EMENDA DE FERIADO
ALMOÇO (Horário: 11h às 12h)	Salada de pepino e tomate Arroz/Feijão Cubos de carne com abóbora e abobrinha Banana	Salada de tomate Arroz/Feijão Isclas de carne com batata doce Melão	Salada de alface Arroz/Feijão Carne moída com cenoura e chuchu Maçã		
LANCHE DA TARDE (Horário: 14h às 14h30)	Mingau de aveia com banana - frio	Leite integral batido com banana e abacate Biscoito de polvilho	Leite integral batido com banana e cacau Ovos mexidos		
JANTAR (Horário: 16h às 17h)	Sopa de carne com feijão, abobrinha, cenoura, chuchu e mandioquinha Maçã	Arroz/Feijão Carne moída com mandioquinha Banana	Arroz/Feijão Cubos de carne com abóbora e inhame Melão		

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	990,55	150,07	51,73	22,84	444,05	60,04	483,69	7,23

- 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
CRECHE

CARDÁPIO DE
24/11 A 28/11

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 24/11/2025	3ª FEIRA 25/11/2025	4ª FEIRA 26/11/2025	5ª FEIRA 27/11/2025	6ª FEIRA 28/11/2025
DESJEJUM	Leite integral batido com banana e cacau	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	Salada de repolho bicolor Arroz/Feijão Carne moída com cará Banana	Salada de tomate Arroz/Feijão Isclas de carne com mandioquinha Melancia	Salada de alface e rabanete Arroz/Feijão Carne moída com inhame Maçã	Salada de escarola Arroz / Feijão preto Cubos de pernil e abóbora Pêssego	Salada de beterraba Arroz/Feijão Isclas de carne com chuchu Manga
LANCHE DA TARDE	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e cacau	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	Sopa de carne com feijão, abobrinha, cenoura, chuchu e mandioquinha Maçã	Arroz/Feijão Cubos de carne com abóbora e abobrinha Banana	Arroz Feijão preto com cubos de carne e pernil Melancia	Macarrão ao molho de tomate com carne, cenoura e inhame Manga	Sopa de carne com ervilha, abóbora, batata, chuchu e escarola Pêssego
(Horário: 16h às 17h)					

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	973,97	145,01	51,09	23,20	419,46	48,70	477,27	6,33

- 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.



PREFEITURA DE
SANTO ANDRÉ