

O TRABALHO NÃO
PARA NA EDUCAÇÃO

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



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



CARDÁPIO
DE 01/12 A
12/12/2025

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
01/12 A 05/12

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

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 01/12/2025	3ª FEIRA 02/12/2025	4ª FEIRA 03/12/2025	5ª FEIRA 04/12/2025	6ª FEIRA 05/12/2025
DESJEJUM (Semi manhã e integral) (Horário: 7h30 às 8h30)	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
	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 Cubos de carne com batata Banana	Salada de pepino Arroz/Feijão Carne moída com abóbora e chuchu Melão	Salada de escarola Arroz/Feijão Iscas de carne com batata doce Maçã	Salada de alface Arroz/Feijão preto Cubos de pernil com vagem Pêssego	Salada de repolho e cenoura Arroz/Feijão Carne moída com cenoura e vagem Abacaxi
	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Mingau de aveia e banana - quente	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
	Sopa de carne com fubá, abóbora, batata, cará e couve Maçã	Arroz/Feijão Carne moída com mandioquinha Banana	Arroz/Feijão Cubos de carne com abóbora e abobrinha Melão	Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura Abacaxi	Sopa de carne com feijão, abobrinha, cenoura, chuchu e mandioquinha Pêssego
JANTAR (Integral) (Horário: 16h às 17h)					

- 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
08/12 A 12/12

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

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 08/12/2025	3ª FEIRA 09/12/2025	4ª FEIRA 10/12/2025	5ª FEIRA 11/12/2025	6ª FEIRA 12/12/2025
DESJEJUM (Semi manhã e integral) (Horário: 7h30 às 8h30)	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
	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Fatias de batata doce cozida	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos
ALMOÇO (Semi manhã, semi tarde e integral) (Horário: 11h às 12h)	Salada de pepino Arroz/Feijão Cubos de frango com cenoura e chuchu Banana	Salada de tomate Arroz/Feijão Cubos de carne com abóbora e mandioquinha Melancia	Salada de acelga Arroz/Feijão Carne moída com batata doce Maçã	Salada de tomate Arroz/Feijão Cubos de carne com vagem Abacaxi	Salada de alface Arroz/Feijão Carne moída com inhame Mamão
	Leite integral batido com banana e beterraba	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	Mingau de aveia e banana - quente	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
	Sopa de carne com arroz, abóbora, cará, couve e mandioquinha Maçã	Arroz/Feijão Carne moída com cenoura e vagem Banana	Arroz/Feijão Cubos de carne com mandioquinha Melancia		Sopa de carne com arroz, batata, cenoura, mandioquinha e repolho Abacaxi
JANTAR (Integral) (Horário: 16h às 17h)					

- 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
01/12 A 12/12

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



1^a semana

Composição Nutricional 2 a 4 anos	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal integral	965,21	142,47	50,76	23,42	451,95	57,29	477,38	6,29
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídio (g)	
Média semanal integral	1082,03		157,57		56,83		27,31	

2^a semana

Composição Nutricional 2 a 4 anos	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal integral	962,86	143,77	50,14	22,77	425,43	73,89	487,29	6,48
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídio (g)	
Média semanal integral	1073,16		156,86		55,31		27,05	

- 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