

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 28/09 A
30/10/2026

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
28/09 A 02/10

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

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 28/09/2026	3ª FEIRA 29/09/2026	4ª FEIRA 30/09/2026	5ª FEIRA 01/10/2026	6ª FEIRA 02/10/2026
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 cenoura e repolho	Salada de pepino	Salada de alface	Salada de escarola
	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz	Arroz/Feijão
(Horário: 11h às 12h)	Cubos de carne com cenoura e inhame	Carne moída com mandioquinha	Cubos de carne com cenoura e chuchu	Feijão preto com cubos de carne e pernil	Cubos de carne com cará e cenoura
	Banana	Melancia	Maçã	Tangerina	Mamão
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	Suco de uva integral	Leite integral batido com banana e maracujá
(Horário: 14h às 14h30)	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Biscoito de polvilho	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 com cenoura e inhame	Sopa de carne com batata, cenoura, mandioquinha e repolho
(Horário: 16h às 17h)	Maçã	Isclas de carne com chuchu	Carne moída com cenoura e vagem	Mamão	Tangerina
		Banana	Melancia		

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
Simone de Cássia Barbosa - CRN-3 8482
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
05/10 A 09/10

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

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 05/10/2026	3ª FEIRA 06/10/2026	4ª FEIRA 07/10/2026	5ª FEIRA 08/10/2026	6ª FEIRA 09/10/2026
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 beterraba	Salada de pepino	Salada de alface
	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão preto	Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura
(Horário: 11h às 12h)	Cubos de carne com abóbora e inhame	Cubos de carne com vagem	Carne moída com cenoura e chuchu	Cubos de pernil com batata doce	Brownie de cacau com banana
	Banana	Abacaxi	Maçã	Salada de frutas	
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	Suco de uva integral	Leite integral batido com banana e maracujá
(Horário: 14h às 14h30)	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Biscoito de polvilho	Fatias de batata doce cozida
JANTAR (Integral)	Sopa de carne com feijão, abóbora, batata, chuchu e escarola	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Macarrão ao molho de tomate com carne com cará e cenoura	Sopa de carne com ervilha, abóbora, batata, chuchu e escarola
(Horário: 16h às 17h)	Maçã	Carne moída com abobrinha e cenoura	Isclas de carne com mandioquinha	Salada de frutas	Brownie de cacau com banana
		Banana	Abacaxi		

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
Simone de Cássia Barbosa - CRN-3 8482
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
14/10 A 16/10

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

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 12/10/2026	3ª FEIRA 13/10/2026	4ª FEIRA 14/10/2026	5ª FEIRA 15/10/2026	6ª FEIRA 16/10/2026
DESJEJUM (Semi manhã e integral) (Horário: 7h30 às 8h30)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e maracujá	Leite integral batido com banana e cacau
			Biscoito de polvilho	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 cará e cenoura Maçã	Saada de pepino Arroz/Feijão Cubos de carne com mandioquinha Melancia	Salada de pepino e tomate Arroz/Feijão Cubos de carne com abobrinha, cará e cenoura Tangerina
LANCHE DA TARDE (Semi tarde e integral) (Horário: 14h às 14h30)			Suco de uva integral	Leite integral batido com banana e cacau	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 preto com cubos de carne e pernil Melancia	Polenta com molho de carne com cenoura e inhame Tangerina	Sopa de carne com arroz, batata, cenoura, mandioquinha e repolho Maçã

Cardápio sujeito à alteração.

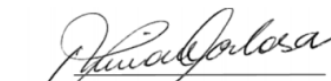
Valores nutricionais de acordo com cardápio planejado.

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
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
19/10 A 23/10

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

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 19/10/2026	3ª FEIRA 20/10/2026	4ª FEIRA 21/10/2026	5ª FEIRA 22/10/2026	6ª FEIRA 23/10/2026
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 manga	Leite integral batido com banana e maracujá
(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 cenoura e repolho	Salada de pepino	Salada de escarola	Salada de alface
	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão preto	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão	Arroz/Feijão
(Horário: 11h às 12h)	Carne moída com cenoura	Cubos de pernil com vagem	Carne moída com cará e cenoura	Cubos de carne com mandioquinha	Carne moída com inhame
	Banana	Abacaxi	Maçã	Tangerina	Manga
LANCHE DA TARDE (Semi tarde e integral)	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e beterraba	Suco de uva integral	Leite integral batido com manga
(Horário: 14h às 14h30)	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho	Ovos mexidos	Biscoito de polvilho	Fatias de batata doce cozida
JANTAR (Integral)	Sopa de carne com feijão, abóbora, batata, chuchu e escarola	Arroz/Feijão Cubos de carne com abóbora e inhame	Arroz/Feijão Cubos de carne com chuchu	Macarrão ao molho de tomate com carne com cará e cenoura	Sopa de carne com fubá com abóbora, batata, cará e couve
(Horário: 16h às 17h)	Maçã	Banana	Abacaxi	Manga	Tangerina

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
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
26/10 A 30/10

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

REFEIÇÃO	2ª FEIRA 26/10/2026	3ª FEIRA 27/10/2026	4ª FEIRA 28/10/2026	5ª FEIRA 29/10/2026	6ª FEIRA 30/10/2026
DESJEJUM (Semi manhã e integral)	Leite integral batido com banana e abacate	Leite integral batido com banana e cacau	PONTO FACULTATIVO	Leite integral batido com banana e maracujá	Leite integral batido com manga
(Horário: 7h30 às 8h30)	Ovos mexidos	Biscoito de polvilho		Biscoito de polvilho	Ovos mexidos
ALMOÇO (Semi manhã, semi tarde e integral)	Salada de tomate	Salada de acelga e rabanete		Salada de tomate	Salada de pepino
(Horário: 11h às 12h)	Arroz/Feijão Carne moída com abóbora e batata Banana	Arroz/Feijão Isclas de carne com batata doce Maçã		Arroz/Feijão Cubos de carne com chuchu Manga	Arroz/Feijão Carne moída com cenoura e vagem Melancia
LANCHE DA TARDE (Semi tarde e integral)	Leite integral batido com banana e cacau	Leite integral batido com banana e abacate		Suco de uva integral	Leite integral batido com banana e maracujá
(Horário: 14h às 14h30)	Pãozinho de batata com manteiga	Biscoito de polvilho		Biscoito de polvilho	Fatias de batata doce cozida
JANTAR (Integral)	Sopa de carne com ervilha, abóbora, batata, chuchu e escarola	Arroz/Feijão Carne moída com batata doce		Macarrão ao molho de tomate com carne, cenoura e inhame	Sopa de carne com arroz, abóbora, abobrinha, inhame e couve
(Horário: 16h às 17h)	Maçã	Banana		Melancia	Manga

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
Simone de Cássia Barbosa - CRN-3 8482
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
EMEI INTEGRAL

CARDÁPIO DE
28/09 A 30/10

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)	Lipídeo (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Média semanal integral	948,64	140,55	48,39	23,55	168,94	84,06	409,92	6,18
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídio (g)	
Média semanal integral	1009,63		149,82		51,65		24,72	

2ª 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	1018,56	150,79	50,06	26,09	166,68	70,22	419,23	6,58
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídio (g)	
Média semanal integral	1096,88		166,61		52,10		27,01	

3ª 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	955,91	135,35	47,70	26,60	151,20	53,33	408,23	6,10
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídio (g)	
Média semanal integral	1062,19		154,85		51,11		28,40	

4ª 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	992,71	142,55	48,41	27,58	315,26	89,14	419,50	6,13
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídio (g)	
Média semanal integral	1053,82		158,64		50,05		26,70	

5ª 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	934,33	138,01	45,70	24,16	330,53	84,69	412,43	5,73
Composição Nutricional 4 a 5 anos	Energia (kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídio (g)	
Média semanal integral	1016,50		155,66		47,72		24,88	

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
Simone de Cássia Barbosa - CRN-3 8482
Nutricionista responsável



PREFEITURA DE
SANTO ANDRÉ