

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
MOVIDOS PELA NOSSA GENTE,
ORGULHO EM CUIDAR DE VOCÊ

TIPO DE ENSINO
INFANTIL: DE 3 A 5 ANOS
FUNDAMENTAL: DE 6 A 10 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
EMEIEF ZR

CARDÁPIO DE
28/09 A 02/10

TIPO DE ENSINO: INFANTIL E FUNDAMENTAL
FAIXA ETÁRIA: INFANTIL DE 3 A 5 ANOS E FUNDAMENTAL DE 6 A 10 ANOS

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 / CAFÉ DA TARDE Horário*: Manhã: 8h às 10h Tarde: 16h às 17h	Leite integral batido com banana e cacau Leite integral puro Biscoito de aveia Banana	Leite integral batido com banana e maracujá Leite integral puro Maçã Banana	Leite integral batido com banana e beterraba Leite integral puro Biscoito Maria Banana	Leite integral batido com banana e cacau Leite integral puro Maçã Mamão	Leite integral batido com banana e beterraba Leite integral puro Pão integral com manteiga
REFEIÇÃO/ COMPLEMENTO Horário*: Manhã: 10h30 às 11h30 Tarde: 13h30 às 15h	Salada de tomate Arroz/Feijão Tiras de frango com abóbora e batata Maçã	Salada de pepino Arroz/Feijão Cubos de carne com vagem	Salada de escarola Arroz/Feijão Carne moída com cenoura e chuchu Suco de uva integral	Salada de alface Arroz/Feijão preto Cubos de pernil com mandioca	Salada de acelga Risoto de frango com abóbora e couve Banana

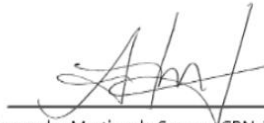
Composição Nutricional	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média Semanal Ensino Infantil	405,13	66,85	17,27	9,28
Média Semanal Ensino Fundamental	686,28	113,60	25,34	16,74

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.

Horário sugerido das refeições.


Alessandra Martins de Souza - CRN-3 6265
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
EMEIEF ZR

CARDÁPIO DE
05/10 A 09/10

TIPO DE ENSINO: INFANTIL E FUNDAMENTAL
FAIXA ETÁRIA: INFANTIL DE 3 A 5 ANOS E FUNDAMENTAL DE 6 A 10 ANOS

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 / CAFÉ DA TARDE Horário*: Manhã: 8h às 10h Tarde: 16h às 17h	Leite integral batido com banana e cacau Leite integral puro Biscoito salgado integral Banana	Leite integral batido com banana e mamão Leite integral puro Maçã Banana	Leite integral batido com banana e beterraba Leite integral puro Biscoito de polvilho	Leite integral batido com banana e cacau Leite integral puro Maçã Melão	Leite integral batido com banana e beterraba Leite integral puro Mini bolo de cacau
REFEIÇÃO/ COMPLEMENTO Horário*: Manhã: 10h30 às 11h30 Tarde: 13h30 às 15h	Salada de pepino Arroz/Feijão Tiras de carne com batata Maçã	Salada de tomate Arroz/Feijão Cubos de frango com cenoura e mandioca	Salada de acelga Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura Melão	Salada de beterraba Arroz/Feijão Cubos de carne com mandioquinha	Suco de uva integral Pão integral com molho de carne, alface e cenoura Banana

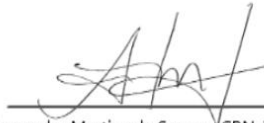
Composição Nutricional	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média Semanal Ensino Infantil	511,32	84,13	19,63	12,72
Média Semanal Ensino Fundamental	662,34	110,74	24,68	15,54

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.

Horário sugerido das refeições.


Alessandra Martins de Souza - CRN-3 6265
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
EMEIEF ZR

CARDÁPIO DE
14/10 A 16/10

TIPO DE ENSINO: INFANTIL E FUNDAMENTAL
FAIXA ETÁRIA: INFANTIL DE 3 A 5 ANOS E FUNDAMENTAL DE 6 A 10 ANOS

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 / CAFÉ DA TARDE Horário*: Manhã: 8h às 10h Tarde: 16h às 17h	FERIADO	PONTO FACULTATIVO	Leite integral batido com banana e maracujá Leite integral puro Biscoito de aveia	Leite integral batido com banana e cacau Leite integral puro Biscoito salgado integral	Leite integral batido com banana e beterraba Leite integral puro Pãozinho de batata
REFEIÇÃO/ COMPLEMENTO Horário*: Manhã: 10h30 às 11h30 Tarde: 13h30 às 15h			Salada de cenoura e repolho Macarrão ao molho de tomate com carne, cará e cenoura Maçã	Salada de tomate Arroz/Feijão Tiras de frango com abóbora e mandioquinha Melão	Sopa de carne com feijão, arroz, abóbora, chuchu, escarola e inhame Banana

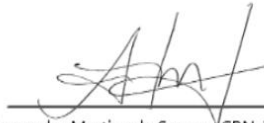
Composição Nutricional	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média Semanal Ensino Infantil	487,93	78,51	21,21	11,67
Média Semanal Ensino Fundamental	621,83	99,84	25,70	15,22

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.

Horário sugerido das refeições.


Alessandra Martins de Souza - CRN-3 6265
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
EMEIEF ZR

CARDÁPIO DE
19/10 A 23/10

TIPO DE ENSINO: INFANTIL E FUNDAMENTAL
FAIXA ETÁRIA: INFANTIL DE 3 A 5 ANOS E FUNDAMENTAL DE 6 A 10 ANOS

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 / CAFÉ DA TARDE Horário*: Manhã: 8h às 10h Tarde: 16h às 17h	Leite integral batido com banana e cacau Leite integral puro Biscoito salgado integral Banana	Leite integral batido com banana e abacate Leite integral puro Maçã	Suco uva integral Biscoito Maria	Leite integral batido com banana e cacau Leite integral puro Maçã Melão	Leite integral batido com banana e beterraba Leite integral puro Pão integral com manteiga
REFEIÇÃO/ COMPLEMENTO Horário*: Manhã: 10h30 às 11h30 Tarde: 13h30 às 15h	Salada de pepino Arroz/Feijão Cubos de frango com abobrinha e batata Maçã	Salada de tomate Arroz/Feijão Tiras de carne com batata doce	Salada de acelga Arroz/Feijão Carne moída com mandioquinha Abacaxi	Salada de escarola Arroz/Feijão Cubos de carne com cenoura	Salada de alface Macarrão ao molho de tomate com carne, cenoura e vagem Banana

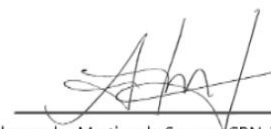
Composição Nutricional	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média Semanal Ensino Infantil	445,66	71,79	17,36	11,72
Média Semanal Ensino Fundamental	630,46	106,87	23,08	14,33

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.

Horário sugerido das refeições.


Alessandra Martins de Souza - CRN-3 6265
Nutricionista responsável

TIPO DE CARDÁPIO
EMEIEF ZR

CARDÁPIO DE
26/10 A 30/10

TIPO DE ENSINO: INFANTIL E FUNDAMENTAL
FAIXA ETÁRIA: INFANTIL DE 3 A 5 ANOS E FUNDAMENTAL DE 6 A 10 ANOS

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 / CAFÉ DA TARDE Horário*: Manhã: 8h às 10h Tarde: 16h às 17h	Leite integral batido com banana e cacau Leite integral puro Biscoito de aveia Banana	Leite integral batido com banana e maracujá Leite integral puro Maça Banana	PONTO FACULTATIVO	Leite integral batido com banana e cacau Leite integral puro Biscoito salgado integral Maça	Leite integral batido com banana e beterraba Leite integral puro Pão integral com manteiga
REFEIÇÃO/ COMPLEMENTO Horário*: Manhã: 10h30 às 11h30 Tarde: 13h30 às 15h	Salada de tomate Arroz/Feijão Carne moída com mandioquinha e vagem Maça	Salada de pepino Arroz/Feijão Cubos de frango com cenoura		Salada de tomate Arroz/Feijão preto Cubos de pernil com abóbora Melão	Arroz/Feijão Cubos de carne com mandioca Banana

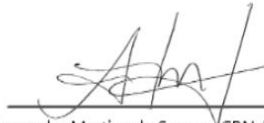
Composição Nutricional	Energia (kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média Semanal Ensino Infantil	495,83	75,96	20,10	14,65
Média Semanal Ensino Fundamental	709,20	116,06	26,92	17,62

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.

Horário sugerido das refeições.


Alessandra Martins de Souza - CRN-3 6265
Nutricionista responsável



PREFEITURA DE
SANTO ANDRÉ