

GOVERNO DO ESTADO DE SÃO PAULO
SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE INFRAESTRUTURA DE SERVIÇOS ESCOLARES
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
DIVISÃO DE SERVIÇOS DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO COALE - INTEGRAL 7º ciclo/2025 - AG3/ Lote 1

A Diretoria Técnica do COALE no uso de suas atribuições, comunica aos Senhores Dirigentes Regionais de Ensino, Supervisores e Diretores de Escolas do Sistema Centralizado de Alimentação Escolar, o Cardápio para o 7º CICLO de distribuição de 2025, Cardápio INTEGRAL, Região 1.

CARDÁPIO PARA 7º CICLO / 2025

AGRUPAMENTO 03

AMERICANA, BRAGANÇA PAULISTA, CAMPINAS OESTE, CAPIVARI, CARAGUATATUBA, GUARATINGUETA, ITAQUAQUECETUBA, JACAREI, JUNDIAI, LESTE 1,2,3,4, LIMEIRA, MOGI DAS CRUZES, MOGI MIRIM, PIRASSUNUNGA, SAO JOAO DA BOA VISTA, SÃO JOSE DOS CAMPOS, SUZANO, TAUBATÉ, SUMARÉ.

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	08/set	09/set	10/set	11/set	12/set	
1	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino)	FLOCOS DE MILHO	BISCOITO	BISCOITO	BISCOITO	FLOCOS DE MILHO	
	14h30 (vespertino)	LEITE INTEGRAL MAÇÃ	LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	VITAMINA DE FRUTAS (leite e banana)	VITAMINA DE FRUTAS (leite e mamão)	LEITE INTEGRAL BANANA	
	Refeição	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ e FEIJÃO	
	11h00 - 12h00 (matutino)	STROGONOFF DE FRANGO (frango em cubos, leite integral, extrato de tomate, cebolinha e salsinha)	CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)	MOQUECA DE OVOS (ovos, batata, extrato de tomate, cenoura, pimentão, salsinha e cebolinha)	FRANGO DOURADO (frango em cubos, cebola, alho, salsinha e cebolinha)	CARNE MOÍDA À PRIMAVERA (cane moída, chuchu, cenoura, cebola, salsinha, cebolinha e alho)	
		BATATA DOCE RÚSTICA AO FORNO	CHUCHU EM CUBOS	SALADA DE ALFACE E TOMATE (temperado com limão)	BETERRABA EM CUBOS (cozida)	SALADA DE COUVE, TOMATE E CEBOLA	
				LARANJA			
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 17:30 (vespertino)	BISCOITO	ARROZ DOCE (arroz, leite integral)	BOLO SABOR LEITE (farinha de trigo, leite integral)	TORRADA COM REQUEIJÃO CASEIRO (leite integral e limão)	TORTA/BOLO SALGADO (polvilho, leite integral, ovo)	
		LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau) MELANCIA	MAÇÃ	LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau) ABACAXI	LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	
	ENSINO MEDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	1802	55	12%	49	24%	290	
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	1507	45	12%	41	24%	243	
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	
	1288	43	13%	38	26%	197	

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	15/set	16/set	17/set	18/set	19/set		
2	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL MAMÃO	BISCOITO VITAMINA DE FRUTAS (leite e banana)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL MAMÃO	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau) MAÇÃ		
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino)	ARROZ E FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO E MANDIOCA (mandioca, frango, salsinha, cebolinha, cebola) SALADA DE REPOLHO E TOMATE (temperado)	AAROS E FEIJÃO CARNE MOÍDA CREMOSA (carne cém moído, extrato de tomate, leite integral, cebola, alho, salsinha, cebolinha) CHUCHU EM CUBOS (cozido)	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha) SALADA DE ALFACE E TOMATE (temperado com limão)	FEIJÃO GALINHADA (arroz, frango, tomate, salsinha, cenoura, pimentão e cebolinha) SALADA DE ACELGA E TOMATE (temperada)	ARROZ E FEIJÃO MOQUECA DE OVOS (ovos, batata, extrato de tomate, cenoura, pimentão, salsinha e cebolinha) SALADA DE COUVE, TOMATE E CEBOLA ABACAXI		
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 17:30 (vespertino)	SALADA DE MACARRÃO (macarrão, cenoura, cebola, salsinha, cebolinha) SUCO DE FRUTAS MELANCIA	BOLO SABOR LEITE (farinha de trigo, leite integral) LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	ARROZ DOCE (arroz, leite integral) BANANA	TORTA/BOLO SALGADO (polvilho, leite integral, ovo) LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	TORRADA COM REQUEIJÃO CASEIRO (leite integral e limão) LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)		
	ENSINO MEDIO							
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1801	55	12%	49	24%	290	65%
	ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS							
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		1508	45	12%	41	24%	243	65%
	ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
	1289	43	13%	38	26%	197	62%	

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	22/set	23/set	24/set	25/set	26/set	
3	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino)	BISCOITO	FLOCOS DE MILHO	BISCOITO	BISCOITO	FLOCOS DE MILHO	
	14h30 (vespertino)	VITAMINA DE FRUTAS (leite e banana)	LEITE INTEGRAL MAMÃO	LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	LEITE INTEGRAL	
	Refeição	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA e FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO	
	11h00 - 12h00 (matutino)	FRANGO DOURADO (frango em cubos, cebola, alho, salsinha e cebolinha)	OVOS MEXIDOS (ovos, cebola, salsinha e cebolinha)	KIBE DE FORNO (trigo para kibe, acém moído, cebola, salsinha e cebolinha)	STROGONOFF DE FRANGO (frango em cubos, leite integral, extrato de tomate, cebolinha e salsinha)	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha)	
		BATATA DOCE RÚSTICA AO FORNO	CHUCHU EM CUBOS (cozido)	SALADA DE TOMATE, PEPINO E CEBOLA (pepino, tomate, cebola, limão, salsinha e	BATATA AO FORNO (batata)	SALADA DE ALFACE E TOMATE (temperado com limão)	
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 17:30 (vespertino)	FLOCOS DE MILHO	TORTA/BOLO SALGADO (polvilho, leite integral, ovo)	ARROZ DOCE (arroz, leite integral)	BOLO SABOR CACAU (farinha de trigo, leite integral)	TORRADA COM REQUEIJÃO CASEIRO (leite integral e limão)	
		LEITE INTEGRAL	LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	BANANA	VITAMINA DE FRUTAS (leite e banana)	LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	
		MELÃO					
	ENSINO MEDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)
	1797	55	12%	49	24%	289	65%
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1504	45	12%	41	24%	241	65%
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1285	43	13%	38	26%	196	62%

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	
	Data	29/set	30/set	01/out	02/out	03/out	
4	Lanche 1 - 07h00 - 08h00 (matutino) 14h30 (vespertino)	BISCOITO VITAMINA DE FRUTAS (leite e banana)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL MAMÃO	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	FLOCOS DE MILHO LEITE INTEGRAL MAÇÃ	
	Refeição 11h00 - 12h00 (matutino)	ARROZ GRÃO DE BICO (grão de bico, cebola, alho, CARNE MOÍDA À PRIMAVERA (cane moída, chuchu, cenoura, cebola, salsinha, cebolinha e alho) BETERRABA EM CUBOS (cozida)	ARROZ E FEIJÃO GALINHADA (arroz, frango, tomate, salsinha, cenoura, pimentão e cebolinha) SALADA DE ACELGA COM TOMATE	ARROZ E FEIJÃO CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (acém moído, extrato de tomate, pimentão, cebola, alho, salsinha e cebolinha) REPOLHO REFOGADO BANANA	ARROZ E FEIJÃO MOQUECA DE OVOS (ovos, batata, extrato de tomate, cenoura, pimentão, salsinha e cebolinha) SALADA DE ALFACE E TOMATE (temperada ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO ESCONDIDINHO DE FRANGO (batata, frango, salsinha, cebolinha, cebola) DUETO DE LEGUMES (chuchu e cenoura)	
	Lanche 2 - 14h00 (matutino) 17:30 (vespertino)	ARROZ DOCE (arroz, leite integral) MAÇÃ	BOLO SABOR CACAU (farinha de trigo, leite integral) VITAMINA DE FRUTAS (leite e banana)	TORTA/BOLO SALGADO (polvilho, leite integral, ovo) LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	TORRADA COM REQUEIJÃO CASEIRO (leite integral e limão) LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	BISCOITO LEITE INTEGRAL COM CACAU (leite e cacau)	
	ENSINO MEDIO						
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1797	55	12%	49	24%	289	65%
ENSINO FUNDAMENTAL ANOS FINAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1504	45	12%	41	24%	241	65%
ENSINO FUNDAMENTAL - ANOS INICIAIS							
	Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
	1285	43	13%	38	26%	196	62%

1. O feijão (carioca e preto) poderá ser preparado conforme disponibilidade. No dia da feijoada a escola poderá optar preparar o feijão preto separadamente da carne suína, de acordo com a aceitação dos estudantes.
2. O cardápio do dia poderá ser complementado com outras hortaliças disponíveis
3. PARA SETEMBRO ESTÁ PREVISTO NO CARDÁPIO A ESCAROLA QUE DEVERÁ SER PREPARADO/SERVIDO CONFORME ORIENTAÇÕES NO BOLETIM SEMANAL
4. Os produtos congelados poderão ser substituídos conforme a disponibilidade na Unidade Escolar.
5. As receitas das preparações constam nas FTPs.
6. Hortifruti (frutas, verduras e legumes) deverão ser servidos de acordo com o cardápio, abastecimento e amadurecimento dos produtos.
7. O leite com cacau poderá ser substituído pelo leite com café (conforme a disponibilidade da unidade escolar) ou frutas. Poderá ser servido frio, de acordo com a aceitabilidade dos estudantes.
8. O biscoito e o flocos de milho podem ser substituídos pela torrada.
9. A vitamina de frutas poderá ser preparada com outras frutas (conforme disponibilidade)

Elaborado por:



Priscila Gutul Galdino CRN-3: 15672

Assessor I - DNU

ESTE CARDÁPIO DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA, REFEITÓRIO/PÁTIO DA ESCOLA E SER DISPONIBILIZADO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR, CONFORME RESOLUÇÃO FNDE Nº 06, de 08/05/2020.