

**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 - REGULAR - MAIO/2026

A Diretoria Técnica do COALE no uso de suas atribuições, comunica aos Senhores Coordenadores - Dirigentes Regionais de Ensino, Supervisores e Diretores de Escolas do Sistema Centralizado de Alimentação Escolar, o **Cardápio para REFEIÇÃO - REGULAR**

CARDÁPIO REGULAR - MAIO / 2026

Sem	Cardápio Data	Segunda 04/mai	Terça 05/mai	Quarta 06/mai	Quinta 07/mai	Sexta 08/mai		
1	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ	MACARRÃO AO SUGO (extrato de tomate, cebola e salsinha)	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO		
	Matutino: 10h - 11h00 Vespertino: 13h30 - 14h30	FRANGO COM "CHEDDAR" (frango em cubos, leite integral, cenoura, cebola, salsinha)*	CARNE DE PANELA (carne bovina coxão duro em cubos, cebola e salsinha)	FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)	FRANGO DOURADO (frango cubos e cebola) OU ASSADO	OMELETE DE FORNO (ovos, cebola, salsinha e cebolinha)		
	Noturno: 19h00 - 20h00	BATATA RÚSTICA AO FORNO	MANDIOCA EM CUBOS (cozida)	LIMÃOGRETE (tomate, cebola, salsinha e limão) E/OU COUVE REFOGADA (couve, alho)	SALADA DE ALFACE (temperada com limão) MELANCIA**	SALADA DE TOMATE COM CEBOLA LARANJA**		
ENSINO MÉDIO								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		580	24	17	13	20%	91	62%

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	11/mai	12/mai	13/mai	14/mai	15/mai		
2	Período parcial:	MACARRÃO AO SUGO (extrato de tomate, cebola e salsinha)	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ		
	Matutino: 10h - 11h00	FRANGO EM CUBOS AO MOLHO DE TOMATE (cubos de frango, extrato de tomate, cebola, salsinha, cebolinha)	CARNE EM CUBOS ACEBOLADA (coxão duro em cubos, cebola e salsinha)	OVOS MEXIDOS (ovos, cebola, salsinha e cebolinha)	ESCONDIDINHO DE MANDIOCA COM FRANGO (mandioca, frango, alho e salsinha)	FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)		
	Vespertino: 13h30 - 14h30	ACELGA REFOGADA	PURE DE BATATA DOCE (batata doce, leite, alho e salsinha)	ABOBRINHA AO ALHO (cubos)	MAMÃO**	LIMÃOGRETE (tomate, cebola, salsinha e limão)		
	Noturno: 19h00 - 20h00			MELANCIA**				
ENSINO MÉDIO								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		576	24	17	13	20%	90	62%

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	18/mai	19/mai	20/mai	21/mai	22/mai		
3	Período parcial:	<p>ARROZ E FEIJÃO</p> <p>CARNE SUÍNA EM ISCAS ACEBOLADA (pernil suíno em iscas, cebola e salsinha)</p> <p>BATATA EM CUBOS (cozida)</p>	<p>MACARRÃO AO SUGO (extrato de tomate, cebola e salsinha)</p> <p>FRANGO DOURADO (frango cubos e cebola)</p> <p>SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA (temperada com limão)</p>	<p>ARROZ</p> <p>FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)</p> <p>LIMÃOGRETE (tomate, cebola, salsinha e limão) E/OU COUVE REFOGADA (couve, alho)</p>	<p>ARROZ E FEIJÃO</p> <p>OMELETE DE FORNO (ovos, cebola, salsinha e cebolinha)</p> <p>SALADA DE ALFACE, TOMATE E CEBOLA (temperada com limão)</p> <p>MELANCIA**</p>	<p>ARROZ E FEIJÃO</p> <p>CARNE DE PANELA (carne bovina coxão duro em cubos, cebola e salsinha)</p> <p>MANDIOCA EM CUBOS (cozida)</p> <p>ABACATE**</p>		
	Matutino: 10h - 11h00							
	Vespertino: 13h30 - 14h30							
	Noturno: 19h00 - 20h00	ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		588	24	17	13	20%	94	62%

Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	25/mai	26/mai	27/mai	28/mai	29/mai		
4	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO*	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO AO SUGO (extrato de tomate, cebola e salsinha)		
	Matutino: 10h - 11h00	FRANGO EM CUBOS AO MOLHO DE TOMATE (cubos de frango, extrato de tomate, cebola, salsinha, cebolinha)	ESTROGONOFE DE CARNE (carne bovina em cubos, leite integral, extrato de tomate e salsinha)	OMELETE DE FORNO (ovos, cebola, salsinha e cebolinha)	FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)	FRANGO DOURADO (frango cubos e cebola)		
	Vespertino: 13h30 - 14h30	DUETO DE LEGUMES (batata e cenoura)	BATATA RÚSTICA AO FORNO	SALADA DE TOMATE E CEBOLA (temperado com limão)	LIMÃOGRETE (tomate, cebola, salsinha e limão)	SALADA DE ALFACE OU ACELGA (temperado com limão)		
	Noturno: 19h00 - 20h00			MELANCIA**		BANANA**		
ENSINO MÉDIO								
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		561	25	18	12	19%	87	63%

1. O feijão preto separadamente da carne suína, de acordo com a aceitação dos estudantes.

2. Os produtos congelados poderão ser substituídos conforme a disponibilidade na Unidade Escolar.

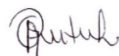
3. As receitas das preparações constam nas FTPs.

4. Hortifruti (frutas, verduras e legumes) deverão ser servidos de acordo com o cardápio, abastecimento e amadurecimento dos produtos. O cardápio do dia poderá ser complementado com outras hortaliças disponíveis.

5. Nos dias de Estrogonofe o feijão é "opcional" (deve ser preparado de acordo com a aceitabilidade dos estudantes).

*Preparações do 1º Concurso de Receitas das Cozinheiras Escolares.

** FRUTAS: PODERÃO SER SUBSTITUÍDAS DE ACORDO COM O RECEBIMENTO DOS PRODUTOS.



Elaborado por:

Priscila Gutul Galdino CRN-3: 15672

Assessor I - DNUT

ESTE CARDÁPIO DEVE PERMANECER FIXADO NA COZINHA, REFEITÓRIO/PÁTIO DA ESCOLA E SER DISPONIBILIZADO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR, CONFORME RESOLUÇÃO FNDE Nº 04, de 26/02/2026.