

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 - REFEIÇÃO ETEC 1º ciclo/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 o 1º CICLO de distribuição de 2026, Cardápio REFEIÇÃO - ETEC

**CARDÁPIO PARA O 1º CICLO / 2026**

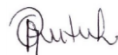
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	09/fev	10/fev	11/fev	12/fev	13/fev		
1	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO	FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E FEIJÃO	MACARRÃO AO SUGO (extrato de tomate)	ARROZ		
	Matutino: 10h - 11h00	FRANGO "COM CHEDDAR" ** (frango em cubos, leite integral, cenoura, cebola, salsinha)	ARROZ CARRETEIRO ( arroz, carne suína, salsinha e cebolinha)	CARNE DE PANELA EM CUBOS (coxão duro em cubos, cebola, salsinha, cebolinha)	FRANGO ASSADO (sassami)	FEIJOADA (feijão preto, carne suína em cubos, cebolinha)		
	Vespertino: 13h30							
	Noturno: 19h00 - 20h00							
		BATATA DOCE RÚSTICA AO FORNO	REPOLHO REFOGADO (repolho, tomate, cebola)	PURÊ DE BATATAS (batata e leite integral)	SALADA DE ALFACE, PEPINO, TOMATE E CEBOLA	LIMÃOGRETE (tomate, cebola, limão)		
	ENSINO MÉDIO							
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		561	25	18	12	19%	87	63%
Sem	Cardápio	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta		
	Data	16/fev	17/fev	18/fev	19/fev	20/fev		
2	Período parcial:	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO (até 12h00)	MACARRÃO AO SUGO (extrato de tomate)	ARROZ E FEIJÃO		
	Matutino: 10h - 11h00				FRANGO DOURADO (frango em cubos, cebola, alho)	ATUM AO FORNO COM BATATAS E REQUEIJÃO CASEIRO (atum, batata, leite, salsinha, cebolinha e limão) <b>OU</b>		
	Vespertino: 13h30 - 14h30							
	Noturno: 19h00 - 20h00	SALADA DE CENORA (ralada)	CARNE BOVINA AO MOLHO DE TOMATE (acém bovino e extrato de tomate) BATATA EM CUBOS ( cozida ou assada)					
		ENSINO MÉDIO						
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)
		553	25	18	12	19%	85	63%

Sem	Cardápio	Segunda		Terça	Quarta	Quinta		Sexta	
	Data	23/fev		24/fev	25/fev	26/fev		27/fev	
3	Período parcial:	ARROZ E FEIJÃO		FEIJÃO	FEIJÃO*	ARROZ E FEIJÃO		ARROZ E FEIJÃO	
	Matutino: 10h - 11h00	ESTROGONOFE BOVINO (patinho em iscas, leite integral, extrato de tomate e salsinha)		ARROZ DE FORNO À MODA CAIPIRA** (arroz, carne suína em cubos, cenoura, cebola, requeijão caseiro)	GALINHADA (arroz, frango, tomate, salsinha, cenoura e cebolinha)	CARNE DE PANELA EM CUBOS (coxão duro em cubos, cebola, salsinha, cebolinha)		OMELETE DE FORNO (ovos, cebola, salsinha e cebolinha)	
	Vespertino: 13h30 - 14h30								
	Noturno: 19h00 - 20h00	BATATA EM CUBOS ( cozida ou assada)		SALADA DE REPOLHO COM TOMATE	DUETO DE LEGUMES (chuchu e batata)	SALADA DE ACELGA, CEBOLA E TOMATE (temperada com limão)		SALADA DE ALFACE E TOMATE (temperada com limão)	
						MAMÃO		BANANA	
		Kcal	Prot (g)	Prot (%)	Lip (g)	Lip (%)	CHO (g)	CHO (%)	
		576	24	17	13	20%	91	62%	

1. No dia da feijoada a escola poderá servir 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. Os produtos congelados poderão ser substituídos conforme a disponibilidade na Unidade Escolar.
4. As receitas das preparações constam nas FTPs.
5. Hortifruti (frutas, verduras e legumes) deverão ser servidos de acordo com o cardápio, abastecimento e amadurecimento dos produtos.
6. Nos dias de Estrogonofe e galinhada o feijão é "opcional" ( deve ser preparado de acordo com a aceitabilidade dos estudantes).

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

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 06, de 08/05/2020.**