

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

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