

# CARDÁPIO 7

## CEMEI - INTEGRAL E PARCIAL (de 6 a 12 meses)

JULHO/2024

UNIDADE ESCOLAR: \_\_\_\_\_



CIDADE DE  
**CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE  
EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
01/07 Segunda feira	Fórmula láctea	Carne desfiada c/ polenta, papa de arroz e feijão, salada de beterraba cozida, fruta	Fórmula láctea e fruta	Carne suína desfiada refogada c/ legumes, papa de arroz e feijão
02/07 Terça feira	Fórmula láctea	Omelete de forno c/ cenoura, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea e fruta	Sopa de macarrão, carne desfiada e legumes
03/07 Quarta feira	Fórmula láctea	Feijoadinha: carne suína desfiada, papa de arroz, feijão preto e legumes, fruta	Fórmula láctea e fruta	Escondidinho de frango desfiado, papa de arroz, tomate e feijão
04/07 Quinta feira	Fórmula láctea	Frango desfiado com purê de mandioquinha, papa de arroz e feijão, salada de brócolis cozida, fruta	Fórmula láctea e fruta	Sopa de lentilha, carne desfiada e legumes
05/07 Sexta feira	Fórmula láctea	Sopa de Macarrão com carne desfiada e berinjela, fruta	Fórmula láctea e fruta	Omelete com legumes, papa de arroz e feijão
Semana 2 e 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
08/07 A 19/07	<b>RECESSO ESCOLAR</b>			
Semana 4	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
22/07 a 24/07	<b>FORMAÇÃO CONTINUADA</b>			
25/07 Quinta feira	Fórmula láctea	Carne desfiada com batata, papa de arroz, tomate e feijão, fruta	Fórmula láctea e fruta	Frango desfiado c/ cenoura, papa de arroz e feijão
26/07 Sexta feira	Fórmula láctea	Sopa de Macarrão com frango desfiado e chuchu, fruta	Fórmula láctea e fruta	Carne desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528 e estagiários de nutrição: Alessa Alves e Guilherme Rodrigues

Avenida Sandra Maria, 66 - Jardim das Belezas / Tel: 4184-7716 / E-mail: [alimentacaocarapicuiuba@gmail.com](mailto:alimentacaocarapicuiuba@gmail.com)

# CARDÁPIO 7

## CEMEI - INTEGRAL E PARCIAL (de 6 a 12 meses)

JULHO/2024



CIDADE DE  
**CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE  
EDUCAÇÃO

Semana 5	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
<b>29/07</b> Segunda feira	Fórmula láctea	Frango desfiado com cará, papa de arroz e feijão, salada de beterraba cozida, fruta	Fórmula láctea e fruta	Carne desfiada ao molho c/ polenta, papa de arroz, legumes e feijão
<b>30/07</b> Terça feira	Fórmula láctea	Carne desfiada c/ mandioca, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea e fruta	Sopa de macarrão, frango desfiado e legumes
<b>31/07</b> Quarta feira	Fórmula láctea	Peixe desfiado c/ purê de batata, papa de arroz, tomate e feijão, fruta	Fórmula láctea e fruta	Carne desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão
<b>01/08</b> Quinta feira	Fórmula láctea	Carne desfiada com abóbora, papa de arroz e feijão, salada de couve-flor cozida, fruta	Fórmula láctea e fruta	Escondidinho de frango desfiado, papa de arroz, ervilha e cenoura
<b>02/08</b> Sexta feira	Fórmula láctea	Sopa de Macarrão com frango desfiado e vagem, fruta	Fórmula láctea e fruta	Peixe desfiado c/ legumes, papa de arroz e feijão

### Informação Nutricional (média semanal)\*

	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Vitaminas		Mineirais	
					A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1° Semana	533,00	17,00	75,00	16,00	600,00	300,00	300,00	8,00
2°Semana	515,0	18,0	70,0	16,0	550,0	320,0	300,0	8,0
3°Semana	521,0	19,0	73,0	15,0	530,0	360,0	300,0	8,0

\*A Informação nutricional do cardápio foi realizada com base nas porções recomendadas para as crianças, de acordo com cada faixa etária, conforme as exigências do Programa Nacional de Alimentação Escolar (Resolução N°20, de 02 de Dezembro de 2020).

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528 e estagiários de nutrição: Alessa Alves e Guilherme Rodrigues

Avenida Sandra Maria, 66 - Jardim das Belezas / Tel: 4184-7716 / E-mail: [alimentacaocarapicuiiba@gmail.com](mailto:alimentacaocarapicuiiba@gmail.com)

## CARDÁPIO 7

### CEMEI - INTEGRAL E PARCIAL (de 6 a 12 meses)

JULHO/2024

#### *Orientações para Cardápio 7 - BERÇÁRIO I INTEGRAL E PARCIAL:*

1. É proibido a oferta de açúcar, extrato de tomate, achocolatado, biscoitos e alimentos industrializados para as crianças do Berçário I;
2. Em preparações com carne, frango e peixe desfiar e utilizar legumes para dar cor e sabor, não utilizar extrato de tomate;
3. Utilizar sal e óleo com restrição; Não utilizar sal e óleo em excesso;
4. As papas devem ser amassadas com garfo. Não bater no liquidificador ou passar os alimentos na peneira;
5. Faça a quantidade certa de alimentos, evitando assim o desperdício;
6. Informar ao DEPAE qualquer alteração na quantidade de alunos;
7. Os itens de Hortifrutis poderão sofrer alterações conforme sazonalidade;
8. Cardápio poderá sofrer modificações, conforme intercorrências;



CIDADE DE  
**CARAPICUIBA**

SECRETARIA DE  
EDUCAÇÃO



Laura Santos  
Nutricionista  
CRN- 3 n° 25528