

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	RECESSO ESCOLAR			
Semana 4	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
22/07 a 24/07	FORMAÇÃO CONTINUADA			
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

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
29/07 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
30/07 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
31/07 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
01/08 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
02/08 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)
1ª Semana	533,00	17,00	75,00	16,00	600,00	300,00	300,00	8,00
2ª Semana	515,0	18,0	70,0	16,0	550,0	320,0	300,0	8,0
3ª 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

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