

CARDÁPIO 1

BERÇÁRIO I (6 MESES A 11 MESES) INTEGRAL E PARCIAL

NOVEMBRO/2025



**CIDADE DE
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
03/11 Segunda-feira	Fórmula láctea	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Carne desfiada c/ cenoura, papa de arroz e feijão
04/11 Terça-feira	Fórmula láctea	Carne desfiada c/ abóbora, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de fubá c/ frango desfiado e legumes
05/11 Quarta-feira	Fórmula láctea	Peixe desfiado c/ purê de mandioquinha, papa de arroz e feijão, salada brócolis cozido, fruta	Fórmula láctea, fruta	Frango desfiado c/ legumes, papa de arroz e feijão
06/11 Quinta-feira	Fórmula láctea	Omelete de forno c/ cenoura, papa de arroz e feijão, salada de beterraba cozida, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de ervilha, carne desfiada e legumes
07/11 Sexta-feira	Fórmula láctea	Sopa de Macarrão c/ frango desfiado e berinjela, fruta	Fórmula láctea, fruta	Peixe desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
10/11 Segunda-feira	Fórmula láctea	Carne desfiada c/ polenta, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Ovo cozido c/ batata e cenoura, papa de arroz e feijão
11/11 Terça-feira	Fórmula láctea	Frango desfiado c/ mandioca cozida, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de macarrão, carne moída e legumes
12/11 Quarta-feira	Fórmula láctea	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão-preto, fruta	Fórmula láctea, fruta	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão
13/11 Quinta-feira	Fórmula láctea	Frango desfiado c/ quiabo, papa de arroz e feijão, salada de couve-flor cozida, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de Lentilha c/ carne desfiada e legumes
14/11 Sexta-feira	Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ carne moída e vagem, fruta	Fórmula láctea, fruta	Frango desfiado c/cenoura, papa de arroz e feijão
Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528, Andreza dos Santos CRN 48958 e estagiárias de nutrição: Alice Rodrigues e Narrary Muniz

CARDÁPIO 1

BERÇÁRIO I (6 MESES A 11 MESES) INTEGRAL E PARCIAL

NOVEMBRO/2025



**CIDADE DE
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

17/11 Segunda-feira	Fórmula láctea	Escondidinho de frango desfiado, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão preto
18/11 Terça-feira	Fórmula láctea	Carne desfiada c/ cará, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de fubá c/frango desfiado e legumes
19/11 Quarta-feira	Fórmula láctea	Sopa macarrão c/ frango desfiado e abobrinha, fruta	Fórmula láctea, fruta	Carne moída c/ cenoura, papa de arroz e feijão
20/11 Quinta-feira	FERIADO			
21/11 Sexta-feira	PONTO FACULTATIVO			
Semana 4	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
24/11 Segunda-feira	Fórmula láctea	Carne desfiada c/ polenta, papa de arroz e feijão, salada de beterraba cozida, fruta	Fórmula láctea, fruta	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão
25/11 Terça-feira	Fórmula láctea	Frango desfiado c/ inhame, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de macarrão, carne moída e legumes
26/11 Quarta-feira	Fórmula láctea	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão-preto, fruta	Fórmula láctea, fruta	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão
27/11 Quinta-feira	Fórmula láctea	Frango desfiado c/ creme de espinafre, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de feijão c/ carne desfiada e legumes
28/11 Sexta-feira	Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ carne moída e chuchu, fruta	Fórmula láctea, fruta	Carne suína c/ legumes, papa de arroz e feijão preto

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528, Andreza dos Santos CRN 48958 e estagiárias de nutrição: Alice Rodrigues e Narrary Muniz

CARDÁPIO 1

BERÇÁRIO I (6 MESES A 11 MESES) INTEGRAL E PARCIAL

NOVEMBRO/2025



**CIDADE DE
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Informação Nutricional (média semanal)*

	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Vitaminas		Mineirais	
					A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1ª Semana	510,00	18,00	77,00	18,00	400,00	85,00	290,00	7,0
2ª Semana	515,0	18,0	75,0	17,0	390,0	87,0	280,0	7,0
3ª Semana	514,0	18,0	76,0	16,0	420,0	83,0	281,0	7,0
4ª Semana	516,0	18,0	74,0	18,0	450,0	85,0	285,0	7,0

Orientações para Cardápio 1

1. Não adicionar açúcar nas preparações (sucos, vitaminas, leite puro);
2. O extrato de tomate deve ser utilizado nas preparações descritas: "ao molho";
3. Em preparações com carne, frango e peixe utilizar legumes para dar cor e sabor;
4. Não utilizar sal e óleo em excesso;
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.

Andreza Silva
Andreza Silva
NUTRICIONISTA
CRN 48958

Laura Santos
Laura Santos
Nutricionista
CRN- 3 n° 25528

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528, Andreza dos Santos CRN 48958 e estagiárias de nutrição: Alice Rodrigues e Narrary Muniz

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