

CARDÁPIO 7

BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (1 à 3 anos e 11 meses)

NOVEMBRO/2025



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
03/11 Segunda-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito sequinho	Frango com batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Vitamina de frutas com biscoito doce	Carne c/ cenoura, arroz e feijão
04/11 Terça-feira	Vitamina de frutas c/ aveia Biscoito salgado	Carne c/ abóbora, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Leite integral s/ açúcar Torta salgada	Macarrão c/ frango ao molho de legumes, fruta
05/11 Quarta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Peixe c/ purê de mandioquinha, arroz e feijão, salada brócolis, fruta	Salada de fruta c/ leite em pó	Frango c/ polenta, arroz e feijão
06/11 Quinta-feira	Vitamina de frutas s/ açúcar Pão c/ margarina	Omelete de forno c/ cenoura, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Leite integral s/ açúcar Bolo de maça	Carne c/ legumes, arroz c/ ervilhas
07/11 Sexta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce	Macarrão c/ frango ao molho de berinjela, salada de repolho, fruta	Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ margarina	Peixe c/ batata, arroz e feijão
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
10/11 Segunda-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito sequinho	Carne ao molho c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Vitamina de frutas com biscoito rosquinha	Ovo cozido c/ batata e cenoura, arroz e feijão
11/11 Terça-feira	Vitamina de frutas c/ aveia Biscoito salgado	Bobó de Frango (mandioca)* , arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Leite Integral s/ açúcar Torta salgada	Macarrão c/ carne moída ao molho de legumes, fruta
12/11 Quarta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Feijoadinha (carne suína c/ feijão-preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Salada de fruta c/ leite em pó	Frango c/ batata, arroz e feijão
13/11 Quinta-feira	Vitamina de frutas s/ açúcar Pão c/ requeijão caseiro*	Frango c/ quiabo, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Leite integral s/ açúcar Bolo de banana	Carne c/ legumes, arroz c/ lentilha
14/11 Sexta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de pepino, fruta	Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ margarina	Frango c/cenoura, arroz e feijão

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 7

BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (1 à 3 anos e 11 meses)

NOVEMBRO/2025



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
17/11 Segunda-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito sequinho	Escondidinho de frango, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Vitamina de frutas com biscoito doce	Carne suína, virado de couve, arroz e feijão-preto, fruta
18/11 Terça-feira	Vitamina de frutas c/ aveia Biscoito salgado	Carne c/ cará, arroz e feijão, salada de vinagrete, fruta	Leite Integral s/ açúcar Torta salgada	Frango c/ polenta, arroz e feijão, fruta
19/11 Quarta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta	Salada de fruta c/ leite em pó	Carne moída c/ cenoura, arroz e feijão
20/11 Quinta-feira	FERIADO			
21/11 Sexta-feira	PONTO FACULTATIVO			
Semana 4	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
24/11 Segunda-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito sequinho	Carne com polenta, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Vitamina de frutas com biscoito rosquinha	Frango c/ legumes, arroz e feijão
25/11 Terça-feira	Vitamina de frutas c/ aveia Biscoito salgado	Frango c/ inhame, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Leite integral s/ açúcar Torta salgada	Macarrão c/ frango ao molho de legumes, fruta
26/11 Quarta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Feijoadinha (carne suína c/ feijão-preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Salada de fruta c/ leite em pó	Frango c/ batata, arroz e feijão
27/11 Quinta-feira	Vitamina de frutas s/ açúcar Pão c/ margarina	Frango c/ creme de espinafre, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Leite integral s/ açúcar Bolo de banana	Carne c/ legumes, arroz e feijão
28/11 Sexta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce	Macarrão c/ carne moída ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta	Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ margarina	Carne suína, virado de couve, arroz e feijão-preto, fruta

* **Teste de aceitabilidade**

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 7

BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (1 à 3 anos e 11 meses) 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	750,00	27,00	115,00	27,00	612,00	310,00	485,00	8,00
2ª Semana	748,0	27,0	115,0	26,0	600,0	320,0	490,0	8,0
3ª Semana	740,0	27,0	115,0	27,0	620,0	315,0	490,0	8,0
4ª Semana	745,0	27,0	114,0	27,0	618,0	320,0	490,0	8,0

Orientações para Cardápio 7 – BERÇÁRIO II e MATERNAL:

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.


Laura Santos
Nutricionista
CRN- 3 nº 25528


Andreza Silva
NUTRICIONISTA
CRN 48958

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