

CARDÁPIO 9

MATERNAL PARCIAL E EMEI PARCIAL (2 anos a 4 anos e 11 meses)

NOVEMBRO/2025



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Data	03/11	04/11	05/11	06/11	07/11
1ªSemana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Vitamina de frutas Biscoito sequilho	Leite integral Torta Salgada	Vitamina de fruta c/ aveia Biscoito rosquinha	Leite integral Pão c/ margarina	Vitamina de frutas Biscoito salgado
Almoço	Frango c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Carne c/ abóbora, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Peixe c/ purê de mandioquinha, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Omelete de forno c/ cenoura, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de berinjela, salada de repolho, fruta
Data	10/11	11/11	12/11	13/11	14/11
2ªSemana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Vitamina de frutas Biscoito doce	Leite integral Bolo de maçã	Vitamina de fruta Biscoito sequilho	Leite integral Pão c/ requeijão caseiro*	Vitamina de frutas c/ aveia Biscoito rosquinha
Almoço	Carne ao molho c/ polenta, arroz e feijão, Salada de tomate, fruta	Bobó de frango (mandioca)* , arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Feijoadinha (carne suína c/ feijão-preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Frango c/ quiabo, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de pepino, fruta
Data	17/11	18/11	19/11	20/11	21/11
3ªSemana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Vitamina de frutas Biscoito salgado	Leite integral Biscoito sequilho	Vitamina de fruta c/ aveia Biscoito doce	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Escondidinho de frango, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Carne c/ cará, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta		
Data	24/11	25/11	26/11	27/11	28/11
4ªSemana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Vitamina de frutas Biscoito rosquinha	Leite integral Bolo de banana	Vitamina de fruta Biscoito salgado	Leite integral Pão c/ geleia diet*	Vitamina de frutas c/ aveia Biscoito doce
Almoço	Carne ao molho c/ polenta, arroz e feijão, Salada de beterraba, fruta	Frango c/ Inhame, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Feijoadinha (carne suína c/ feijão-preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Frango c/ creme de espinafre* , arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Macarrão c/ carne moída ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta

* TESTE DE ACEITABILIDADE

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

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

CARDÁPIO 9

MATERNAL PARCIAL E EMEI PARCIAL (2 anos a 4 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	320,00	11,00	49,00	11,00	150,00	20,00	200,00	4,00
2ª Semana	319,0	11,0	48,0	11,0	130,0	15,0	210,0	4,0
3ª Semana	318,0	11,0	48,0	11,0	146,0	22,0	205,0	4,0
4ª Semana	320,0	11,0	49,0	12,0	150,0	26,0	208,0	4,0

Orientações para Cardápio 9

1. Não adicionar açúcar nas preparações (sucos, vitaminas, leite puro, leite com chocolate 43%);
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 nº 25528