



Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
02/02 Segunda-feira		Recesso		
03/02 Terça-feira		Recesso		
04/02 Quarta-feira		Parada Pedagógica		
05/02 Quinta-feira		Parada Pedagógica		
06/02 Sexta-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ carne moída e abobrinha, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Carne desfiada c/ batata e cenoura, papa de arroz e feijão
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
09/02 Segunda-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Frango desfiado c/ polenta, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Escondidinho de frango desfiado, papa de arroz e feijão
10/02 Terça-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Carne desfiada c/ cenoura, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e legumes
11/02 Quarta-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão, salada de beterraba cozida, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Carne desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão
12/02 Quinta-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Carne Moída c/chuchu, papa de arroz e feijão, salada de brócolis cozido, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Sopa de lentilha, frango desfiado e legumes
13/02 Sexta-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e berinjela, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Carne moída c/ legumes, papa de arroz e feijão

CARDÁPIO 6

BERÇÁRIO I INTEGRAL (6 a 11 meses)

FEVEREIRO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
16/02 Segunda-feira	Ponto facultativo			
17/02 Terça-feira	Ponto facultativo			
18/02 Quarta-feira	Parada pedagógica		Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão
19/02 Quinta-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão preto, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Sopa de fubá, carne desfiada e legumes
20/02 Sexta-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ carne moída e vagem, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Frango desfiado c/ cenoura, papa de arroz e feijão
Semana 4				
23/02 Segunda-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Carne desfiada c/ polenta, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Carne suína desfiada com legumes, papa de arroz e feijão
24/02 Terça-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Frango desfiado c/ creme de espinafre, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Sopa de macarrão, carne moída e legumes
25/02 Quarta-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Peixe desfiado c/ alho-poró, papa de arroz e feijão, salada de beterraba cozida, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Carne c/ legumes, papa de arroz e feijão
26/02 Quinta-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Carne moída c/ batata-doce, papa de arroz e feijão, salada de couve-flor cozida, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Canja (arroz, frango desfiado, cenoura)
27/02 Sexta-feira	Leite Materno ou Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e chuchu, fruta amassada	Leite Materno ou Fórmula láctea + fruta	Peixe desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528 e Andreza Santos CRN 48958

Avenida Sandra Maria, 66 - Jardim das Belezas / Tel: 4184-7716 / E-mail: alimentacaoescolar@educacarapicuiba.sp.gov.br



Informação Nutricional (média semanal)*								
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Vitaminas		Mineirais	
1° Semana	505	17	75	16	A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
2° Semana	509	17	76	17	605	240	260	7
3° Semana	508	17	75	16	608	243	255	7
4° Semana	510	17	77	17	603	248	268	7

O cálculo do valor nutricional do cardápio foi realizado com base nas porções recomendadas para cada faixa etária e no período em que as crianças permanecem na escola, atendendo assim, as exigências do Programa Nacional da Alimentação Escolar (Resolução Nº 06, de 08 de maio de 2020).

Orientações para o Cardápio

1. Não adicionar açúcar nas preparações (sucos, vitaminas, leite integral);
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 Silveira
 Andreza Silveira
 NUTRICIONISTA
 CRN 48958