

CARDÁPIO 1
BERÇÁRIO I INTEGRAL (6 à 11 meses)
MAIO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
 EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
04/05 Segunda-feira	Fórmula Láctea	Carne desfiada c/ batata, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Frango desfiado c/ legumes, papa de arroz e feijão
05/05 Terça-feira	Fórmula Láctea	Frango desfiado c/ cenoura, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Sopa de fubá c/ carne desfiada e legumes
06/05 Quarta-feira	Fórmula Láctea	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz c/ feijão preto, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Frango desfiado c/ chuchu, papa de arroz e feijão
07/05 Quinta-feira	Fórmula Láctea	Frango desfiado c/ quiabo, papa de arroz e feijão, salada de couve-flor cozida, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Sopa de lentilha c/ carne desfiada e legumes
08/05 Sexta-feira	Fórmula Láctea	Sopa de macarrão c/ carne moída e berinjela, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Escondidinho de Frango desfiado, papa de arroz e feijão
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
11/05 Segunda-feira	Fórmula Láctea	Frango desfiado c/ polenta, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Carne suína desfiada c/ cenoura, papa de arroz e feijão
12/05 Terça-feira	Fórmula Láctea	Carne desfiada c/ mandioca, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e legumes
13/05 Quarta-feira	Fórmula Láctea	Peixe desfiado c/ purê de batata, papa de arroz e feijão, salada de brócolis cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Carne desfiada c/ cenoura, papa de arroz e feijão
14/05 Quinta-feira	Fórmula Láctea	Carne desfiada c/ cenoura e beterraba cozida, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Sopa de ervilha, frango desfiado e legumes
15/05 Sexta-feira	Fórmula Láctea	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e abobrinha, fruta amassada	Fórmula Láctea e 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

CARDÁPIO 1
BERÇÁRIO I INTEGRAL (6 à 11 meses)
MAIO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
 EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
18/05 Segunda-feira	Fórmula Láctea	Carne desfiada c/ batata, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Frango desfiado c/ cenoura, papa de arroz e feijão
19/05 Terça-feira	Fórmula Láctea	Frango desfiado c/ purê de mandiocinha, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Sopa de fubá c/ carne desfiada e legumes
20/05 Quarta-feira	Fórmula Láctea	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz c/ feijão preto, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Frango desfiado c/ legumes, papa de arroz e feijão
21/05 Quinta-feira	Fórmula Láctea	Frango desfiado c/ cará, papa de arroz e feijão, salada de couve-flor cozida, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Sopa de feijão c/ carne desfiada e legumes
22/05 Sexta-feira	Fórmula Láctea	Sopa de macarrão c/ carne moída e vagem, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão
Semana 4				
25/05 Segunda-feira	Fórmula Láctea	Frango desfiado c/ polenta, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Carne suína refogada c/ cenoura, papa de arroz e feijão
26/05 Terça-feira	Fórmula Láctea	Carne desfiada c/ inhame, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e legumes
27/05 Quarta-feira	Fórmula Láctea	Peixe desfiado c/ purê de abóbora, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Carne desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão
28/05 Quinta-feira	Fórmula Láctea	Carne desfiada c/ batata, papa de arroz e feijão, salada de brócolis cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea e fruta	Canja (arroz, frango desfiado e cenoura)
29/05 Sexta-feira	Fórmula Láctea	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e chuchu, fruta amassada	Fórmula Láctea e 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

CARDÁPIO 1

BERÇÁRIO I INTEGRAL (6 à 11 meses)

MAIO/2026



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)
1° Semana	510	18	75	17	620	250	250	6
2° Semana	519	18	76	17	625	240	260	6
3° Semana	518	18	75	18	630	243	255	6
4° Semana	520	18	76	17	628	248	268	6

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 N° 04 de março de 2026).

Orientações para o Cardápio

1. Não adicionar açúcar nas preparações (sucos, vitaminas, leite integral);
2. O extrato de tomate NÃO deve ser utilizado nas preparações;
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

Observações:

- O aumento da consistência na introdução alimentar deve ser gradual, evoluindo de amassados/pastosos (6 meses) para pedaços pequenos e firmes (8-9 meses), até a comida da família (12 meses), estimulando a mastigação, o desenvolvimento sensorial e a aceitação de texturas.

- É proibido liquidificar, processar ou peneirar qualquer alimento oferecido aos menores de 12 meses.

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@educacarapicuiiba.sp.gov.br