

CARDÁPIO 9 - ESCOLAS MISTAS
MATERNAL 2 INTEGRAL (3 anos e 3 anos e 11 meses)
JULHO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
 EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
06/07 Segunda-feira	Leite c/ chocolate Biscoito	Frango c/ cenoura, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Leite c/ Flocos de milho	Carne c/ batata, arroz e feijão, fruta
07/07 Terça-feira	Leite c/ Flocos de milho	Carne c/ Mandioca, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Vitamina de frutas Biscoito	Frango c/ polenta, arroz e feijão
08/07 Quarta-feira	Vitamina de frutas Biscoito	Macarrão c/ frango ao molho de chuchu, salada de repolho, fruta	Leite c/ chocolate Biscoito	Carne suína c/ legumes, arroz e feijão, fruta
09/07 Quinta-feira	Recesso escolar			
10/07 Sexta-feira	Recesso escolar			
Semana 2 e 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
13/07 a 24/07/26	Recesso escolar			
Semana 4	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
27/07 Segunda-feira	Parada Pedagógica			
28/07 Terça-feira	Leite c/ chocolate Biscoito	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Vitamina de frutas Biscoito	Macarrão c/ frango ao molho de legumes
29/07 Quarta-feira	Leite c/ Flocos de milho	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Leite c/ chocolate Pão c/ manteiga	Carne moída c/ cenoura, arroz e feijão, fruta
30/07 Quinta-feira	Vitamina de frutas Biscoito	Frango c/ Mandioquinha, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Leite c/ Flocos de milho	Carne c/ legumes, arroz e feijão, fruta
31/07 Sexta-feira	Leite c/ chocolate Pão c/ manteiga	Macarrão c/ carne moída ao molho de berinjela, salada de pepino, fruta	Vitamina de frutas Biscoito	Escondidinho de frango, arroz e feijão

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

CARDÁPIO 9 - ESCOLAS MISTAS
MATERNAL 2 INTEGRAL (3 anos e 3 anos e 11 meses)
JULHO/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	732,00	27,00	114,00	26,00	600,00	300,00	420,00	7,00
2°Semana	730,0	26,0	114,0	27,0	580,0	290,0	430,0	7,0

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;

Andreza Silva
Andreza Silve
 NUTRICIONISTA
 CRN 48958

Laura Santos
Laura Santos
 Nutricionista
 CRN- 3 n° 25528

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