

CARDÁPIO 7 - ESCOLAS MISTAS
BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL (1 à 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/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Frango c/ cenoura, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Vitamina de frutas Batata doce	Carne c/ batata, arroz e feijão
07/07 Terça-feira	Vitamina de frutas (ou Leite Materno) Ovo mexido	Carne c/ Mandioca, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Leite c/ cacau Torta caseira	Frango c/ polenta, arroz e feijão
08/07 Quarta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de arroz c/ geleia	Macarrão c/ frango ao molho de chuchu, salada de repolho, fruta	Vitamina de frutas Bolo caseiro	Carne suína refogada c/ legumes, arroz e feijão
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/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Vitamina de frutas Batata doce	Macarrão c/ frango ao molho de legumes
29/07 Quarta-feira	Vitamina de fruta (ou Leite Materno) Ovo mexido	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Salada de frutas c/ leite em pó	Carne moída c/ cenoura, arroz e feijão
30/07 Quinta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Bisnaguinha c/ requeijão	Frango c/ Mandioquinha, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Vitamina de fruta Bolo caseiro c/ fruta e canela	Carne c/ legumes, arroz e feijão
31/07 Sexta-feira	Vitamina de fruta (ou Leite Materno) Biscoito caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de berinjela, salada de pepino, fruta	Leite c/ cacau Torta caseira	Escondidinho de frango, arroz e feijão

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

CARDÁPIO 7 - ESCOLAS MISTAS
BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL (1 à 3 anos e 11 meses)
JULHO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

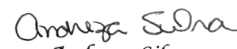
SECRETARIA DE
 EDUCAÇÃO

Informação Nutricional (média semanal)*								
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Vitaminas		Mineirais	
					A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1º Semana	790,00	25,00	114,00	21,00	600,00	300,00	489,00	8,00
2º Semana	786,0	28,0	113,0	21,0	590,0	310,0	485,0	8,0

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;


 Laura Santos
 Nutricionista
 CRN- 3 n° 25528


 Andreza Silva
 NUTRICIONISTA
 CRN 48958

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