

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



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
 EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
06/07 Segunda-feira	Fórmula láctea	Frango desfiado c/ cenoura, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula láctea e fruta	Carne desfiada c/ batata, papa de arroz e feijão
07/07 Terça-feira	Fórmula láctea	Carne desfiada c/ Mandioca, papa de arroz e feijão, salada de beterraba cozida, fruta amassada	Fórmula láctea e fruta	Sopa de fubá c/ frango desfiado e legumes
08/07 Quarta-feira	Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e chuchu, fruta amassada	Fórmula láctea e fruta	Carne Suína desfiada c/ legumes, papa de 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	Fórmula láctea	Carne desfiada c/ polenta, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula láctea e fruta	Sopa de macarrão, frango desfiado e legumes
29/07 Quarta-feira	Fórmula láctea	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão-preto, fruta amassada	Fórmula láctea e fruta	Carne moída c/ cenoura, papa de arroz e feijão
30/07 Quinta-feira	Fórmula láctea	Frango desfiado c/ Mandioquinha, papa de arroz e feijão, salada de brócolis amassado, fruta amassada	Fórmula láctea e fruta	Sopa de feijão, carne desfiada e legumes
31/07 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

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)

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)
2ªSemana	512	17	77	17	615	240	260	7
3ªSemana	508	17	75	17	608	243	255	7

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

- 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