

CARDÁPIO 2

BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (1 à 3 anos e 11 meses)

OUTUBRO/2025



**CIDADE DE
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
06/10 Segunda-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito sequinho	Frango com batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Vitamina de frutas com biscoito doce	Carne c/ legumes, arroz e feijão
07/10 Terça-feira	Vitamina de frutas c/ aveia Biscoito salgado	Omelete de forno c/ cenoura, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Suco de frutas s/ açúcar Torta salgada	Sopa de fubá c/ frango e legumes
08/10 Quarta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Feijoadinha (carne suína c/ feijão-preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Salada de fruta c/ leite em pó	Carne moída c/legumes , arroz e feijão
09/10 Quinta-feira	Vitamina de frutas s/ açúcar Pão c/ margarina	Carne c/ purê de mandioquinha, arroz e feijão, salada de vinagrete, fruta	Leite integral s/ açúcar Bolo de maça	Canja (arroz, frango e cenoura)
10/10 Sexta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce	Macarrão c/ frango ao molho de berinjela, salada de repolho, fruta	Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ margarina	Ovos c/ batata e cenoura, arroz e feijão
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
13/10 Segunda-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce	Carne moída ao molho c/ polenta, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Suco de frutas Biscoito sequinhos	Carne suína refogada c/ legumes, arroz e feijão preto
14/10 Terça-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito salgado	Frango c/ inhame, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Vitamina de frutas Biscoito rosquinhas	Sopa de macarrão, Carne e legumes
15/10 Quarta-feira	Ponto facultativo			
16/10 Quinta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinhas	Frango c/ quiabo, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Vitamina de frutas Bolinho individual	Sopa de Lentilha c/carne e legumes
17/10 Sexta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de pepino, fruta	Suco de frutas Pão c/ patê de frango*	frango c/ legumes, arroz e feijão

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528, Andreza dos Santos CRN 48958 e estagiárias de nutrição: Alice Rodrigues e Narrary Muniz

CARDÁPIO 2

BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (1 à 3 anos e 11 meses)

OUTUBRO/2025



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
20/10 Segunda-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito sequinho	Frango c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Vitamina de frutas com biscoito doce	Carne moída c/ legumes, arroz e feijão
21/10 Terça-feira	Vitamina de frutas c/ aveia Biscoito salgado	Omelete de forno c/ cenoura, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Suco de frutas s/ açúcar Torta salgada	Sopa de fubá c/ Frango e legumes
22/10 Quarta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Feijoadinha (carne suína c/ feijão-preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Salada de fruta c/ leite em pó	Carne c/ legumes, arroz e feijão
23/10 Quinta-feira	Vitamina de frutas s/ açúcar Pão c/ margarina	Carne c/ mandioca, arroz e feijão, salada de vinagrete, fruta	Leite integral s/ açúcar Bolo de maça	Sopa de ervilha c/ frango e legumes
24/10 Sexta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta	Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ margarina	Carne Suína c/ legumes, arroz e feijão
Semana 4	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
27/10 Segunda-feira	Ponto facultativo			
28/10 Terça-feira	Feriado			
29/10 Quarta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Frango com polenta, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Vitamina de fruta Biscoito doce	Carne c/ legumes, arroz e feijão
30/10 Quinta-feira	Vitamina de frutas s/ açúcar Biscoito salgado	Carne c/ cenoura, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Leite integral s/ açúcar Bolo de banana	Sopa de feijão c/ frango e legumes
31/10 Sexta-feira	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce	Macarrão c/ carne moída ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta	Vitamina de frutas Biscoito sequinho	Peixe c/ batata, arroz e feijão

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528, Andreza dos Santos CRN 48958 e estagiárias de nutrição: Alice Rodrigues e Narrary Muniz

CARDÁPIO 2

BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (1 à 3 anos e 11 meses)

OUTUBRO/2025



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	732,00	26,00	114,00	26,00	598,00	300,00	420,00	7,00
2ª Semana	788,0	27,0	114,0	25,0	580,0	290,0	430,0	7,0
3ª Semana	739,0	27,0	115,0	26,0	592,0	302,0	425,0	7,0
4ª Semana	741,0	26,0	114,0	25,0	581,0	310,0	428,0	7,0

Orientações para Cardápio 2 – BERÇÁRIO II e MATERNAL:

1. Não adicionar açúcar nas preparações (sucos, vitaminas, leite puro);
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 Hortifruti poderão sofrer alterações conforme sazonalidade;
8. Cardápio poderá sofrer modificações, conforme intercorrências.


Laura Santos
Nutricionista
CRN- 3 nº 25528


Andreza Silva
NUTRICIONISTA
CRN 48958

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Laura Santos CRN 25528, Andreza dos Santos CRN 48958 e estagiárias de nutrição: Alice Rodrigues e Narrary Muniz