

CARDÁPIO 2
BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL (1 à 3 anos e 11 meses)
MARÇO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
02/03 Segunda-feira	Leite integral ou Leite Materno Biscoito	Frango c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Creme de abacate c/ banana	Carne Moída c/ cenoura, arroz e feijão
03/03 Terça-feira	Leite integral ou Leite Materno Ovo mexido	Carne c/ Inhame, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Suco de frutas Batata doce	Sopa de fubá c/frango e legumes
04/03 Quarta-feira	Leite integral ou Leite Materno Pão c/ manteiga	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Vitamina de frutas Torta caseira	Escondidinho de frango, arroz e feijão
05/03 Quinta-feira	Leite integral ou Leite Materno Ovo mexido	Frango c/ cenoura, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Chá de ervas Bolo caseiro c/ fruta e canela	Sopa de ervilha, Carne e legumes
06/03 Sexta-feira	Leite integral ou Leite Materno Bisnaguinha c/ geleia de frutas	Macarrão c/ carne moída ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta	Salada de frutas c/ leite em pó	Frango c/ Legumes, arroz e feijão
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
09/03 Segunda-feira	Leite integral ou Leite Materno Biscoito	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Creme de manga c/ banana	Carne Suína refogada c/ pimentão e tomate, farofa c/ cenoura, arroz e feijão
10/03 Terça-feira	Leite integral ou Leite Materno Ovo mexido	Frango c/cará, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Suco de frutas Mandioca cozida	Sopa de macarrão c/ carne moída e legumes
11/03 Quarta-feira	Leite integral ou Leite Materno Pão c/ manteiga	Peixe c/ purê de batata, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Vitamina de frutas Torta caseira	Carne c/ cenoura, arroz e feijão
12/03 Quinta-feira	Leite integral ou Leite Materno Ovo mexido	Carne em iscas c/ batata-doce, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Chá de ervas Bolo caseiro c/ fruta e canela	Sopa de lentilha, frango e legumes
13/03 Sexta-feira	Leite integral ou Leite Materno Bisnaguinha c/ geleia de frutas	Macarrão c/ frango ao molho de berinjela, salada de pepino, fruta	Salada de frutas c/ leite em pó	Peixe c/ Legumes, arroz e feijão

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

CARDÁPIO 2
BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL (1 à 3 anos e 11 meses)
MARÇO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
16/03 Segunda-feira	Leite integral ou Leite Materno Biscoito	Escondidinho de frango, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Creme de Abacate c/ banana	Carne em iscas c/ legumes, arroz e feijão
17/03 Terça-feira	Leite integral ou Leite Materno Ovo mexido c/ salsinha	Carne c/ chuchu, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Suco de frutas Batata doce	Sopa de fubá c/ frango e legumes
18/03 Quarta-feira	Leite integral ou Leite Materno Pão c/ manteiga	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Vitamina de frutas Torta caseira	Frango c/ cenoura, arroz e feijão
19/03 Quinta-feira	Leite integral ou Leite Materno Ovo mexido c/ salsinha	Frango c/ quiabo, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Chá de ervas Bolo caseiro c/ fruta e canela	Sopa de feijão c/ carne e legumes
20/03 Sexta-feira	Leite integral ou Leite Materno Bisnaguinha c/ geleia de frutas	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de repolho, fruta	Salada de frutas c/ leite em pó	Frango c/ batata, arroz e feijão
Semana 4				
23/03 Segunda-feira	Leite integral ou Leite Materno Biscoito	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Suco de frutas Bolo caseiro c/ fruta e canela	Carne suína refogada c/ legumes, arroz e feijão
24/03 Terça-feira	Leite integral ou Leite Materno Ovo mexido c/ salsinha	Peixe c/ abóbora, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Chá de ervas Biscoito	Canja (arroz, frango e cenoura)
25/03 Quarta-feira	Leite integral ou Leite Materno Biscoito	Macarrão c/ frango ao molho de chuchu, salada de repolho, fruta	Vitamina de frutas Torta caseira	Carne c/ legumes, arroz e feijão
26/03 Quinta-feira	FERIADO			
27/03 Sexta-feira	PONTO FACULTATIVO			

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

CARDÁPIO 2

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

MARÇO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

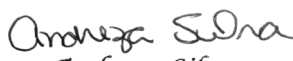
Informação Nutricional (média semanal)*								
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Vitaminas		Mineirais	
					A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1º Semana	740,00	27,00	115,00	28,00	600,00	300,00	429,00	7,00
2ª Semana	738,0	27,0	114,0	28,0	580,0	290,0	430,0	7,0
3ª Semana	739,0	27,0	115,0	28,0	590,0	318,0	429,0	7,0
4ª Semana	740,0	27,0	114,0	28,0	585,0	310,0	428,0	7,0

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° 06, de 08 de maio de 2020).

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 nº 25528


Andreza Silva
NUTRICIONISTA
CRN 48958

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