

CARDÁPIO 1

BERÇÁRIO I (6 MESES A 11 MESES) INTEGRAL E PARCIAL

DEZEMBRO/2025



**CIDADE DE
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
01/12 Segunda-feira	Fórmula láctea	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Carne desfiada c/ cenoura, papa de arroz e feijão
02/12 Terça-feira	Fórmula láctea	Carne desfiada c/ abóbora, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de fubá c/ frango desfiado e legumes
03/12 Quarta-feira	Fórmula láctea	Peixe desfiado c/ purê de mandioquinha, papa de arroz e feijão, salada brócolis cozido, fruta	Fórmula láctea, fruta	Frango desfiado c/ legumes, papa de arroz e feijão
04/12 Quinta-feira	Fórmula láctea	Carne moída c/ cenoura, papa de arroz e feijão, salada de beterraba cozida, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de ervilha, carne desfiada e legumes
05/12 Sexta-feira	Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e berinjela, fruta	Fórmula láctea, fruta	Peixe desfiado c/ batata, papa arroz e feijão
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
08/12 Segunda-feira	Fórmula láctea	Carne desfiada c/ polenta, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Ovo cozido c/ batata e cenoura, papa de arroz e feijão
09/12 Terça-feira	Fórmula láctea	Bobó de Frango desfiado (mandioca), papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de macarrão, carne moída e legumes
10/12 Quarta-feira	Fórmula láctea	Carne suína desfiada, papa de arroz e feijão-preto, fruta	Fórmula láctea, fruta	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão
11/12 Quinta-feira	Fórmula láctea	Frango desfiado c/ quiabo, papa de arroz e feijão, salada de couve-flor cozida, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de Lentilha c/ carne desfiada e legumes
12/12 Sexta-feira	Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ carne moída e vagem, fruta	Fórmula láctea, fruta	Frango desfiado c/ cenoura, papa de 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 1

BERÇÁRIO I (6 MESES A 11 MESES) INTEGRAL E PARCIAL

DEZEMBRO/2025



**CIDADE DE
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
15/12 Segunda-feira	Fórmula láctea	Escondidinho de frango desfiado, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão preto
16/12 Terça-feira	Fórmula láctea	Carne desfiado c/ cará, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de fubá c/ frango desfiado e legumes
17/12 Quarta-feira	Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e abobrinha, fruta	Fórmula láctea, fruta	Carne moída c/ cenoura, papa de arroz e feijão
18/12 Quinta-feira	Fórmula láctea	Frango desfiado c/ creme de espinafre, papa de arroz e feijão, fruta	Fórmula láctea, fruta	Sopa de feijão c/ carne desfiada e legumes
19/12 Sexta-feira	Fórmula láctea	Sopa de macarrão c/ carne moída e chuchu, fruta	Fórmula láctea, fruta	Carne suína desfiada c/ legumes, papa arroz e feijão preto

Informação Nutricional (média semanal)*

	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Vitaminas		Mineirais	
					A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1º Semana	533,00	17,00	75,00	16,00	600,00	300,00	300,00	8,00
2º Semana	515,0	18,0	70,0	16,0	550,0	320,0	300,0	8,0
3º Semana	521,0	19,0	73,0	15,0	530,0	360,0	300,0	8,0

Orientações para Cardápio 1

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 Hortifrutis poderão sofrer alterações conforme sazonalidade;
8. Cardápio poderá sofrer modificações, conforme intercorrências.

Andreza Silva
Andreza Silva
NUTRICIONISTA
CRN 48958

Laura Santos
Laura Santos
Nutricionista
CRN- 3 n° 25528

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

Avenida Sandra Maria, 66 - Jardim das Belezas / Tel: 4184-7716 / E-mail: alimentacaocarapicuiuba@gmail.com