

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



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
 EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
01/06 Segunda-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Carne desfiada c/ cenoura, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Frango desfiado c/ legumes, papa de arroz e feijão
02/06 Terça-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz c/ feijão preto, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Sopa de fubá c/ carne desfiada e legumes
03/06 Quarta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Sopa de macarrão c/ carne moída e berinjela, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão
04/06 Quinta-feira	Feriado			
05/06 Sexta-feira	Ponto facultativo			
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
08/06 Segunda-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Frango desfiado c/ polenta, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Carne desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão
09/06 Terça-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Carne desfiada c/ mandioca, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e legumes
10/06 Quarta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Peixe desfiado c/ purê de mandioquinha, papa arroz e feijão, salada de beterraba, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Carne desfiada c/ cenoura, papa de arroz e feijão
11/06 Quinta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Carne desfiada c/ creme de espinafre, papa de arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Sopa de ervilha, frango desfiado e legumes
12/06 Sexta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e abobrinha, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Carne desfiada c/ batata, 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)
JUNHO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
 EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
15/06 Segunda-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Carne desfiada c/ chuchu, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Frango desfiado c/ cenoura, papa de arroz e feijão
16/06 Terça-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Frango desfiado c/ ervilha torta, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Sopa de fubá c/ carne desfiada e legumes
17/06 Quarta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz c/ feijão preto, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Frango desfiado c/ legumes, papa de arroz e feijão
18/06 Quinta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Frango desfiado c/ cará, papa de arroz e feijão, salada de brócolis, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Sopa de feijão c/ carne desfiada e legumes
19/06 Sexta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Sopa de macarrão c/ carne moída e vagem, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Frango desfiado c/ batata, papa de arroz e feijão
Semana 4	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
22/06 Segunda-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Frango desfiado c/ polenta, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Carne suína desfiada c/ cenoura cozida, papa de arroz e feijão
23/06 Terça-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Carne desfiada c/ mandioca, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e legumes
24/06 Quarta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Peixe desfiado c/ purê de abóbora, papa de arroz e feijão, salada de beterraba, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Carne desfiada c/ legumes, papa de arroz e feijão
25/06 Quinta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Carne desfiada c/ Inhame, papa de arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Sopa de lentilha, frango desfiado e legumes
26/06 Sexta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Sopa de macarrão c/ frango e chuchu, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Peixe desfiado c/ batata, 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)
JUNHO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
 EDUCAÇÃO

Semana 5	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
29/06 Segunda-feira	Feriado			
30/06 Terça-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Carne desfiada c/ polenta, papa de arroz e feijão, tomate cozido, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e legumes
01/07 Quarta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Frango desfiado c/ creme de espinafre, papa de arroz e feijão, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Carne moída desfiada c/ chuchu, papa de arroz e feijão
02/07 Quinta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Carne suína desfiada c/ legumes, papa de arroz c/ feijão preto, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Canja (arroz, frango desfido e cenoura)
03/07 Sexta-feira	Fórmula Láctea (ou leite materno)	Sopa de macarrão c/ carne moída e berinjela, fruta amassada	Fórmula Láctea (ou leite materno) e fruta	Frango desfiado c/ legumes, papa de arroz e feijão

Informação Nutricional (média semanal)*								
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Vitaminas		Mineirais	
					A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1ª Semana	505	17	75	16	601	250	250	7
2ª Semana	509	17	76	17	605	240	260	7
3ª Semana	508	17	75	16	608	243	255	7
4ª Semana	510	17	77	17	603	248	268	7
5ª Semana	509	17	77	16	610	258	260	7

- 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

Avenida Sandra Maria, 66 - Jardim das Belezas / Tel: 4184-7716 / E-mail: alimentacaoescolar@educacarapicuiiba.sp.gov.br

CARDÁPIO 1

BERÇÁRIO I INTEGRAL (6 à 11 meses)

JUNHO/2026




CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

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