

CARDÁPIO 2

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

JUNHO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
01/06 Segunda-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Carne c/ cenoura, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Vitamina de frutas Batata doce	Frango c/ legumes, arroz e feijão
02/06 Terça-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Suco de frutas Torta caseira	Sopa de fubá c/ carne e legumes
03/06 Quarta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de arroz c/ geleia de frutas	Macarrão c/ carne moída ao molho de berinjela, salada de pepino, fruta	Vitamina de frutas Bolo caseiro	Escondidinho de frango, arroz e feijão
04/06 Quinta-feira	Feriado			
05/06 Sexta-feira	Ponto facultativo			
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
08/06 Segunda-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Suco de frutas Batata doce	Carne c/ legumes, arroz e feijão
09/06 Terça-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Carne c/ mandioca, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Vitamina de frutas Torta caseira	Sopa de macarrão c/ frango e legumes
10/06 Quarta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) <u>Biscoito de arroz c/ geleia de uva-passa*</u>	Peixe c/ alho-poró, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Salada de frutas	Carne c/ cenoura, arroz e feijão
11/06 Quinta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Carne c/ creme de espinafre, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Vitamina de fruta Bolo caseiro c/ fruta	Sopa de ervilha, frango e legumes
12/06 Sexta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta	Curau de milho c/ banana e canela	Pão c/ carne louca, suco de manga, salada de frutas

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)

JUNHO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
15/06 Segunda-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Carne c/ chuchu, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Suco de frutas Batata doce	Frango c/ cenoura, arroz e feijão
16/06 Terça-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Frango c/ ervilha torta, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Vitamina de frutas Biscoito de aveia c/ uva-passa sem açúcar*	Sopa de fubá c/ carne e legumes
17/06 Quarta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de arroz c/ geleia de frutas	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Salada de frutas	Frango c/ legumes, arroz e feijão
18/06 Quinta-feira0	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Frango c/ cará, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Vitamina de fruta Bolo caseiro c/ fruta e canela	Sopa de feijão c/ carne e legumes
19/06 Sexta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de pepino, fruta	Arroz doce s/ açúcar com uva-passa*	Escondidinho de frango, arroz e feijão
Semana 4	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
22/06 Segunda-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de polvilho	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Suco de frutas Batata doce	Carne suína refogada, farofa c/ cenoura, arroz e feijão
23/06 Terça-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Carne c/ mandioca, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Vitamina de banana c/ uva-passa* Torta caseira	Sopa de macarrão c/ frango e legumes
24/06 Quarta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de arroz c/ geleia de frutas	Peixe c/ purê de abóbora, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Salada de frutas	Carne c/ legumes, arroz e feijão
25/06 Quinta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Carne c/ Inhame, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Vitamina de fruta Bolo sem açúcar de banana, uva-passa e canela*	Sopa de lentilha, frango e legumes
26/06 Sexta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ frango ao molho de chuchu, salada de repolho, fruta	Creme de banana, batata doce e maracujá	Peixe c/ batata, arroz e feijão

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)

JUNHO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 5	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
29/06 Segunda-feira	Feriado			
30/06 Terça-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Suco de frutas Batata doce	Sopa de macarrão c/ frango e legumes
01/07 Quarta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Biscoito de arroz c/ geleia de frutas	Frango c/ creme de espinafre, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Salada de frutas	Carne moída c/ chuchu, arroz e feijão
02/07 Quinta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Ovo mexido	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Vitamina de fruta Bolo caseiro	Canja (arroz, frango e cenoura)
03/07 Sexta-feira	Leite c/ cacau (ou Leite Materno) Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de berinjela, salada de pepino, fruta	Mingau de aveia adoçado c/ uva-passa*	Frango c/ legumes, arroz e feijão

* **Teste de aceitabilidade***

Informação Nutricional (média semanal)*								
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Vitaminas		Mineirais	
					A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1ª Semana	734	27	112	28	630	300	530	7
2ª Semana	730	27	110	27	600	250	520	7
3ª Semana	735	27	114	28	620	300	523	7
4ª Semana	732	27	112	27	610	280	520	7
5ª Semana	736	27	115	28	620	290	522	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

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