

CARDÁPIO 3

MATERNAL PARCIAL

SETEMBRO DE 2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Data	31/08	01/09	02/09	03/09	04/09
1ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira		Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Vitamina de frutas Ovo mexido	Leite c/ cacau Batata-doce	Vitamina de frutas Biscoito caseiro	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro
Almoço	Carne c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Peixe c/ purê de abóbora, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Carne c/ creme de espinafre, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta
Data	07/09	08/09	09/09	10/09	11/09
2ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	FERIADO	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Vitamina de frutas Ovo mexido	Leite c/ cacau Biscoito caseiro	Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ requeijão caseiro
Almoço		Frango c/cenoura, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Carne c/ mandioca, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de pepino, fruta
Data	14/09	15/09	16/09	17/09	18/09
3ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Vitamina de frutas Ovo mexido	Leite c/ cacau Batata-doce	Vitamina de frutas Biscoito caseiro	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro
Almoço	Frango c/ chuchu, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Peixe c/ purê de mandioquinha, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Carne c/ cará, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de berinjela, salada de repolho, fruta
Data	21/09	22/09	23/09	24/09	25/09
4ª Semana	Segunda feira	Terça feira	Quarta feira	Quinta feira	Sexta feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Vitamina de frutas Ovo mexido	Leite c/ cacau Batata-doce	Vitamina de frutas Biscoito caseiro	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro
Almoço	Carne c/ inhame, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Frango c/ abóbora, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Escondidinho de frango, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Macarrão c/ carne moída ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta

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

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

CARDÁPIO 3

MATERNAL PARCIAL (3 a 4 ANOS)

SETEMBRO DE 2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Data	28/09 Segunda feira	29/09 Terça feira	30/09 Quarta feira	01/10	02/10 Sexta feira
5ª Semana					
Entrada Manhã/Tarde	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Vitamina de frutas Ovo mexido	Leite c/ cacau Batata-doce	Vitamina de frutas Biscoito caseiro	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro
Almoço	Carne c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Peixe c/ alho-poró, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Carne c/ mandioca, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta

Informação Nutricional (média semanal)*								
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Vitaminas		Mineirais	
					A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1ª Semana	325	11	48	12	150	50	250	5
2ª Semana	323	11	47	11	160	59	250	5
3ª Semana	322	11	47	11	152	60	251	5
4ª Semana	324	11	47	12	155	55	250	5
5ª Semana	325	11	48	12	153	63	250	5

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° 04 de março de 2026).

Orientações para o Cardápio

1. Proibido o uso de açúcar.
2. O extrato de tomate deverá ser utilizado exclusivamente nas preparações descritas como "ao molho".
3. Nas preparações à base de carne bovina, frango ou peixe, utilizar legumes para proporcionar cor, sabor e valor nutricional.
4. Evitar o uso excessivo de sal e óleo nas preparações.
5. Uso de açúcar deve ser de acordo com a Ficha técnica da preparação;
6. Preparar a quantidade adequada de alimentos, de modo a evitar desperdícios.
7. Informar ao DEPAE qualquer alteração na quantidade de alunos atendidos.
8. Os itens de hortifrúti poderão sofrer alterações em função da sazonalidade e da disponibilidade dos produtos.
9. O cardápio poderá ser alterado em razão de intercorrências ou necessidades operacionais.

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 Silva CRN 48958

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