

CARDÁPIO 7 - ESCOLAS MISTAS
BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL (1 à 3 anos e 11 meses)
SETEMBRO/2026



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
31/08 Segunda-feira	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Carne c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Suco de fruta Batata doce	Carne suína c/ farofa de cenoura, arroz e feijão
01/09 Terça-feira	Vitamina de frutas Ovo mexido	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Leite c/ cacau Torta salgada	Macarrão c/ carne moída ao molho de legumes, fruta
02/09 Quarta-feira	Leite c/ cacau Biscoito caseiro	Peixe c/ purê de abóbora, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Salada de frutas c/ leite em pó	Carne c/ chuchu, arroz e feijão
03/09 Quinta-feira	Vitamina de frutas Ovo mexido	Carne c/ creme de espinafre, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Leite c/ cacau Bolo caseiro	Frango c/ legumes, arroz c/ ervilhas, fruta
04/09 Sexta-feira	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta	Creme de frutas (abacate c/ banana)	Peixe c/ batata, arroz e feijão
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
07/09 Segunda-feira	FERIADO			
08/09 Terça-feira	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Frango c/cenoura, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Suco de fruta Batata doce	Macarrão c/ carne ao molho de legumes
09/09 Quarta-feira	Vitamina de frutas Ovo mexido	Carne c/ mandioca, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Leite c/ cacau Torta salgada	Frango c/ batata, arroz e feijão, fruta
10/09 Quinta-feira	Leite c/ cacau Biscoito caseiro	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, virado de couve, fruta	Salada de frutas c/ leite em pó	Carne c/ polenta, arroz c/ lentilhas
11/09 Sexta-feira	Vitamina de frutas Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de pepino, fruta	Leite c/ cacau Bolo caseiro	Frango c/ chuchu, arroz e feijão, fruta

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 7 - ESCOLAS MISTAS
BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL (1 à 3 anos e 11 meses)
SETEMBRO/2026



**CIDADE DE
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
14/09 Segunda-feira	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Frango c/ chuchu, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Suco de fruta Batata doce	Carne suína c/ farofa de cenoura, arroz e feijão
15/09 Terça-feira	Vitamina de frutas Ovo mexido	Carne c/ polenta, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Leite c/ cacau Torta salgada	Macarrão c/ frango ao molho de legumes, fruta
16/09 Quarta-feira	Leite c/ cacau Biscoito caseiro	Peixe c/ purê de mandioquinha, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Salada de frutas c/ leite em pó	Carne c/ batata, arroz e feijão
17/09 Quinta-feira	Vitamina de frutas Ovo mexido	Carne c/ cará, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Leite c/ cacau Bolo caseiro	Frango c/ legumes, arroz e feijão, fruta
18/09 Sexta-feira	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ frango ao molho de berinjela, salada de repolho, fruta	Creme de frutas (manga e banana)	Peixe c/ legumes, arroz e feijão
Semana 4				
21/09 Segunda-feira	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Carne c/ inhame, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Suco de fruta Batata doce	Frango c/ batata, arroz e feijão
22/09 Terça-feira	Vitamina de frutas Ovo mexido	Frango c/ abóbora, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Leite c/ cacau Torta salgada	Macarrão c/ carne ao molho de legumes, fruta
23/09 Quarta-feira	Leite c/ cacau Biscoito caseiro	Feijoadinha (carne suína c/ feijão preto), arroz, virado de couve, fruta	Salada de frutas c/ leite em pó	Frango c/ polenta, arroz e feijão
24/09 Quinta-feira	Vitamina de frutas Ovo mexido	Escondidinho de frango, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Leite c/ cacau Bolo caseiro	Carne c/ batata, arroz e feijão, fruta
25/09 Sexta-feira	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ carne moída ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta	Creme de frutas (abacate c/ banana)	Frango c/ cenoura, 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 7 - ESCOLAS MISTAS

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

SETEMBRO/2026



**CIDADE DE
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Semana 5				
28/09 Segunda-feira	Leite c/ cacau Biscoito de polvilho	Carne c/ batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Suco de fruta Batata doce	Carne suína c/ farofa de cenoura, arroz e feijão
29/09 Terça-feira	Vitamina de frutas Ovo mexido	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Leite c/ cacau Torta salgada	Macarrão c/ carne moída ao molho de legumes, fruta
30/09 Quarta-feira	Leite c/ cacau Biscoito caseiro	Peixe c/ alho-poró, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Salada de frutas c/ leite em pó	Carne c/ chuchu, arroz e feijão
01/10 Quinta-feira	Vitamina de frutas Ovo mexido	Carne c/ mandioca, arroz e feijão, salada de Couve-flor, fruta	Leite c/ cacau Bolo caseiro	Frango c/ cenoura, arroz e feijão, fruta
02/10 Sexta-feira	Leite c/ cacau Bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta	Creme de frutas (manga c/ banana)	Peixe c/ batata, 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	739	27	115	28	630	300	530	7
2ª Semana	737	27	114	28	600	250	520	7
3ª Semana	736	27	115	27	620	300	523	7
4ª Semana	735	27	114	27	610	280	520	7
5ª Semana	737	27	115	28	620	290	522	7

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 Nº 04 de março de 2026).

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 7 - ESCOLAS MISTAS

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

SETEMBRO/2026



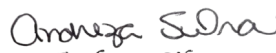
CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Orientações para o Cardápio

1. Não adicionar açúcar às preparações, incluindo sucos, vitaminas, leite com cacau, bolos, biscoitos e geleias.
2. O leite de vaca poderá ser substituído por **leite materno**, desde que sejam rigorosamente observadas as orientações de higiene para ordenha, transporte e armazenamento.
3. Nas preparações descritas com a indicação de "legumes", deverão ser utilizados os legumes variados adquiridos para o atendimento da semana.
4. O extrato de tomate deverá ser utilizado exclusivamente nas preparações descritas como "ao molho".
5. Nas preparações à base de carne bovina, frango ou peixe, utilizar legumes para proporcionar cor, sabor e valor nutricional.
6. Evitar o uso excessivo de sal e óleo nas preparações.
7. Preparar a quantidade adequada de alimentos, de modo a evitar desperdícios.
8. Informar ao DEPAE qualquer alteração na quantidade de alunos atendidos.
9. Os itens de hortifrúti poderão sofrer alterações em função da sazonalidade e da disponibilidade dos produtos.
10. O cardápio poderá ser alterado em razão de intercorrências ou necessidades operacionais.


Laura Santos
Nutricionista
CRN- 3 n° 25528


Andreza Santos
NUTRICIONISTA
CRN 48958

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