

CARDÁPIO 2

BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (1 à 3 anos e 11 meses) FEVEREIRO/2023



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

UNIDADE ESCOLAR: _____

Semana 1	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
03/02 Sexta feira	Leite c/Chocolate Biscoito Sequilho	Macarrão c/Carne moída molho e alho poró e salada de acelga e fruta	Suco de frutas Biscoitos	Frango refogado c/batata, arroz e feijão
Semana 2	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
06/02 Segunda feira	Leite c/Chocolate Biscoito Salgado	Ovo cozido c/batata, cenoura e vagem, arroz e feijão, fruta	Crema de abacate	Frango c/legumes, arroz e feijão
07/02 Terça feira	Leite c/fruta e aveia Biscoito Doce	Frango c/mandioquinha, arroz e feijão, Salada de acelga e fruta	Suco de frutas torta salgada	Sopa de Macarrão c/carne e legumes
08/02 Quarta feira	Leite Puro s/ açúcar Biscoito Rosquinha	Carne ao molho c/polenta, arroz e feijão, salada de pepino e fruta	Leite c/ chocolate Biscoitos	Frango assado c/legumes, arroz e feijão
09/02 Quinta feira	Leite c/ fruta Biscoito salgado	Carne suína refogada c/tomate, cebola e pimentão, arroz e feijão, farofa de legumes e fruta	Salada de frutas c/aveia	Sopa de lentilha c/carne e legumes
10/02 Sexta feira	Leite c/Chocolate Biscoito Sequilho	Macarrão c/Carne ao molho de berinjela e salada de couve flor e fruta	Suco de frutas Biscoitos	Frango refogado c/batata, arroz e feijão
Semana 3	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
13/02 Segunda feira	Leite c/Chocolate Biscoito Salgado	Frango c/cenoura, arroz e feijão, salada de beterraba e fruta	Vitamina de frutas c/aveia	Carne moída ao molho c/purê de batata, arroz e feijão
14/02 Terça feira	Leite c/fruta e aveia Biscoito Doce	Iscas de carne c/pimentão e cebola, arroz e feijão, salada de alface e fruta	Suco de frutas Biscoito	Sopa de fubá c/frango e legumes
15/02 Quarta feira	Leite Puro s/ açúcar Biscoito Rosquinha	Peixe c/alho-poró, arroz e feijão, salada de brócolis e fruta	Leite c/ chocolate Biscoitos	Carne c/mandioquinha, arroz e feijão
16/02 Quinta feira	Leite c/ fruta Biscoito salgado	Carne c/batata, arroz e feijão, Salada de cenoura e fruta	Suco de frutas e Torta salgada	Sopa de ervilha c/frango e legumes

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Nilzete Cavilia CRN 33776 / Laura Santos CRN 25528

CARDÁPIO 2

BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (1 à 3 anos e 11 meses) FEVEREIRO/2023



**CIDADE DE
CARAPICUÍBA**

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

17/02 Sexta feira	Leite c/Chocolate Biscoito Sequilho	Macarrão c/frango ao molho de vagem, salada de repolho e fruta	Leite c/ fruta e biscoitos	Carne Moída c/berinjela, arroz e feijão
Semana 4	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
20/02 Segunda feira	Ponto Facultativo			
21/02 Terça feira	Carnaval			
22/02 Quarta feira	Ponto Facultativo até as 13:00 horas			
23/02 Quinta feira	Leite c/Chocolate Biscoito Salgado	Escondidinho de frango, arroz e feijão, salada de tomate e fruta	Mingau de amido	Sopa de feijão, carne e legumes
24/02 Sexta feira	Leite c/ fruta e aveia Biscoito Doce	Macarrão c/ carne moída ao molho de chuchu, Salada de pepino e fruta	Vitamina de mamão c/ aveia e biscoito	Frango assado c/batata, arroz e feijão , salada de cenoura
Semana 5	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
27/02 Segunda feira	Leite c/Chocolate Biscoito Salgado	Omelete de legumes, arroz c/feijão, Salada de vinagrete e fruta	Creme de Manga	Frango c/legumes, arroz e feijão
28/02 Terça feira	Leite c/fruta e aveia Biscoito Doce	Frango c/quiabo, arroz e feijão, salada de acelga c/tomate e fruta	Leite c/ chocolate e biscoitos	Caldo verde (carne, batata, couve picadinha)
01/03 Quarta feira	Leite Puro s/ açúcar Biscoito Rosquinha	Carne c/ legumes, arroz e feijão, salada de beterraba e fruta	Suco de frutas e Torta salgada	Frango desfiado c/vagem, arroz e feijão
02/03 Quinta feira	Leite c/ fruta Biscoito salgado	Feijão preto c/carne suína, arroz, couve refogada, farofa de legumes e fruta	Salada de frutas c/aveia	Carne c/batata, arroz de feijão, salada de cenoura
03/03 Sexta feira	Leite c/Chocolate Biscoito Sequilho	Macarrão c/ frango ao molho de abobrinha, Salada de brócolis e fruta	Leite c/ fruta e biscoitos	Canja (Frango, batata, cenoura, tomate e arroz)

Cardápio Elaborado pela Equipe Técnica do DEPAE: Nilzete Cavilia CRN 33776 / Laura Santos CRN 25528

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

CARDÁPIO 2

BERÇÁRIO II e MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (1 à 3 anos e 11 meses) FEVEREIRO/2023



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Informação Nutricional (média semanal)*								
	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Vitaminas		Mineirais	
					A (ug)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1º Semana	738,00	26,00	116,00	20,00	244,00	86,00	420,00	8,00
2ª Semana	741,00	27,00	113,00	21,00	230,00	58,00	380,00	9,00
3ª Semana	769,0	26,0	115,0	27,0	280,0	74,0	410,0	8,0
4ª Semana	754,0	25,0	110,0	23,0	300,0	72,0	390,0	10,0

*A Informação nutricional do cardápio foi realizada com base nas porções recomendadas para as crianças, de acordo com cada faixa etária, conforme as exigências do Programa Nacional de Alimentação Escolar (Resolução N°20, de 02 de Dezembro de 2020).

Orientações para Cardápio 2 – BERÇÁRIO II e MATERNAL:

1. Não adicionar açúcar nas preparações (sucos, vitaminas, leite puro, leite com chocolate 43%);

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


Dra. Nilzete Cavila de Araújo
Nutricionista
CRN3: 33776