

CARDÁPIO 3

MATERNAL PARCIAL (2 anos a 4 anos)

MAIO/2025



CIDADE DE
CARAPICUÍBA

SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

Data	05/05	06/05	07/05	08/05	09/05
1ªSemana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite integral s/ açúcar Biscoito sequilho	Vitamina de frutas c/ aveia Torta salgada	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Vitamina de frutas Pão c/ margarina	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce
Almoço	Carne c/ cenoura, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Frango c/cará, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Feijoadinha (carne suína c/ feijão- preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Peixe c/purê de abóbora, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Macarrão c/ carne moída ao molho de abobrinha, salada de repolho, fruta
Data	12/05	13/05	14/05	15/05	16/05
2ªSemana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite integral s/ açúcar Biscoito salgado	Vitamina de frutas c/ aveia Bolo de banana	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Vitamina de frutas s/ açúcar Pão c/ margarina	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce
Almoço	Escondidinho de frango, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Carne c/ mandioca, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Omelete de forno com cenoura, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Carne moída c/ batata-doce, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de chuchu, salada de pepino, fruta
Data	19/05	20/05	21/05	22/05	23/05
3ªSemana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite integral s/ açúcar Biscoito sequilho	Vitamina de frutas c/ aveia Torta salgada	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Vitamina de frutas s/ açúcar Pão c/ margarina	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce
Almoço	Carne com batata, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Frango c/ ervilha-torta, arroz e feijão, salada de acelga, fruta	Feijoadinha (carne suína c/ feijão- preto), arroz, farofa, couve refogada, fruta	Peixe c/ purê de mandioquinha, arroz e feijão, salada de brócolis, fruta	Macarrão c/ carne moída ao molho de vagem, salada de repolho, fruta
Data	26/05	27/05	28/05	29/05	30/05
4ªSemana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Entrada Manhã/Tarde	Leite integral s/ açúcar Biscoito salgado	Vitamina de frutas c/ aveia Bolo de maçã	Leite integral s/ açúcar Biscoito rosquinha	Vitamina de frutas s/ açúcar Pão c/ margarina	Leite integral s/ açúcar Biscoito doce
Almoço	Frango c/ polenta, arroz e feijão, salada de tomate, fruta	Carne com inhame, arroz e feijão, salada de alface, fruta	Omelete de forno com cenoura, arroz e feijão, salada de beterraba, fruta	Carne moída com chuchu, arroz e feijão, salada de couve-flor, fruta	Macarrão c/ frango ao molho de berinjela, salada de pepino, fruta

CARDÁPIO 3

MATERNAL PARCIAL (2 anos a 4 anos)

MAIO/2025



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)
1ª Semana	310,00	11,00	48,00	11,00	150,00	16,00	200,00	4,00
2ª Semana	318,00	11,00	47,00	11,00	120,00	18,00	200,00	4,00
3ª Semana	320,0	11,0	49,0	11,0	180,0	20,0	200,0	5,0
4ª Semana	315,0	11,0	48,0	11,0	140,0	15,0	200,0	4,0

Orientações para Cardápio 3 - 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 nº 25528


Andreza Silva
NUTRICIONISTA
CRN 48958