

CARDÁPIO: BERÇÁRIO I (Idade: 6 meses a 11 meses e 29 dias)

TURNO INTEGRAL (70 % das necessidades nutricionais diárias)

OBSERVAÇÃO: Bebês menores de 6 meses de idade devem receber apenas leite materno ou fórmula infantil.

PROIBIDO O USO DE AÇÚCAR E PREPARAÇÕES QUE CONTENHAM AÇÚCAR.

NÃO OFERECER SUCOS.

NÃO USAR SAL.

NÃO É INDICADO LIQUIDIFICAR A COMIDA (EXCETO LAUDOS : PROBLEMAS DE DEGLUTIÇÃO)

OFERECER OS ALIMENTOS SEPARADOS NO PRATO, ALTERAR NO DECORRER DA REFEIÇÃO, SE NECESSÁRIO.

***FÓRMULA INFANTIL nº 2:** Antes de oferecer é importante consultar a família para saber qual leite a criança está recebendo em casa (se aleitamento materno ou fórmula infantil).

ATENÇÃO PARA A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS CONFORME A IDADE:

6 meses: carnes bem desfiadas, alimentos bem amassados, raspados e picados.

7 a 8 meses: carnes desfiadas, alimentos levemente amassados e picados.

9 a 11 meses: carnes desfiadas e demais alimentos cortados/picados.

IMPORTANTE OBSERVAR A INDIVIDUALIDADE DE CADA CRIANÇA.

NOVEMBRO/DEZEMBRO - 2025

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Arroz -Feijão -Omelete -Tomate -Laranja Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 474,0kcal Prot.: 12,8g Lip.: 15,0g	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Arroz -Feijão -Frango -Beterraba Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 475,3kcal Prot.: 18,1g Lip.: 16,2g Carb.: 65,8g	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Abacaxi Almoço -Macarrão c/ molho -Feijão -Carne -Vagem Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 475,9kcal Prot.: 17,9g Lip.: 16,0g	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Melancia Almoço -Arroz -Lentilha -Frango -Batata -Couve flor -Brócolis Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 476,5kcal Prot.: 15,6g Lip.: 15,6g Carb.: 70,0g	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Arroz -Feijão -Carne suína -Batata -Cenoura Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 475,4kcal Prot.: 13,3g Lip.: 15,0g

Carb.: 74,5g Cálcio: 291,6mg Ferro: 5,5mg Vit.A: 358,1mcg Vit. C: 77,9mg	Cálcio: 309,0mg Ferro: 6,6mg Vit.A: 337,2mcg Vit. C: 80,3mg	Carb.: 66,9g Cálcio: 312,0mg Ferro: 6,8mg Vit.A: 284,2mcg Vit. C: 59,8mg	Cálcio: 283,3mg Ferro: 5,9mg Vit.A:344,1mcg Vit. C: 61,4mg	Carb.: 73,4g Cálcio: 279,0mg Ferro: 5,6mg Vit.A: 516,9mg Vit. C: 56,5mg
Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Arroz -Feijão -Ovo -Batata -Cenoura -Tomate -Laranja Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 474,9kcal Prot.: 13,3g Lip.: 15,4g Carb.: 72,4g Cálcio: 297,6mg Ferro: 5,7mg Vit.A: 380,3mcg Vit. C: 100,9mg	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Melão Almoço -Arroz -Feijão -Carne c/ molho -Cenoura -Chuchu Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 475,6kcal Prot.: 16,8g Lip.: 15,0g Carb.: 69,6g Cálcio: 297,0mg Ferro: 6,8mg Vit.A: 535,0mcg Vit. C: 53,6mg	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Arroz -Feijão -Frango -Cenoura -Brócolis Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 476,1kcal Prot.: 16,1g Lip.: 14,4g Carb.: 73,0g Cálcio: 305,9mg Ferro: 6,5mg Vit.A: 505,0mcg Vit. C: 62,1mg	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Arroz -Feijão -Carne acebolada -Vagem -Couve flor Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 474,8kcal Prot.: 15,7g Lip.: 16,6g Carb.: 66,8g Cálcio: 289,4mg Ferro: 5,9mg Vit.A: 283,0mg Vit. C: 72,4mg	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Morango Almoço -Macarrão c/ molho -Feijão -Frango -Beterraba -Tomate Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 475,4kcal Prot.: 17,4g Lip.: 15,3g Carb.: 68,9g Cálcio: 300,5mg Ferro: 6,8mg Vit.A: 289,9mg Vit. C: 87,3mg
Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Arroz enriquecido -Feijão -Ovo cozido -Cenoura -Chuchu -Laranja Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 475,9kcal Prot.: 14,6g Lip.: 15,3g Carb.: 72,4g Cálcio: 308,3mg Ferro: 5,9mg	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Melão Almoço -Arroz -Feijão -Carne suína -Batata -Cenoura -Tomate Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 476,3kcal Prot.: 14,9g Lip.: 16,1g Carb.: 69,1g Cálcio: 278,5mg Ferro: 5,8mg	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Arroz -Feijão -Frango c/ molho -Batata -Couve flor -Brócolis Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 475,8kcal Prot.: 14,7g Lip.: 15,4g Carb.: 71,5g Cálcio: 293,3mg Ferro: 5,8mg	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Abacaxi Almoço -Macarrão c/ molho -Feijão -Carne -Vagem Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 474,7kcal Prot.: 17,8g Lip.: 16,0g Carb.: 66,8g Cálcio: 313,1mg Ferro: 6,8mg	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Arroz -Feijão -Frango c/ molho -Beterraba Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml) VCT: 476,7kcal Prot.: 15,9g Lip.: 16,4g Carb.: 67,4g Cálcio: 287,6mg Ferro: 5,8mg

<i>Vit.A: 418,7mcg</i> <i>Vit. C: 84,1mg</i>	<i>Vit.A: 363,9mcg</i> <i>Vit. C: 54,0mg</i>	<i>Vit.A: 334,4mcg</i> <i>Vit. C: 64,4mg</i>	<i>Vit.A: 286,1mcg</i> <i>Vit. C: 61,5mg</i>	<i>Vit.A: 304,9mcg</i> <i>Vit. C: 67,9mg</i>
Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Arroz -Feijão -Omelete -Tomate -Laranja Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Melancia Almoço -Arroz -Feijão -Frango c/ molho -Brócolis -Cenoura Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Arroz -Feijão -Carne -Chuchu Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Macarrão -Feijão -Frango c/ molho -Beterraba -Tomate Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum -Fórmula infantil (180 ml) Colação -Morango Almoço -Arroz -Feijão -Carne -Batata -Couve flor -Cenoura Lanche da tarde -Fórmula Infantil (180 ml)
<i>VCT: 473,6kcal</i> <i>Prot.: 13,6g</i> <i>Lip.: 15,8g</i> <i>Carb.: 71,0g</i> <i>Cálcio: 305,0mg</i> <i>Ferro: 5,7mg</i> <i>Vit.A: 397,8mcg</i> <i>Vit. C: 106,8mg</i>	<i>VCT: 475,9kcal</i> <i>Prot.: 17,9g</i> <i>Lip.: 15,2g</i> <i>Carb.: 68,6g</i> <i>Cálcio: 322,3mg</i> <i>Ferro: 6,8mg</i> <i>Vit.A: 609,9mcg</i> <i>Vit. C: 55,5mg</i>	<i>VCT: 476,0kcal</i> <i>Prot.: 16,6g</i> <i>Lip.: 15,0g</i> <i>Carb.: 70,1g</i> <i>Cálcio: 309,3mg</i> <i>Ferro: 6,8mg</i> <i>Vit.A: 558,8mcg</i> <i>Vit. C: 88,3mg</i>	<i>VCT: 474,2kcal</i> <i>Prot.: 15,4g</i> <i>Lip.: 14,2g</i> <i>Carb.: 73,9g</i> <i>Cálcio: 289,4mg</i> <i>Ferro: 6,3mg</i> <i>Vit.A: 302,7mcg</i> <i>Vit. C: 61,1mg</i>	<i>VCT: 475,4kcal</i> <i>Prot.: 15,0g</i> <i>Lip.: 16,0g</i> <i>Carb.: 68,9g</i> <i>Cálcio: 283,2mg</i> <i>Ferro: 5,9mg</i> <i>Vit.A: 375,9mcg</i> <i>Vit. C: 76,5mg</i>

OBSERVAÇÕES:

Os cardápios devem ser impressos e fixados na área de preparo de alimentos.

Salientamos que as preparações descritas no cardápio devem ser executadas pela escola, pois são calculadas conforme as necessidades nutricionais dos alunos. Em caso de substituição, esta deverá ser feita por outra semelhante descrita em outro dia.

***Este cardápio tem validade até a chegada do roteiro de fevereiro-março/2026 em sua escola.**

*Receitas no site da SMEd – Núcleo de Alimentação Escolar.

Suelen Xavier Dias
Nutricionista
Responsável Técnica pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar