

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

TURNO PARCIAL - (30% 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 ALIMENTOS 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. (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
-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Omelete -Tomate -Laranja	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Frango -Beterraba -Mamão	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Macarrão c/ molho -Feijão -Carne -Vagem -Abacaxi	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Lentilha -Frango -Batata -Couve flor -Brócolis -Melancia	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Carne suína -Batata -Cenoura -Banana
VCT: 202,4kcal Prot.: 5,8g Lip.: 7,4g Carb.: 28,6g Cálcio: 143,3mg Ferro: 2,6mg Vit A: 178,6mcg Vit C: 33,1mg	VCT: 204,9kcal Prot.: 7,3g Lip.: 7,3g Carb.: 28,1g Cálcio: 146,6mg Ferro: 3,0mg Vit A: 155,3mcg Vit C: 34,5mg	VCT: 204,5kcal Prot.: 7,2g Lip.: 7,3g Carb.: 28,2g Cálcio: 147,5mg Ferro: 3,0mg Vit A: 138,8mcg Vit C: 27,0mg	VCT: 203,7kcal Prot.: 6,2g Lip.: 7,1g Carb.: 29,2g Cálcio: 133,9mg Ferro: 2,6mg Vit A: 149,9mcg Vit C: 26,0mg	VCT: 204,7kcal Prot.: 5,7g Lip.: 7,0g Carb.: 30,1g Cálcio: 135,5mg Ferro: 2,6mg Vit A: 215,0mcg Vit C: 25,0mg

-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Ovo -Batata -Cenoura -Tomate -Laranja VCT: 203,2kcal Prot.: 5,4g Lip.: 7,0g Carb.: 30,3g Cálcio: 144,0mg Ferro: 2,6mg Vit A: 160,4mcg Vit C: 39,0mg	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Carne c/ molho -Cenoura -Chuchu -Melão VCT: 204,4kcal Prot.: 6,8g Lip.: 6,9g Carb.: 29,4g Cálcio: 141,3mg Ferro: 3,0mg Vit A: 231,1mcg Vit C: 25,4mg	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Frango -Cenoura -Brócolis -Banana VCT: 203,7kcal Prot.: 6,6g Lip.: 6,7g Carb.: 30,1g Cálcio: 145,0mg Ferro: 2,9mg Vit A: 214,6mcg Vit C: 27,7mg	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Carne acebolada -Vagem -Couve flor -Mamão VCT: 202,9kcal Prot.: 6,2g Lip.: 7,3g Carb.: 28,5g Cálcio: 139,4mg Ferro: 2,7mg Vit A: 141,9mcg Vit C: 36,7mg	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Macarrão c/ molho -Feijão -Frango -Beterraba -Tomate -Morango VCT: 204,7kcal Prot.: 7,0g Lip.: 7,0g Carb.: 29,0g Cálcio: 142,7mg Ferro: 3,0mg Vit A: 140,0mcg Vit C: 35,2mg
-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz enriquecido -Feijão -Ovo cozido -Cenoura -Chuchu -Laranja VCT: 203,3kcal Prot.: 6,7g Lip.: 7,5g Carb.: 27,5g Cálcio: 148,1mg Ferro: 2,8mg Vit A: 198,2mcg Vit C: 30,9mg	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Carne suína -Batata -Cenoura -Tomate -Melão VCT: 204,1kcal Prot.: 6,0g Lip.: 7,3g Carb.: 29,0g Cálcio: 134,0mg Ferro: 2,6mg Vit A: 168,9mcg Vit C: 25,9mg	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Frango c/ molho -Batata -Couve flor -Brócolis -Banana VCT: 203,8kcal Prot.: 6,1g Lip.: 7,1g Carb.: 29,7g Cálcio: 143,1mg Ferro: 2,7mg Vit A: 164,8mcg Vit C: 30,8mg	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Macarrão c/ molho -Feijão -Carne -Vagem -Abacaxi VCT: 203,4kcal Prot.: 7,1g Lip.: 7,2g Carb.: 28,2g Cálcio: 147,6mg Ferro: 3,0mg Vit A: 138,1mcg Vit C: 28,0mg	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Frango c/ molho -Beterraba -Mamão VCT: 204,2kcal Prot.: 6,4g Lip.: 7,3g Carb.: 28,7g Cálcio: 139,2mg Ferro: 2,6mg Vit A: 148,8mcg Vit C: 34,3mg
-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Omelete -Tomate -Laranja VCT: 202,4kcal Prot.: 5,8g	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Frango c/ molho -Brócolis -Cenoura -Melancia VCT: 203,1kcal Prot.: 7,1g	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Carne -Chuchu -Mamão VCT: 203,7kcal Prot.: 6,5g	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Macarrão -Feijão -Frango c/ molho -Beterraba -Tomate -Banana VCT: 202,9Kcal Prot.: 7,1g	-Fórmula infantil (150 ml) ***** -Arroz -Feijão -Carne -Batata -Couve flor -Cenoura -Morango VCT: 204,7kcal Prot.: 6,1g

<i>Lip.: 7,4g Carb.: 28,6g Cálcio: 143,3mg Ferro: 2,6mg Vit A: 178,6mcg Vit C: 33,1mg</i>	<i>Lip.: 6,9g Carb.: 28,6g Cálcio: 149,5mg Ferro: 3,0mg Vit A: 244,4mcg Vit C: 26,4mg</i>	<i>Lip.: 6,8g Carb.: 29,8g Cálcio: 147,1mg Ferro: 3,0mg Vit A: 223,2mcg Vit C: 46,6mg</i>	<i>Lip.: 7,0g Carb.: 28,4g Cálcio: 141,8mg Ferro: 3,0mg Vit A: 141,4mcg Vit C: 24,0mg</i>	<i>Lip.: 7,2g Carb.: 29,2g Cálcio: 135,9mg Ferro: 2,6mg Vit A: 168,1mcg Vit C: 34,1mg</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.

*** Esse cardápio tem validade até a chegada do roteiro de Fevereiro/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**