

CARDÁPIO: BERÇÁRIO I - TURNO INTEGRAL

(70% das necessidades nutricionais diárias)

(Idade: 6 meses a 11 meses e 29 dias)

ATENÇÃO!

Bebês menores de 6 meses devem receber SOMENTE leite materno ou Fórmula Infantil nº1!

A partir dos 6 meses ofertar Fórmula Infantil nº2/Leite em Pó ou Leite UHT/Leite Materno.

É importante consultar a família para saber qual leite a criança está recebendo em casa.

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.

ATENÇÃO PARA O CORTE CORRETO DAS FRUTAS CONFORME A IDADE:

Abacaxi, Banana, Mamão, Manga e Melão, Morango: Amassar.

Laranja: Picar, sem casca, sem semente e sem bagaço.

Maçã: Raspar e/ou cortar em fatias finas, sem casca.

Bergamota: Não ofertar.

- PROIBIDO O USO DE AÇÚCAR E PREPARAÇÕES QUE CONTENHAM AÇÚCAR.
- PROIBIDO OFERECER SUCOS.
- PROIBIDO USAR SAL.
- NÃO É INDICADO LIQUIDIFICAR A COMIDA (EXCETO LAUDOS: DEGLUTIÇÃO)
- OFERECER OS ALIMENTOS SEPARADOS NO PRATO, ALTERAR NO DECORRER DA REFEIÇÃO, SE NECESSÁRIO.

IMPORTANTE OBSERVAR A INDIVIDUALIDADE DE CADA CRIANÇA.

JUNHO/JULHO-2026

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Arroz -Feijão -Batata -Ovo -Cenoura -Laranja Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Laranja Almoço -Arroz -Feijão -Carne -Abóbora -Tomate Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Macarrão -Feijão -Carne -Chuchu -Tomate Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Maçã Almoço -Arroz -Feijão -Frango -Couve Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Arroz -Feijão -Frango -Cenoura -Tomate Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)
VCT: 463 kcal Prot.:12,2 g Lip.: 15,3g Carb.: 70,3g Cálcio: 285mg Ferro: 6mg Vit.A: 341mcg Vit. C: 63mg	VCT: 458kcal Prot.: 14,0g Lip.: 15,4g Carb.: 66,6g Cálcio: 278mg Ferro: 6mg Vit.A: 303mcg Vit. C: 57mg	VCT: 451kcal Prot.: 12,9g Lip.: 16,7g Carb.: 63,4g Cálcio: 288mg Ferro: 5,5 mg Vit.A: 344mcg Vit. C: 57mg	VCT: 395kcal Prot.: 12,8g Lip.: 13,6g Carb.: 56,6g Cálcio: 279mg Ferro: 6mg Vit.A: 274mcg Vit. C: 50 mg	VCT: 450kcal Prot.: 13,7g Lip.: 15,2g Carb.: 65,6g Cálcio: 276mg Ferro: 5,5mg Vit.A: 346mcg Vit. C: 69mg

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Maçã Almoço -Arroz c/ couve -Feijão -Ovo cozido -Tomate -Laranja Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Sopão de legumes -Carne -Maçã Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Macarrão -Feijão -Frango -Repolho -Batata doce assada Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Laranja Almoço -Arroz -Feijão -Frango -Batatas -Brócolis Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Arroz -Feijão -Carne -Beterraba Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)
VCT: 435kcal Prot.: 12,7g Lip.: 14,2g Carb.: 65,5g Cálcio: 296mg Ferro: 6mg Vit.A: 459mcg Vit.C: 61mg	VCT: 444kcal Prot.: 13,7g Lip.: 14,7g Carb.: 65,6g Cálcio: 288mg Ferro: 6mg Vit.A: 617mcg Vit.C: 57mg	VCT: 391kcal Prot.: 14,2g Lip.: 12,1g Carb.: 12,1g Cálcio: 57mg Ferro: 6mg Vit.A: 515mcg Vit.C: 78mg	VCT: 442 kcal Prot.: 15,7g Lip.: 14,0g Carb.: 65,1g Cálcio: 311mg Ferro: 6mg Vit.A: 382mg Vit.C: 80mg	VCT: 451kcal Prot.: 14,7g Lip.: 14,1g Carb.: 68,4g Cálcio: 286mg Ferro: 6mg Vit.A: 286mg Vit.C: 53mg
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Macarrão c/ molho -Feijão -Couve-flor -Tomate -Laranja Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Maçã Almoço -Arroz -Feijão -Frango -Couve refogada Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Arroz -Feijão -Jardineira de legumes -Tomate Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Laranja Almoço -Arroz -Feijão -Frango c/ Batatas -Cenoura -Repolho Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Maçã Almoço -Arroz c/ couve -Feijão -Carne c/ molho -Abóbora refogada Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)
VCT: 430kcal Prot.: 12,2g Lip.: 13,6g Carb.: 66,8g Cálcio: 294mg Ferro: 6 mg Vit.A: 302mcg Vit.C: 74mg	VCT: 465kcal Prot.: 14,5g Lip.: 17,2g Carb.: 65,1g Cálcio: 307mg Ferro: 6mg Vit.A: 390mcg Vit.C: 66mg	VCT: 473kcal Prot.: 14,2g Lip.: 15,6g Carb.: 70,2g Cálcio: 287 mg Ferro: 6mg Vit.A: 362mcg Vit.C: 89g	VCT: 471kcal Prot.: 15,7g Lip.: 15,8g Carb.: 68,2g Cálcio: 300mg Ferro: 6mg Vit.A: 287mcg Vit.C: 79,9mg	VCT: 426kcal Prot.: 12,6g Lip.: 16,5g Carb.: 57,6g Cálcio: 276mg Ferro: 5mg Vit.A: 500mcg Vit.C: 65mg
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Maçã Almoço -Arroz -Feijão -Batata e Cenoura -Ovo -Laranja Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Arroz -Feijão -Carne -Beterraba Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Banana Almoço -Macarrão -Feijão -Frango -Repolho -Batata doce assada Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Maçã Almoço -Arroz -Feijão -Carne c/ molho -Repolho Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)	Desjejum Fórmula infantil (180 ml) Colação -Mamão Almoço -Sopão de legumes c/ frango -Abacaxi Lanche da tarde Fórmula Infantil (180 ml)
VCT: 474kcal Prot.: 12,9g Lip.: 16,1g Carb.: 69,7g Cálcio: 320mg Ferro: 5mg Vit.A: 359mcg Vit.C: 59mg	VCT: 436kcal Prot.: 14,4g Lip.: 14,9g Carb.: 61,7g Cálcio: 325mg Ferro: 6mg Vit.A: 345mcg Vit.C: 67mg	VCT: 470kcal Prot.: 14,5g Lip.: 16,4g Carb.: 67,3g Cálcio: 329mg Ferro: 6mg Vit.A: 667mcg Vit.C: 56mg	VCT: 430kcal Prot.: 12,4g Lip.: 16,3g Carb.: 58,7g Cálcio: 309mg Ferro: 5mg Vit.A: 316mcg Vit.C: 45mg	VCT: 500kcal Prot.: 18,3g Lip.: 18,7g Carb.: 65,9g Cálcio: 352mg Ferro: 7mg Vit.A: 513mcg Vit.C: 96mg

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES!

- Este cardápio tem validade a partir da chegada do Roteiro Junho (entre 08/06 e 24/06) até a chegada do Roteiro Agosto (entre 03/08 a 19/08) na sua unidade escolar.
- Todos os cardápios utilizados pela unidade escolar devem ser impressos e fixados na área de preparo de alimentos (cozinha) e também devem ser expostos para a comunidade escolar.
- Todas as preparações descritas nos cardápios devem ser executadas pelos manipuladores de alimentos (merendeira) da unidade escolar, pois são calculadas de acordo com as necessidades nutricionais dos alunos.
- Para todas as preparações descritas nos cardápios há Fichas Técnicas de Preparação (FTP) disponível no site que devem obrigatoriamente ser seguidas a fim de garantir a padronização das refeições.
- Caso seja necessário realizar a substituição do cardápio deve trocar todas as preparações, ou seja, o cardápio deve ser ofertado na sua totalidade.
- Podem acrescentar vegetais (hortaliças, legumes e verduras) nos cardápios diários, caso haja excedente na unidade escolar.
- **Segunda-feira** = Sem carne, é obrigatório servir LARANJA junto com a refeição salgada.
- **Quarta-feira** = Dia de Massa, é obrigatório servir para todos os turnos.
- **Atenção! Obrigatório deixar o Feijão em demolho por, no mínimo, 24 horas.**
- Agricultura familiar: Caso os agricultores não consigam entregar algum item e esse esteja presente no cardápio enviado pelo NAE, orientamos que utilizem preparações de um outro dia com as hortaliças que possuem na escola. Não esquecendo que se deve substituir o dia completo.