

CARDÁPIO: BERÇÁRIO II e MATERNAL I - TURNO PARCIAL

(30% das necessidades nutricionais diárias)

BERÇÁRIO II (idade 1 ano a 1 ano, 11 meses e 29 dias)
E MATERNAL I (Idade 2 anos a 2 anos, 11 meses e 29 dias)

ATENÇÃO PARA O CORTE CORRETO DAS FRUTAS CONFORME A IDADE:

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

Bergamota: Descascar, em gomos. Cuidado com a semente.

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

Maçã: Picar, sem casca e sem sementes.

- PROIBIDO O USO DE AÇÚCAR E PREPARAÇÕES QUE CONTENHAM AÇÚCAR.
- A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS DEVE SER NORMAL.
- 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
-Vitamina de banana c/ aveia s/ açúcar ----- -Arroz -Feijão -Sal. batata/cenoura/ovo -Laranja	-Mingau de aveia s/ açúcar -Mamão ----- -Arroz -Feijão -Carne c/ abóbora -Sal. alface/tomate -Bergamota	-Vitamina de maçã c/ aveia s/ açúcar ----- -Macarrão c/ carne -Feijão -Sal. Chuchu	-Leite s/ açúcar -Banana ----- -Arroz c/ frango -Feijão -Couve refogada -Banana	-Leite s/ açúcar -Pão de batata doce ----- -Arroz -Feijão -Frango c/ cenoura -Sal. Tomate -Maçã
VCT: 306kcal Prot.: 11,0 g Lip.: 8,4 g Carb.: 48,5g Cálcio: 167 mg Ferro: 2 mg Vit A: 102mcg Vit C: 15mg	VCT: 303kcal Prot.: 12,4 g Lip.: 10,9 g Carb.: 40,1 g Cálcio: 205mg Ferro: 1,6 mg Vit A: 131mcg Vit C: 23mg	VCT: 304kcal Prot.: 11,7g Lip.: 10,8g Carb.: 42,9g Cálcio: 228mg Ferro: 1,5mg Vit A: 216mcg Vit C: 30mg	VCT: 303kcal Prot.: 13,3g Lip.: 7,4g Carb.: 47,7g Cálcio: 147mg Ferro: 2,3mg Vit A: 90mcg Vit C: 16mg	VCT: 306kcal Prot.: 15,2g Lip.: 12,0g Carb.: 47,0g Cálcio: 132mg Ferro: 1,5mg Vit A: 123mcg Vit C: 11mg
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
-Leite s/ açúcar -Maçã ----- -Arroz c/ couve -Feijão -Ovo cozido -Sal. Tomate -Laranja	-Vitamina de banana c/ aveia s/ açúcar ----- -Sopão de legumes c/ carne -Maçã	-Leite s/ açúcar -Bolo de banana s/ açúcar ----- -Macarrão c/ frango -Feijão -Sal. Repolho -Batata doce assada -Banana	-Vitamina de maçã c/ aveia s/ açúcar ----- -Arroz -Feijão -Frango c/ batatas -Sal. Brócolis -Bergamota	-Mingau de aveia s/ açúcar -Banana ----- -Arroz à carreteiro -Feijão -Sal. Beterraba
VCT: 303kcal Prot.: 13,8g Lip.: 9,1g Carb.: 43,3g Cálcio: 176mg Ferro: 2,5mg Vit A: 10mcg Vit C: 26mg	VCT: 307kcal Prot.: 11,9g Lip.: 8,6g Carb.: 47,6g Cálcio: 246mg Ferro: 1,3mg Vit A: 661mcg Vit C: 47mg	VCT: 304kcal Prot.: 14,3g Lip.: 7,7g Carb.: 45,8g Cálcio: 139mg Ferro: 1,7mg Vit A: 287mcg Vit C: 16mg	VCT: 303kcal Prot.: 13,2g Lip.: 9,0g Carb.: 44,5g Cálcio: 212mg Ferro: 1,5mg Vit A: 162mcg Vit C: 25mg	VCT: 301kcal Prot.: 13,2g Lip.: 8,7g Carb.: 44,6 g Cálcio: 209mg Ferro: 1,9mg Vit A: 90mcg Vit C: 10mg

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
-Leite s/ açúcar -Bolo de maçã c/ aveia s/ açúcar ----- -Macarrão c/ molho -Feijão -Sal. Couve-flor -Sal. Tomate -Laranja	-Leite s/ açúcar -Maçã ----- -Arroz c/ frango -Feijão -Couve refogada	-Vitamina de mamão c/ aveia s/ açúcar ----- -Arroz -Feijão -Jardineira de legumes -Sal. Tomate	-Leite s/ açúcar -Pão caseiro ----- -Arroz -Feijão -Frango c/ batatas -Sal. cenoura/repolho -Bergamota	-Vitamina de maçã s/ açúcar ----- -Arroz c/ couve -Feijão -Carne c/ molho -Abóbora refogada
<i>VCT: 304kcal Prot.: 11,6g Lip.: 9,0g Carb.: 45,8g Cálcio: 157mg Ferro: 2mg Vit A: 113mcg Vit C: 3mg</i>	<i>VCT: 303kcal Prot.: 11,8g Lip.: 12,1g Carb.: 38,5g Cálcio: 197mg Ferro: 1,5mg Vit A: 282mcg Vit C: 38mg</i>	<i>VCT: 304kcal Prot.: 11,3g Lip.: 8,6g Carb.: 46,4g Cálcio: 152mg Ferro: 1,3mg Vit A: 168mcg Vit C: 39mg</i>	<i>VCT: 304kcal Prot.: 10,5g Lip.: 7,4g Carb.: 49,6g Cálcio: 98mg Ferro: 1mg Vit A: 162mcg Vit C: 21mg</i>	<i>VCT: 304kcal Prot.: 13,3g Lip.: 10,5g Carb.: 40,7g Cálcio: 206mg Ferro: 1,7mg Vit A: 175mcg Vit C: 16mg</i>
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
-Mingau de aveia s/ açúcar -Maçã ----- -Arroz -Feijão -Sal. batata/cenoura/ovo -Laranja	-Vitamina de mamão c/ aveia s/ açúcar ----- -Arroz à carreteiro -Feijão -Sal. Beterraba	-Leite s/ açúcar -Banana ----- -Macarrão c/ frango -Feijão -Sal. Repolho -Batata doce assada	-Vitamina de maçã s/ açúcar ----- -Arroz -Feijão -Carne c/ molho -Sal. Repolho	-Leite s/ açúcar -Pão caseiro ----- -Sopão de legumes c/ frango -Abacaxi
<i>VCT: 307kcal Prot.: 11,6g Lip.: 9,7g Carb.: 44,8g Cálcio: 207mg Ferro: 1,5mg Vit A: 130mcg Vit C: 14mg</i>	<i>VCT: 302kcal Prot.: 14,1g Lip.: 9,7g Carb.: 41,6g Cálcio: 270mg Ferro: 1,6mg Vit A: 165mcg Vit C: 54mg</i>	<i>VCT: 302kcal Prot.: 12,0g Lip.: 6,7g Carb.: 49,9g Cálcio: 175mg Ferro: 1,8mg Vit A: 620mcg Vit C: 25mg</i>	<i>VCT: 304kcal Prot.: 12,5g Lip.: 9,3g Carb.: 44,2g Cálcio: 187mg Ferro: 1,5mg Vit A: 98mcg Vit C: 10mg</i>	<i>VCT: 303kcal Prot.: 11,0g Lip.: 8,1g Carb.: 47,5g Cálcio: 154mg Ferro: 0,7mg Vit A: 259mcg Vit C: 26mg</i>

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.