

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

JULHO/ 2025



Pré Escola - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 13h às 15h | Período Tarde - 13h às 17h



| Período Intermediário - 11h às 15h |

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/jun	1/jul	2/jul	3/jul	4/jul
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ CARNE MOÍDA - (AVALIAÇÃO - SAEB)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM QUEIJO	IOGURTE C/ CEREAL (RCA - CONSELHO DE CLASSE)
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE REPOLHO C/ CENOURA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIAO / SALADA DE PEPINO (RODELAS) (AVALIAÇÃO - SAEB)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) (RCA - CONSELHO DE CLASSE)
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	801,28	29,00	18,00	81,00	754,74
**Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações e verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.					
Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti			Elaboração: Departamento Nutrição/Zamptec		

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah Santana
Nutricionista
CRN3 - 63579
26.00

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

JULHO/2025



Pré Escola - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



| Período Intermediário - 11h às 15h |

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	7/jul	8/jul	9/jul	10/jul	11/jul
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Almoço	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	655,36	27,61	19,95	91,33	862,91
**Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.					
Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti			Elaboração: Departamento Nutrição/Zamptec		

Liliane Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 - 31.426
26.06

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

JULHO/ 2025



Pré Escola - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



Período Intermediário - 11h às 15h

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/jul	15/jul	16/jul	17/jul	18/jul
Manhã / Tarde / Vespertino	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
Almoço	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos					
**Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.					
Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti			Elaboração: Departamento Nutrição/Zamptec		

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 - 31.426
26.06

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

JULHO/ 2025



Pré Escola - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



| Período Intermediário - 11h às 15h |

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/jul	22/jul	23/jul	24/jul	25/jul
Manhã / Tarde / Vespertino	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RPL - PLANEJAMENTO	RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA
Almoço	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RPL - PLANEJAMENTO	RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos					

****Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.**

Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição /Zamptec

Lilian Sayuki Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Delborg J. Santana
Nutricionista
CRN3 - 31.426

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

JULHO/ 2025



Pré Escola - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h

Período Intermediário - 11h às 15h



5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	28/jul	29/jul	30/jul	31/jul	1/ago
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE COM QUEIJO	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ PERNIL DESFIADO
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	600,43	27,68	18,79	80,16	678,51

****Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.**

Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição /Zamptec

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
RN3 - 31.426

Deborah Santana
Nutricionista
RN3 - 57576
26.06

CARDÁPIO INTEGRAL

JULHO/2025



Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses



Período Integral - 8h às 17h

SEMANA		DATA	Desjejum	Almoço	Lanche
1ª SEMANA	SEGUND A-FEIRA	30/jun	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE ACEROLA / PÃO SAL C/ CARNE MOÍDA
	TERÇA-FEIRA	1/jul	LEITE C/ CAFÉ / BOLO DE CHOCOLATE CASEIRO	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE REPOLHO C/ CENOURA	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA
	QUARTA-FEIRA	2/jul	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA (AVALIAÇÃO - SAEB)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE PEPINO (RODELAS) (AVALIAÇÃO - SAEB)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA (AVALIAÇÃO - SAEB)
	QUINTA-FEIRA	3/jul	IOGURTE C/ CEREAL / FRUTA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ PATE DE CENOURA C/ QUEIJO
	SEXTA-FEIRA	4/jul	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE C/ QUEIJO / FRUTA (RCA - CONSELHO DE CLASSE)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) (RCA - CONSELHO DE CLASSE)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA (RCA - CONSELHO DE CLASSE)

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
INTEGRAL	971,35	38,29	31,35	134,00	1092,13
PARCIAL MANHA	331,85	15,82	11,15	46,71	327,10
PARCIAL TARDE	329,17	15,57	10,42	43,27	381,29

FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MAÇÃ.

SEMANA		DATA	Desjejum	Almoço	Lanche
2ª SEMANA	SEGUND A-FEIRA	7/jul	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA
	TERÇA-FEIRA	8/jul	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA
	QUARTA-FEIRA	9/jul	FERIADO	FERIADO	FERIADO
	QUINTA-FEIRA	10/jul	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
	SEXTA-FEIRA	11/jul	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
INTEGRAL	1050,37	42,39	36,19	138,76	1139,12
PARCIAL MANHA	316,62	13,54	12,41	37,69	332,26
PARCIAL TARDE	358,56	16,39	9,93	50,91	396,27

FRUTAS DA SEMANA: MAÇÃ.

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição ZampTec

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Renata O. Santana
Nutricionista
CRN3 57579

CARDÁPIO INTEGRAL

JULHO/ 2025



Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses



Período Integral - 8h às 17h

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche
3ª SEMANA	SEGUND A-FEIRA	14/jul	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
	TERÇA-FEIRA	15/jul	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
	QUARTA-FEIRA	16/jul	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
	QUINTA-FEIRA	17/jul	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
	SEXTA-FEIRA	18/jul	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)				
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
Integral				
Parcial Manhã				
Parcial Tarde				

FRUTAS DA SEMANA:

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche
4ª SEMANA	SEGUND A-FEIRA	21/jul	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
	TERÇA-FEIRA	22/jul	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
	QUARTA-FEIRA	23/jul	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
	QUINTA-FEIRA	24/jul	RPL - PLANEJAMENTO	RPL - PLANEJAMENTO
	SEXTA-FEIRA	25/jul	RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA	RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)				
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)
Integral				981,77
Parcial Manhã / Tarde				
Parcial Tarde				

FRUTAS DA SEMANA:

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Nutricionista
CRN3 57579

26.06

CARDÁPIO INTEGRAL

JULHO/ 2025



Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses



Período Integral - 8h às 17h

SEMANA		DATA	Desjejum	Almoço	Lanche
5ª SEMANA	SEGUND A-FEIRA	28/jul	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO
	TERÇA-FEIRA	29/jul	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CAFÉ / TORTA DE FRANGO C/ CENOURA
	QUARTA-FEIRA	30/jul	IOGURTE C/ CEREAL / FRUTA	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ OVO MEXIDO C/ QUEIJO
	QUINTA-FEIRA	31/jul	VITAMINA DE BANANA C/ MAÇÃ / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)
	SEXTA-FEIRA	1/ago	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ PATE DE CENOURA C/ QUEIJO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
INTEGRAL	964,57	39,00	30,82	132,80	1055,53
PARCIAL MANHA	310,32	12,39	8,34	44,55	373,88
PARCIAL TARDE	278,99	11,71	7,90	40,26	331,75

FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MAÇÃ.

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 57579

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

JULHO/ 2025



Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h

Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h



1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Manhã / Tarde / Vespertino	30/jun	1/jul	2/jul	3/jul	4/jul
	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE REPOLHO C/ CENOURA	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ CARNE MOÍDA / FRUTA (AVALIAÇÃO SAEB)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	IOGURTE C/ CEREAL / FRUTA (RCA - CONSELHO DE CLASSE)

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	190,87	9,00	4,00	30,00	226,77
6 - 10 anos	251,25	12,00	7,00	35,00	315,83

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Intermediário / Noturno	30/jun	1/jul	2/jul	3/jul	4/jul
	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE REPOLHO C/ CENOURA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA (AVALIAÇÃO - SAEB)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA (RCA - CONSELHO DE CLASSE)

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	192,53	9,00	4,00	29,00	266,99
6 - 10 anos	270,61	14,00	7,00	37,00	359,72
> 15 anos	380,67	21,00	10,00	52,00	418,68

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MELANCIA

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Departamento Nutrição
Nutricionista
CRN 67579
26.06

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

JULHO/ 2025



Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



| Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	7/jul	8/jul	9/jul	10/jul	11/jul
Manhã / Tarde / Vespertino	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	112,18	5,00	3,00	16,00	141,16
6 - 10 anos	315,70	14,68	9,11	43,75	380,02

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	7/jul	8/jul	9/jul	10/jul	11/jul
Intermediário / Noturno	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	FERIADO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	230,47	13,89	4,46	33,68	282,62
6 - 10 anos	260,01	15,91	5,01	37,81	296,99
> 15 anos	442,28	28,15	7,09	66,46	327,41

FRUTAS DA SEMANA: MAÇÃ

*7Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Liliana Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah
Nutricionista
CRN3 - 57579
26.06

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

JULHO/ 2025



Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/jul	15/jul	16/jul	17/jul	18/jul
Manhã / Tarde / Vespertino	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos					
6 - 10 anos					

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/jul	15/jul	16/jul	17/jul	18/jul
Intermediário / Noturno	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos					
6 - 10 anos					
> 15 anos					

FRUTAS DA SEMANA:

***Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.*

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Debora V. Santana
Nutricionista
CRN3 57579
26.04

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

JULHO/ 2025



Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h

| Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h



4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/jul	22/jul	23/jul	24/jul	25/jul
Manhã / Tarde / Vespertino	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RPL - PLANEJAMENTO	RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos					
6 - 10 anos					

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/jul	22/jul	23/jul	24/jul	25/jul
Intermediário / Noturno	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RPL - PLANEJAMENTO	RP - REUNIÃO PEDAGÓGICA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos					
6 - 10 anos					
> 15 anos					

FRUTAS DA SEMANA:

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah Santana
Nutricionista
CRN3 - 57079

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

JULHO/ 2025



Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h

| Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h



5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	28/jul	29/jul	30/jul	31/jul	1/ago
Manhã / Tarde / Vespertino	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE COM QUEIJO / FRUTA	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ PERNIL DESFIADO / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	200,09	10,00	6,00	35,00	345,87
6 - 10 anos	220,75	11,00	7,00	39,00	353,30

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	28/jul	29/jul	30/jul	31/jul	1/ago
Intermediário / Noturno	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	178,43	10,00	5,00	33,00	261,85
6 - 10 anos	216,79	13,00	5,00	40,00	270,36
> 15 anos	227,38	20,00	7,00	49,00	290,37

FRUTAS DA SEMANA: MAÇÃ / MELANCIA

**Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 57579
26.00

CARDÁPIO CRECHE

JULHO/ 2025



Educação Infantil de 0 a 06 meses



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	30/jun	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	1/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	2/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	3/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	4/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RCA - CONSELHO DE CLASSE)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RCA - CONSELHO DE CLASSE)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RCA - CONSELHO DE CLASSE)			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	457,24	10,12	23,92	50,60	349,60	5,06	524,40	101,20

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	7/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	8/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	9/jul	FERIADO	FERIADO	FERIADO			
	QUINTA-FEIRA	10/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	11/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	457,24	10,12	23,92	50,60	349,60	5,06	524,40	101,20

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. Bebês de 0 a 6 meses devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah Santana
Nutricionista
CRN3 - 67678
26.06

CARDÁPIO CRECHE

SETEMBRO/ 2025



Educação Infantil de 0 a 06 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum : 08h às 08h30	Almoço : 10h às 11h	Lanche : 13h às 13h30	Jantar : 15h às 16h			
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	457,24	10,12	23,92	50,60	349,00	5,06	524,40	101,20
SEMANA	DATA	Desjejum : 08h às 08h30	Almoço : 10h às 11h	Lanche : 13h às 13h30	Jantar : 15h às 16h			
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	457,24	10,12	23,92	50,60	349,00	5,06	524,40	101,20

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. Bebês de 0 a 6 meses devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Débora O. Santana
Nutricionista
CRN3 - 57579
26.06

CARDÁPIO CRECHE

JULHO/ 2025

Educação Infantil de 0 a 06 meses



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



5ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
	SEGUNDA-FEIRA	28/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		
	TERÇA-FEIRA	29/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUARTA-FEIRA	30/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUINTA-FEIRA	31/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1 (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)		
	SEXTA-FEIRA	1/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)							
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	457,24	10,12	23,92	50,80	349,00	5,06	524,80	503,20

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. Bebês de 0 a 6 meses devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 - 57559
26.06

CARDÁPIO CRECHE

JULHO/2025



Educação Infantil de 6 a 12 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



1ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
	SEGUNDA-FEIRA	30/jun	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA) (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			
	TERÇA-FEIRA	1/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ ERVILHA / CARNE CUBOS / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			
	QUARTA-FEIRA	2/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			
	QUINTA-FEIRA	3/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO DESFIADO AO MOLHO / POLENTA / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / PURE DE BATATA (CUBOS PEQUENOS)			
	SEXTA-FEIRA	4/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 (RCA - CONSELHO DE CLASSE)	SOPA DE CANJIQUEINHA C/ CARNE MOÍDA / TOMATE / COUVE (RCA - CONSELHO DE CLASSE)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA (RCA - CONSELHO DE CLASSE)	MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) (RCA - CONSELHO DE CLASSE)			
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Médio Semanal)								
	Taxa diária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Rótulo (mg)	vitamina C (mg)
	6-12 meses	558,59	25,73	19,98	70,32	318,84	7,14	572,62	47,26
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇÃ.									

2ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h				
	SEGUNDA-FEIRA	7/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECOXA AO MOLHO / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)				
	TERÇA-FEIRA	8/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA (CUBOS PEQUENOS)				
	QUARTA-FEIRA	9/jul	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO				
	QUINTA-FEIRA	10/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / REPOLHO REFOGADO	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS))				
	SEXTA-FEIRA	11/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO AO MOLHO / POLENTA / ABÓBORA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)				
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Médio Semanal)									
	Feito diário	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Rótulo (mg)	vitamina C (mg)	
	6-12 meses	582,28	25,98	19,44	75,86	314,21	7,13	351,01	46,96	
FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, BANANA E MAÇÃ										

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / ***Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/3 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistência de purê (papa de fruta);

2. FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/3 unidade, cozida sem semente e sem a casca.

3. Refeição: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiada ou moída, legumes cozidos e amassados com garfo;

4. Refeição: Acima de 8 meses: feijão meio cozido e meio grão + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carnes desfiadas ou moídas + legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução; TODOS OS CORTES DE LEGUMES E VERDURAS SÃO PADRONIZADOS EM CUBOS PEQUENOS PARA OS BEBÊS DE 6 A 12 MESES

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 31.426

Deborah D. Santana
Nutricionista
CRN3 57509
26.06

CARDÁPIO CRECHE

JULHO/ 2025



Educação Infantil de 6 a 12 meses

Período Parnal Manhã - 8h às 12h | Período Parnal Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	14/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO COZIDO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	TERÇA-FEIRA	15/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / CARNE MOÍDA AO MOLHO / ADELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)		
	QUARTA-FEIRA	16/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUINTA-FEIRA	17/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	SEXTA-FEIRA	18/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ADELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO COZIDO DESFIADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)							
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
6-12 meses	581,14	27,98	19,12	74,29	321,41	7,25	381,90	45,86
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇA								

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
SEGUNDA-FEIRA	21/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA (CUBOS PEQUENOS)			
TERÇA-FEIRA	22/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ADELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)			
QUARTA-FEIRA	23/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			
QUINTA-FEIRA	24/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / CENOURA (CUBOS PEQUENOS)			
SEXTA-FEIRA	25/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
6-12 meses	610,74	27,36	19,83	80,71	350,08	7,67	438,61	50,86
FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, MELANCIA, BANANA.								

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistência de purê (papa de fruta);
2. FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida sem semente e sem a casca.
3. Refeição: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiada ou moída, legumes cozidos e amassados com garfo;
4. Refeição: Acima de 8 meses: feijão meio cozido e meio grão + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carne desfiada ou moída e legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução. TODOS OS CORTES DE LEGUMES E VERDURAS SÃO PADRONIZADOS EM CUBOS PEQUENOS PARA OS BEBÊS DE 6 A 12 MESES

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah S. Simões
Nutricionista
CRN3 - 31.426
26.06

CARDÁPIO CRECHE

JULHO/ 2025



Educação Infantil de 6 a 12 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



1ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
	SEGUNDA-FEIRA	28/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CENOURA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / VACA ATOLADA (CARNE EM CUBOS C/ BATATA (CUBOS PEQUENOS))		
	TERÇA-FEIRA	29/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / CARNE MOÍDA AO MOLHO / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)		
	QUARTA-FEIRA	30/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	QUINTA-FEIRA	31/jul	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS) (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)		
	SEXTA-FEIRA	1/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO COZIDO DESFIADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
6-12 meses	580,64	27,66	18,98	74,79	318,28	7,30	403,89	45,25
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇÃ								

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Smecci

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

- FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistência de purê (papa de fruta);
- FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida sem semente e sem a casca;
- Refeição: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiadas ou moídas, legumes cozidos e amassados com garfo;
- Refeição: Acima de 8 meses: feijão meio caldo e meio grão + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carnes desfiadas ou moídas + legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução; TODOS OS CORTES DE LEGUMES E VERDURAS SÃO PADRONIZADOS EM CUBOS PEQUENOS PARA OS BEBÊS DE 6 A 12 MESES

Lilian Saguri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah S. Santana
Nutricionista
CRN3 51579
26.00

CARDÁPIO CRECHE

JULHO/2025



Educação Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



2ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
	SEGUNDA-FEIRA	30/jun	LEITE C/ CANELA / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA) (CUBOS PEQUENOS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE LEITE C/ OVO MEXIDO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	TERÇA-FEIRA	1/jul	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE PEPINO (RÓDELAS CORTADA AO MEIO)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ QUEIJO	SOPA DE MACARRÃO C/ ERVILHA / CARNE CUBOS / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUARTA-FEIRA	2/jul	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUINTA-FEIRA	3/jul	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO DESFIADO AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	CHÁ CLARO / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / PURE DE BATATA (CUBOS PEQUENOS)		
	SEXTA-FEIRA	4/jul	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA (RCA - CONSELHO DE CLASSE)	SOPA DE CANJICUINHA C/ CARNE MOÍDA / TOMATE / COUVE (RCA - CONSELHO DE CLASSE)	SALADA DE FRUTAS C/ AVEIA (3 TIPOS DE FRUTAS) (RCA - CONSELHO DE CLASSE)	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) (RCA - CONSELHO DE CLASSE)		
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)							
Porção diária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídios (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
PARCIAL MANHÃ	429,22	20,00	14,00	56,00	225,05	3,58	546,85	30,99
PARCIAL TARDE	373,46	17,00	10,00	50	135,37	2,76	369,06	12,13
INTEGRAL	802,68	38,00	24,00	106,00	360,42	6,34	915,91	23,12
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇÃ								

2ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h				
	SEGUNDA-FEIRA	7/jul	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM QUEIJO E TOMATE / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECOXA AO MOLHO / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)				
	TERÇA-FEIRA	8/jul	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA (CUBOS PEQUENOS)				
	QUARTA-FEIRA	9/jul	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO				
	QUINTA-FEIRA	10/jul	CHA CLARO / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL COM CARNE MOÍDA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS))				
	SEXTA-FEIRA	11/jul	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ OVO MEXIDO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO AO MOLHO / POLENTA / ABÓBORA (CUBOS PEQUENOS)	SALADA DE FRUTAS C/ AVEIA (3 TIPOS DE FRUTAS)	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)				
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
	Porção diária	Energia (Kcal)	Proteína (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)	
	PARCIAL MANHÃ	480,76	20,52	14,40	67,27	204,46	3,08	132,29	5,88	
	PARCIAL TARDE	364,88	18,07	10,66	49,16	155,75	2,72	139,64	31,35	
	INTEGRAL	845,65	38,60	25,06	116,43	360,20	5,80	272,14	37,23	
FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO / MAÇÃ / BANANA										

**Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar sendo ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Somecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampotec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES

1. Leite: A partir de 1 ano de idade, as crianças que fazem o uso de formula infantil já poderão consumir o leite em pó integral convencional, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta;
2. FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a FRUTA deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);

Deborah Santana
Nutricionista
26.06

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

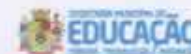
CARDÁPIO CRECHE

JULHO/ 2025



Educação Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



3ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
	SEGUNDA-FEIRA	14/jul	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE PEPINO (RODELAS CORTADA AO MEIO)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO REFOGADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	TERÇA-FEIRA	15/jul	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ OVO MEXIDO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO REFOGADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)		
	QUARTA-FEIRA	16/jul	CHÁ CLARO / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO C/ TOMATE / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	QUINTA-FEIRA	17/jul	VITAMINA DE BANANA C/ MAÇÃ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	SEXTA-FEIRA	18/jul	SALADA DE FRUTAS C/ AVEIA (3 TIPOS DE FRUTAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (**Média Semanal)							
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Fibra (mg)	Vitamina C (mg)
PARCIAL MANHÃ	409,66	18,84	12,03	56,51	136,40	2,84	184,41	22,22
PARCIAL TARDE	392,75	18,03	12,61	50,77	206,71	2,38	151,46	50,68
INTEGRAL	802,41	37,88	24,64	107,28	343,17	5,42	335,87	72,88

FRUTAS DA SEMANA:

1ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
	SEGUNDA-FEIRA	21/jul	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / BATATA (CUBOS PEQUENOS)			
	TERÇA-FEIRA	22/jul	VITAMINA DE BANANA E MAÇÃ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE ACELGÁ (FATIAS FINAS)	SALADA DE FRUTAS C/ AVEIA (3 TIPOS DE FRUTAS)	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)			
	QUARTA-FEIRA	23/jul	SUCO DE MANGA / PÃO DE LEITE C/ QUEIJO	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO DESFIADO/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			
	QUINTA-FEIRA	24/jul	CHÁ CLARO / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE PEPINO (RODELAS CORTADA AO MEIO)			
	SEXTA-FEIRA	25/jul	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / FRANGO COZIDO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)			
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (**Média Semanal)								
Faixa etária		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Fibra (mg)	Vitamina C (mg)
PARCIAL MANHÃ		426,55	19,58	13,21	57,33	216,12	3,00	156,70	8,25
PARCIAL TARDE		389,70	16,91	10,64	50,07	109,62	2,50	114,36	8,40
INTEGRAL		816,26	37,63	24,98	108,00	325,94	5,52	265,14	14,66

FRUTAS DA SEMANA:

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / ** Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação

Aprovação: Departamento Nutrição Semoti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampetec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES

1. Leite: A partir de 1 ano de idade, as crianças que fazem o uso de formula infantil já poderão consumir o leite em pó Integral convencional, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta;
2. FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a FRUTA deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);

Liliana Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.425

Deborah A. Santana
Nutricionista
CRN3 57578
26.06

CARDÁPIO CRECHE

JULHO/2025



Educação Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

Período Parcial Manhã - 08h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 08h às 17h



1ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
	SEGUNDA-FEIRA	28/jul	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / CENOURA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / VACA ATOLADA (CARNE EM CUBOS C/ BATATA (CUBOS PEQUENOS))		
	TERÇA-FEIRA	29/jul	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ OVO MEXIDO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO REFOGADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)		
	QUARTA-FEIRA	30/jul	CHÁ CLARO / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO C/ TOMATE / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	QUINTA-FEIRA	31/jul	VITAMINA DE BANANA C/ MAÇÃ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS) (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) (RPM - REUNIÃO DE PAIS E MESTRES)		
	SEXTA-FEIRA	1/ago	SALADA DE FRUTAS C/ AVEIA (3 TIPOS DE FRUTAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (**Média Semanal)							
FAIXA ETÁRIA	Energia (kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
PARCIAL MANHÃ	396,02	18,49	11,69	54,85	155,58	2,75	234,28	20,06
PARCIAL TARDE	404,58	19,62	12,94	52,90	208,63	3,58	149,16	51,29
INTEGRAL	800,60	37,91	24,67	107,74	364,21	6,33	383,43	71,35
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇÃ								

FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇÃ

**Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção, / **Frutas servidas de acordo com a safra e/ou maturação

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampet

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES

1. Leite: A partir de 1 ano de idade, as crianças que fazem o uso de fórmula infantil já poderão consumir o leite em pó integral convencional, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta;
2. FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a FRUTA deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);

Lilian Sayuri Kuriki
Nutricionista
CRN3 - 31.426

Deborah Santana
Nut. Especialista
CRN3 57579
26.06

Itaquaquetuba, 27 de junho de 2025.

COMUNICADO Nº 180/Semecti/2025

Destinatários: Unidades Escolares do Sistema Público Municipal de Ensino

Assunto: Cardápios do mês de julho/2025.

Senhor (a) Diretor (a),

A Secretaria Municipal de Educação, Ciência, Tecnologia e Inovação – Semecti, por meio do Departamento de Nutrição, encaminha os cardápios do mês de Julho/2025 para ciência e acompanhamento de todos os funcionários envolvidos no controle de merenda escolar.

Orientamos que os cardápios sejam fixados em local visível, como no mural de avisos, por exemplo, cumprindo a determinação do contido na Resolução CD/FNDE Nº 06/2020.

Em caso de dúvidas, entrar em contato com o Departamento de Nutrição.

Atenciosamente,



JANE MOURA SANTOS
Diretora do Departamento de Nutrição



Profª Maria Cristina Perpetuo dos Santos Soares
Secretária Municipal de Educação, Ciência, Tecnologia e Inovação.