



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA



Cardápio Infantil (06 a 12 meses) mês de Março / 2026

1º SEMANA

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	02	03	04	05	06
Desjejum 08h00 – 08h20	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>
Almoço 09h30 – 10h00	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Beterraba	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Cenoura	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Beterraba	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Beterraba	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Cenoura
Café da Tarde 13h30 – 14h00	Papinha de Melancia cortada em pequenos pedaços	Papinha de Mamão Amassado	Papinha de Melancia cortada em pequenos pedaços	Papinha de Mamão Amassado	Papinha de Melancia cortada em pequenos pedaços
Pré-Janta 15h00 -15h20	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	Sopa de Fubá c/ Carne	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, Abobrinha)

2º SEMANA

	09	10	11	12	13
Desjejum 08h00 – 08h20	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>
Almoço 09h30 – 10h00	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Cenoura	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Beterraba	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Beterraba	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Cenoura	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Beterraba
Café da Tarde 13h30 – 14h00	Goiaba Picada ou Banana Amassada	Papinha de Banana Amassada	Goiaba Picada ou Banana Amassada	Papinha de Banana Amassada	Goiaba Picada ou Banana Amassada
Pré-Janta 15h00 -15h20	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Fubá c/ Carne	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, etc)

3º SEMANA

	16	17	18	19	20
Desjejum 08h00 – 08h20	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>
Almoço 09h30 – 10h00	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Beterraba	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Cenoura	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Beterraba	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Cenoura	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Beterraba
Café da Tarde 13h30 – 14h00	Papinha de Maçã Raspada	Papinha de Banana Amassada	Papinha de Maçã Raspada	Papinha de Banana Amassada	Papinha de Maçã Raspada



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA



Pré-Janta 15h00 -15h20	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Fubá c/ Carne
4ª SEMANA					
	23	24	25	26	27
Desjejum 08h00 – 08h20	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>
Almoço 09h30 – 10h00	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Abobrinha	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Cenoura	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Abobrinha	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Cenoura	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Abobrinha
Café da Tarde 13h30 – 14h00	Papinha de Melão	Papinha de Banana Amassada	Papinha de Melão	Papinha de Banana Amassada	Papinha de Melão
Pré-Janta 15h00 -15h20	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Fubá c/ Carne	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, etc)
5ª SEMANA					
	30	31	01/04	02/04	03/04
Desjejum 08h00 – 08h20	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	Leite <u>sem adoçar</u>	-----
Almoço 09h30 – 10h00	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Cenoura	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Abobrinha	Papinha Salgada Amassada: Carne Moída bem Cozida Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Cenoura	Papinha Salgada Amassada: Frango Desfiado bem Cozido e em pedaços pequenos Arroz Papa e/ou Batata Cozida ou Mandioca Cozida Caldo d/ Feijão Purê de Abobrinha	<i>Feriado</i>
Café da Tarde 13h30 – 14h00	Papinha de Pera Raspada	Papinha de Mamão Amassado	Papinha de Pera Raspada	Papinha de Mamão Amassado	-----
Pré-Janta 15h00 -15h20	Sopa de Macarrão c/ Carne e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	Sopa de Fubá c/ Carne	Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (Cenoura, Batata, etc)	-----

TABELA DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DA 1ª SEMANA									
Energia (kcal): 477,20									
CHO (g):	CHO (%):	PTN (g):	PTN (%):	LIP (g):	LIP (%):	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A	Vit C
59 g	49 %	26 g	22 %	15 g	28 %	196,14	2,41	204,79	20,64
TABELA DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DA 2ª SEMANA									
Energia (kcal): 489,70									
CHO (g):	CHO (%):	PTN (g):	PTN (%):	LIP (g):	LIP (%):	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A	Vit C
62 g	50 %	27 g	22 %	15 g	28 %	191,93	2,42	204,79	26,88
TABELA DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DA 3ª SEMANA									
Energia (kcal): 489,98									
CHO (g):	CHO (%):	PTN (g):	PTN (%):	LIP (g):	LIP (%):	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A	Vit C
62 g	51 %	26 g	22 %	15 g	28 %	191,52	2,41	192,73	14,37
TABELA DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DA 4ª SEMANA									
Energia (kcal): 472,50									
CHO (g):	CHO (%):	PTN (g):	PTN (%):	LIP (g):	LIP (%):	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A	Vit C



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA



59 g	50 %	26 g	22 %	14 g	27 %	190,71	2,17	218,22	9,98
TABELA DE COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA DA 5ª SEMANA									
Energia (kcal): 380,51									
CHO (g):	CHO (%):	PTN (g):	PTN (%):	LIP (g):	LIP (%):	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A	Vit C
47 g	40 %	21 g	18 %	12 g	22 %	156,95	1,81	172,13	18,56

SUBSTITUIÇÕES PARA CASOS DE PATOLOGIAS ALIMENTARES	
Alergia ao Ovo	Refeições c/ Macarrão → Substituído por Arroz
Doença celíaca Sensibilidade ao glúten	Refeições c/ Macarrão → Substituído por Arroz
Intolerância a Lactose	Refeições c/ Leite Integral → Substituído por Leite s/ Lactose ou Leite de Soja

As frutas, verduras e legumes poderão ser substituídos por outros alimentos do mesmo grupo e com valor nutricional equivalente, respeitando a sazonalidade dos alimentos e disponibilidade da agricultura familiar, conforme preconizado pela legislação vigente (Lei nº 11.947/2009 e Resolução FNDE nº 06/2020, ou outra que venha a substituí-las).


Carla Sorgi de O. Silva
NUTRICIONISTA
CRN - 69358