



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL  
BERÇÁRIO 1: FAIXA ETÁRIA 06 MESES A 1 ANO

Outubro 2025

| 32ª semana   |   | SEGUNDA   | TERÇA  | QUARTA  | QUINTA  | SEXTA<br>DIA DAS CRIANÇAS  |
|--|---|---|--|---|---|--|
|  |   | 06/10   | 07/10  | 08/10   | 09/10   | 10/10  |
| <b>TURNO<br/>MANHÃ</b><br><br>Kcal: 686,84<br>Ptn: 39,34 g<br>Lip: 22,22 g<br>Cho: 83,57 g<br>Ca: 449,22 mg<br>Fe: 4,62 mg<br>Vit. A: 153,45 mcg<br>Vit. C: 35,65 mg | <b>CAFÉ<br/>MANHÃ<br/>7h30 -<br/>8h20</b> | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha  | Fórmula<br>infantil/leite<br>Laranja picadinha                                     | Fórmula infantil/leite<br>Maçã cozida   | Fórmula infantil/leite<br>Mamão picadinho                               | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha   |
|  | <b>ALMOÇO<br/>10h30</b>                   | Arroz parboilizado<br>Sopa de lentilha (cabelo<br>de anjo, batata, cenoura,<br>sem milho)<br>Farofinha de ovo<br>Laranja picadinha    | Polenta<br>Feijão preto<br>Carne moída (frango)<br>com molho vermelho<br>Beterraba | Galinhada<br>(peito de frango)<br>Feijão preto<br>Batata assada<br>Cenoura cozida | Carreteiro<br>(cubos bovinos)<br>Feijão preto<br>Repolho verde refogado | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Lasanha (moída bovina)<br>*sem queijo<br>Alface e tomate<br>picadinhos |
|  | <b>LANCHE<br/>13h30</b>                   | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha  | Fórmula<br>infantil/leite<br>Laranja picadinha                                     | Fórmula infantil/leite<br>Maçã cozida   | Fórmula infantil/leite<br>Mamão picadinho                               | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha   |
|  | <b>CAFÉ DA<br/>TARDE<br/>16h30</b>        | Arroz parboilizado<br>Sopa de lentilha<br>(cabelo de anjo,<br>batata, cenoura, sem<br>milho)<br>Farofinha de ovo<br>Laranja picadinha | Polenta<br>Feijão preto<br>Carne moída (frango)<br>com molho vermelho<br>Beterraba | Galinhada<br>(peito de frango)<br>Feijão preto<br>Batata assada<br>Cenoura cozida | Carreteiro<br>(cubos bovinos)<br>Feijão preto<br>Repolho verde refogado | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Lasanha (moída bovina)<br>*sem queijo<br>Alface e tomate<br>picadinhos |

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

\*B I – Até 01 ano deve-se consumir apenas alimentos naturais (NÃO PODE açúcarados, mel, café e pão). ATENÇÃO PARA AS TEXTURAS DOS ALIMENTOS.

\*Resolução 6/2020 - Art. 18: É PROIBIDA a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL  
BERÇÁRIO 1: FAIXA ETÁRIA 06 MESES A 1 ANO

Outubro 2025

| 33ª semana   |   | SEGUNDA  | TERÇA  | QUARTA<br>DIA DO PROFESSOR   | QUINTA  | SEXTA  |
|--|---|--|--|--|---|--|
|  |   | 13/10  | 14/10  | 15/10  | 16/10   | 17/10  |
| <b>TURNO<br/>MANHÃ</b><br><br>Kcal: 629,71<br>Ptn: 36,15 g<br>Lip: 21,65 g<br>Cho: 74,21 g<br>Ca: 391,98 mg<br>Fe: 4,78 mg<br>Vit. A: 310,29 mcg<br>Vit. C: 46,65 mg | <b>CAFÉ<br/>MANHÃ<br/>7h30 -<br/>8h20</b> | Fórmula infantil/leite<br>Maçã cozida  | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha                   | Fórmula infantil/leite<br>Mamão amassadinho  | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha                      | Fórmula infantil/leite<br>Pera raspadinha  |
|  | <b>ALMOÇO<br/>10h30</b>                   | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Batata doce cozida<br>Sufilé de legumes (ovos + cenoura, brócolis, couve flor, espinafre)<br>Mamão amassadinho | Carreteiro (cubos suíno)<br>Feijão carioca<br>Beterraba cozida | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Galeto (coxa e sobrecoxa)<br>Salada de maionese de leite (batata, ovo e cenoura cozida)<br>*com ovo cozido<br>Repolho refogado | Polenta<br>Feijão preto<br>Carne moída (bovina)<br>Cenoura cozida | Arroz da Mário* (parboilizado + integral)<br>Feijão preto<br>Filé de peito (frango) com molho branco e espinafre<br>Mix de brócolis e couve flor |
|  | <b>LANCHE<br/>13h30</b>                   | Fórmula infantil/leite<br>Maçã cozida  | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha                   | Fórmula infantil/leite<br>Mamão amassadinho  | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha                      | Fórmula infantil/leite<br>Pera raspadinha  |
|  | <b>CAFÉ DA<br/>TARDE<br/>16h30</b>        | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Batata doce cozida<br>Sufilé de legumes (ovos + cenoura, brócolis, couve flor, espinafre)<br>Mamão amassadinho | Carreteiro (cubos suíno)<br>Feijão carioca<br>Beterraba cozida | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Galeto (coxa e sobrecoxa)<br>Salada de maionese de leite (batata, ovo e cenoura cozida)<br>*com ovo cozido<br>Repolho refogado | Polenta<br>Feijão preto<br>Carne moída (bovina)<br>Cenoura cozida | Arroz da Mário* (parboilizado + integral)<br>Feijão preto<br>Filé de peito (frango) com molho branco e espinafre<br>Mix de brócolis e couve flor |

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

\*B I – Até 01 ano deve-se consumir apenas alimentos naturais (NÃO PODE açúcarados, mel, café e pão). **ATENÇÃO PARA AS TEXTURAS DOS ALIMENTOS.**

\*Resolução 6/2020 - Art. 18: É **PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL  
BERÇÁRIO 1: FAIXA ETÁRIA 06 MESES A 1 ANO

Outubro 2025

| 34ª semana   |   | SEGUNDA   | TERÇA   | QUARTA   | QUINTA  | SEXTA   |
|--|---|---|---|--|---|---|
|  |   | 20/10   | 21/10   | 22/10  | 23/10   | 24/10   |
| <b>TURNO<br/>MANHÃ</b><br><br>Kcal: 686,79<br>Ptn: 36,98 g<br>Lip: 24,29 g<br>Cho: 81,31 g<br>Ca: 421,58 mg<br>Fe: 4,47 mg<br>Vit. A: 163,47 mcg<br>Vit. C: 21,89 mg | <b>CAFÉ<br/>MANHÃ<br/>7h30 -<br/>8h20</b> | Fórmula<br>infantil/leite<br>Banana<br>amassadinha  | Fórmula infantil/leite<br>Abacate amassadinho   | Fórmula infantil/leite<br>Melão picadinho  | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha  | Fórmula infantil/leite<br>Maçã cozida   |
|  | <b>ALMOÇO<br/>10h30</b>                   | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Moranga cozida<br>Omelete de forno<br>Repolho refogado<br>Melão picadinho | Massa parafuso mix<br>(normal, tricolor e integral)<br>com molho de carne<br>moída (bovina)<br>Feijão preto<br>Pepino picadinho | Arroz parboilizado<br>Lentilha<br>Carne de panela com<br>aipim (cubos bovinos)<br>Cenoura cozida | Galinhada<br>(peito de frango)<br>Feijão preto<br>Mix de folhas<br>(alface, espinafre e rúcula<br>picadinhos) | Espaguete<br>Feijão preto<br>Picadinho suíno (cubos)<br>com vagem e cenoura<br>Repolho verde refogado |
|  | <b>LANCHE<br/>13h30</b>                   | Fórmula<br>infantil/leite<br>Banana<br>amassadinha  | Fórmula infantil/leite<br>Abacate amassadinho   | Fórmula infantil/leite<br>Melão picadinho  | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha  | Fórmula infantil/leite<br>Maçã cozida   |
|  | <b>CAFÉ DA<br/>TARDE<br/>16h30</b>        | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Moranga cozida<br>Omelete de forno<br>Repolho refogado<br>Melão picadinho | Massa parafuso mix<br>(normal, tricolor e integral)<br>com molho de carne<br>moída (bovina)<br>Feijão preto<br>Pepino picadinho | Arroz parboilizado<br>Lentilha<br>Carne de panela com<br>aipim (cubos bovinos)<br>Cenoura cozida | Galinhada<br>(peito de frango)<br>Feijão preto<br>Mix de folhas<br>(alface, espinafre e rúcula<br>picadinhos) | Espaguete<br>Feijão preto<br>Picadinho suíno (cubos)<br>com vagem e cenoura<br>Repolho verde refogado |

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

\*B I – Até 01 ano deve-se consumir apenas alimentos naturais (NÃO PODE açúcarados, mel, café e pão). **ATENÇÃO PARA AS TEXTURAS DOS ALIMENTOS.**

\*Resolução 6/2020 - Art. 18: É **PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL  
BERÇÁRIO 1: FAIXA ETÁRIA 06 MESES A 1 ANO

Outubro 2025

| 35ª semana   |   | SEGUNDA  | TERÇA | QUARTA  | QUINTA<br>DIA DAS MERENDEIRAS   | SEXTA   |
|--|---|--|-------|---|---|---|
|  |   | 27/10  | 28/10 | 29/10   | 30/10   | 31/10   |
| <b>TURNO<br/>MANHÃ</b><br><br>Kcal: 655,68<br>Ptn: 34,15 g<br>Lip: 22,30 g<br>Cho: 80,89 g<br>Ca: 439,31 mg<br>Fe: 4,61 mg<br>Vit. A: 233,91 mcg<br>Vit. C: 26,82 mg | <b>CAFÉ<br/>MANHÃ<br/>7h30 -<br/>8h20</b> | Fórmula infantil/leite<br>Maçã cozida  |       | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha  | Fórmula infantil/leite<br>Maçã cozida   | Fórmula infantil/leite<br>Laranja picadinha                                   |
|  | <b>ALMOÇO<br/>10h30</b>                   | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Ovo cozido<br>Batatas inglesa e doce<br>assadas<br>Laranja picadinha | -     | Massa parafuso mix<br>(normal, tricolor e integral)<br>com molho de atum<br>Feijão preto<br>Alface e tomate<br>picadinhos | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Galeto (coxa e sobrecoxa)<br>Salada de maionese de leite<br>(batata, ovo e cenoura cozida *com ovo<br>cozido)<br>Repolho refogado | Arroz parboilizado<br>Feijão carioca<br>Carne moída (bovina)<br>Chuchu cozido |
|  | <b>LANCHE<br/>13h30</b>                   | Fórmula infantil/leite<br>Maçã cozida  |       | Fórmula infantil/leite<br>Banana amassadinha  | Fórmula infantil/leite<br>Maçã cozida   | Fórmula infantil/leite<br>Laranja picadinha                                   |
|  | <b>CAFÉ DA<br/>TARDE<br/>16h30</b>        | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Ovo cozido<br>Batatas inglesa e doce<br>assadas<br>Laranja picadinha |       | Massa parafuso mix<br>(normal, tricolor e integral)<br>com molho de atum<br>Feijão preto<br>Alface e tomate<br>picadinhos | Arroz parboilizado<br>Feijão preto<br>Galeto (coxa e sobrecoxa)<br>Salada de maionese de leite<br>(batata, ovo e cenoura cozida *com ovo<br>cozido)<br>Repolho refogado | Arroz parboilizado<br>Feijão carioca<br>Carne moída (bovina)<br>Chuchu cozido |

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

\*B I – Até 01 ano deve-se consumir apenas alimentos naturais (NÃO PODE açúcarados, mel, café e pão). **ATENÇÃO PARA AS TEXTURAS DOS ALIMENTOS.**

\*Resolução 6/2020 - Art. 18: É **PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até **3 anos de idade**.



## RECEITAS DO MÊS

<https://youtube.com/@setordenutricaoosmecapaodac9437>

## ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

Para estudantes com necessidade de alimentação especial, o Setor de Nutrição deve ser informado via 1doc com o laudo da doença (diabetes, hipertensão, intolerância à lactose, alergia ao leite, etc) e demais informações necessárias para formular as adaptações no cardápio após combinações com a família/responsável do estudante. Além disso, temos o material “Necessidades Alimentares Especiais - caderno de referência para escolas municipais de Capão da Canoa”, um guia para que a comunidade escolar conheça e entenda sobre o assunto.

## TEXTURA DOS ALIMENTOS

**De 6 a 8 meses:** amassado com gruminhos. Todos os alimentos oferecidos para essa idade devem ter a consistência pastosa.

**Não** oferecer o que não é capaz de ser amassado.



**9 meses:** picadinho.



**A partir dos 11 meses:** alimentação em consistência da família.

