

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATUREZAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA.



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR LEI Nº 11.947  
CARDÁPIO FEVEREIRO – 2025

Amanda Siqueira Tizo  
Nutricionista Responsável Técnica  
CRN 3 - 76017

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice- Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

EDUCAÇÃO INFANTIL – CRECHES: BERÇÁRIOS E MATERNAIS

→ SEGUIR AS INSTRUÇÕES DO ANEXO I DESTES DOCUMENTOS ←

1º SEMANA

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025
ENTRADA	Opcional	FÉRIAS	FÉRIAS	PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1 (até o 7º mês)				Maçã (raspinha)	Mamão (raspinha)
	B 2 e Maternais				Suco de maracujá com maçã. Pão com requeijão	Leite com cacau. Pão com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1 (até o 7º mês)				Arroz, lentilha com carne suína <b>desfiada</b> . Repolho refogado (bem picado). Laranja (gominhos)	Macarrão argolinha com carne moída ao molho natural de tomate. Abacaxi (raspinha)
	B 2 e Maternais				Arroz, lentilha com carne suína <b>picada</b> . Vinagrete. Laranja	Macarrão argolinha com carne moída ao molho natural de tomate. Salada de alface. Abacaxi
LANCHE DA TARDE	Berçário 1 (até o 7º mês)				Vitamina de mamão	Canja
	B2 e Maternais				Suco de abacaxi com hortelã. Pão de queijo	Suco de laranja com cenoura. Pão francês com patê de frango
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite			

Observação: A introdução alimentar é a partir do 6º mês de idade.

Considerações: Em termos de cardápio, o **berçário 1** será considerado até o 7º mês de idade. Nesta fase a alteração de consistência já pode evoluir um pouco, sendo ligeiramente amassada com o garfo, sempre respeitando a **individualidade** de cada um.

**Até o 7º mês de idade: servir os alimentos amassados com garfo (conforme anexo I)**

**8º ao 11 mês de idade: servir os alimentos bem picados (conforme anexo I)**

→ Conforme orientações da Nutricionista Supervisora da unidade, o cardápio deverá ser adaptado de acordo com as necessidades alimentares especiais da criança tais como doença celíaca, diabetes, hipertensão, anemias, alergias e intolerâncias alimentares, dentre outras, mediante **laudo médico (FNDE, RESOLUÇÃO Nº6 DE 2020)**.

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA.



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº 11.947

CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025

Amanda Siqueira Tizo  
Nutricionista Responsável Técnica  
CRN 3 - 76017

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice- Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

EDUCAÇÃO INFANTIL – CRECHES: BERÇÁRIOS E MATERNAIS

→ SEGUIR AS INSTRUÇÕES DO ANEXO I DESTES DOCUMENTOS ←

2º SEMANA

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		10/02/2025	11/02/2025	12/02/2025	13/02/2025	14/02/2025
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1 (até o 7º mês)	Melancia (raspinha)	Pêssego (raspinha)	Banana amassada	Mingau de aveia com banana e cacau	Mamão (amassado)
	B 2 e Maternais	Suco de melancia. Ovo mexido com queijo e pitada de orégano	Suco de melão. Pão com manteiga	Vitamina de banana com cacau. Pão com requeijão.	Leite com cacau. Pão com queijo	Vitamina de mamão. Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1 (até o 7º mês)	Arroz, polenta com frango desfiado e cenoura ralada. Maçã (raspinha)	Arroz, feijão, carne moída com abobrinha. Melancia (raspinha)	Arroz, Strogonoff de frango. Purê de batata. Laranja (gominho)	Arroz, feijão, carne de panela com batata e vagem. Salada de beterraba cozida e amassada. Banana (amassada)	Macarrão argolinha com carne moída ao molho natural de tomate. Laranja (gominho)
	B 2 Maternais	Arroz, polenta com frango desfiado e queijo. Salada de acelga com cenoura ralada. Maçã	Arroz, feijão, carne moída com abobrinha. Salada de repolho com tomate. Melancia	Arroz, Strogonoff de frango. Batata sauté. Salada de alface. Laranja	Arroz, feijão, carne de panela com batata e vagem. Salada de beterraba cozida. Banana	Macarrão argolinha com carne moída ao molho natural de tomate. Salada de alface. Laranja (gominho)
LANCHE DA TARDE	Berçário 1 (até o 7º mês)	Mingau de coco	Canja	Vitamina de banana com aveia e cacau	Sopa de feijão com batata e carne moída	Salada de frutas (amassada)
	B2 e Maternais	Leite com cacau. Pão com requeijão.	Salada de frutas	Suco de laranja e pão de queijo	Suco de melancia. Bolo de cenoura	Suco de uva integral (diluído). Pão francês com requeijão.
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Observação: A introdução alimentar é a partir do 6º mês de idade.

Considerações: Em termos de cardápio, o **berçário 1** será considerado até o 7º mês de idade. Nesta fase a alteração de consistência já pode evoluir um pouco, sendo ligeiramente amassada com o garfo, sempre respeitando a **individualidade** de cada um.

**Até o 7º mês de idade: servir os alimentos amassados com garfo (conforme anexo I)**

**8º ao 11 mês de idade: servir os alimentos bem picados (conforme anexo I)**

→ Conforme orientações da Nutricionista Supervisora da unidade, o cardápio deverá ser adaptado de acordo com as necessidades alimentares especiais da criança tais como doença celíaca, diabetes, hipertensão, anemias, alergias e intolerâncias alimentares, dentre outras, mediante **laudo médico (FNDE, RESOLUÇÃO Nº6 DE 2020)**.

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA.



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº  
11.947  
CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025

Amanda Siqueira Tizo  
Nutricionista Responsável Técnica  
CRN 3 - 76017

Emeb Aparício - Emeb Artemisia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice- Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

EDUCAÇÃO INFANTIL – CRECHES: BERÇÁRIOS E MATERNAIS

→ SEGUIR AS INSTRUÇÕES DO ANEXO I DESTES DOCUMENTOS ←

3º SEMANA

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		17/02/2025	18/02/2025	19/02/2025	20/02/2025	21/02/2025
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1 (até o 7º mês)	Melão (raspinha)	Pêra (raspinha)	Pêssego (raspinha)	Abacate amassado com banana	Melancia (raspinha)
	B 2 e Maternais	Suco de melão. Ovo mexido com ricota e pitada de orégano	Leite com cacau. Pão de leite com manteiga	Suco de laranja com beterraba. Pão de leite com requeijão	Vitamina de maçã. Pão de leite com manteiga	Suco de melancia. Pão de leite com queijo
ALMOÇO	Berçário 1 (até o 7º mês)	Macarrão parafuso com frango desfiado, milho verde e cheiro verde ao molho branco. Maçã (raspinha)	Arroz, feijão, carne de panela com mandioca e cheiro verde. Melancia (raspinha)	Arroz, Polenta com carne moída ao molho de tomate. Pêra (raspinha)	Arroz, feijão, frango com legumes (tomate, cenoura ralada e ervilha). Banana (amassada)	Arroz, feijão preto, carne suína desfiada com cenoura ralada. Laranja (gominhos)
	B 2 Maternais	Macarrão parafuso com frango desfiado, milho verde e cheiro verde ao molho branco. Salada de acelga com tomate. Maçã	Arroz, feijão, carne de panela com mandioca e cheiro verde. Salada de tomate com pepino. Melancia	Arroz, Polenta com carne moída ao molho de tomate. Salada de alface. Perá	Arroz, feijão, frango com legumes (tomate, cenoura ralada e ervilha) Salada de repolho. Banana	Arroz, feijão preto, carne suína desfiada com cenoura ralada. Salada de alface com tomate. Laranja
LANCHE DA TARDE	Berçário 1 (até o 7º mês)	Sopa de feijão com carne moída	Canja	Vitamina de banana prata com cacau	Salada de frutas (amassada)	Canja
	B 2 e Maternais	Suco de laranja. Pão francês com carne moída	Suco de maçã com maracujá. Pão de queijo	Suco de abacaxi. Bolo de banana com cacau	Salada de frutas	Suco de laranja com mamão. Pão francês com requeijão.
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Observação: A introdução alimentar é a partir do 6º mês de idade.

Considerações: Em termos de cardápio, o **berçário 1** será considerado até o 7º mês de idade. Nesta fase a alteração de consistência já pode evoluir um pouco, sendo ligeiramente amassada com o garfo, sempre respeitando a **individualidade** de cada um.

**Até o 7º mês de idade: servir os alimentos amassados com garfo (conforme anexo I)**

**8º ao 11 meses de idade: servir os alimentos bem picados (conforme anexo I)**

→ Conforme orientações da Nutricionista Supervisora da unidade, o cardápio deverá ser adaptado de acordo com as necessidades alimentares especiais da criança tais como doença celíaca, diabetes, hipertensão, anemias, alergias e intolerâncias alimentares, dentre outras, mediante **laudo médico (FNDE, RESOLUÇÃO Nº6 DE 2020)**.

Observação: A introdução alimentar é a partir do 6º mês de idade.

FRUTAS QUE NECESSITAM DE MATURAÇÃO DEVEM SER SOLICITADAS COM UMA SEMANA DE ANTECEDÊNCIA. OS LEGUMES QUE NÃO FOREM SER USADOS ATÉ SEXTA-FEIRA DA SEMANA DA ENTREGA, DEVEM SER BRANQUEADOS E CONGELADOS. OS PURÊS DE LEGUMES DEVEM SER FEITO SEPARADAMENTE COM ÁGUA PARA OS ALÉRGICOS. DEMAIS SUBSTITUIÇÕES SEGUIR AS ORIENTAÇÕES QUE DEVEM ESTAR FIXADAS NAS COZINHA - APLV e DOENÇA CELÍACA.



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – LEI Nº 11.947  
CARDÁPIO FEVEREIRO– 2025

Amanda Siqueira Tizo  
Nutricionista Responsável Técnica  
CRN 3 - 76017

Emeb Aparício - Emeb Artemísia - Emeb Athayde - Emeb Dr Ruy - Emeb Esaú - Emeb Gervásio - Emeb Helenice- Emeb Lazaro - Emeb Nelson Pinto - Emeb Roberto-Teresa - Emeb Romeu Rui

EDUCAÇÃO INFANTIL – CRECHES: BERÇÁRIOS E MATERNAIS

→ SEGUIR AS INSTRUÇÕES DO ANEXO I DESTES DOCUMENTOS ←

4º SEMANA

SERVIÇOS	TURMAS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
		24/02/2025	25/02/2025	26/02/2025	27/02/2025	28/02/2025
ENTRADA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
COLAÇÃO	Berçário 1 (até o 7º mês)	Melancia (raspinha)	Mingau de coco	Vitamina de maçã	Banana amassada	Pêssego (raspinha)
	B 2 e Maternais	Suco de melancia. Ovo mexido com requeijão	Suco de melão. Pão com queijo	Leite com cacau. Pão com manteiga	Suco de laranja. Pão com requeijão.	Leite com cacau. Pão com manteiga
ALMOÇO	Berçário 1 (até o 7º mês)	Arroz, feijão, ovo mexido com cenoura ralada e tomate. Melão (raspinha)	Arroz, feijão, carne de panela com abóbora. Melancia (raspinha)	Macarrão à bolonhesa com berinjela. Banana (amassada)	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura, batata e vagem. Laranja (gominhos)	Arroz, lasanha de frango. Maçã (raspinha)
	B 2 Maternais	Arroz, feijão, ovo mexido com cenoura ralada e queijo. Salada de repolho. Melão	Arroz, feijão, carne de panela com abóbora. Salada de acelga com tomate. Melancia	Macarrão à bolonhesa com berinjela. Salada de Alface. Banana	Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Salada de batata com vagem. Laranja (gominhos)	Arroz, lasanha de frango. Salada de alface. Maçã
LANCHE DA TARDE	Berçário 1 (até o 7º mês)	Canja	Sopa de macarrão com carne moída e cenoura	Salada de frutas (amassada)	Purê de batata com carne moída	Vitamina de banana com aveia e cacau
	B2 e Maternais	Suco de laranja. Torta de frango com legumes e queijo	Leite com cacau. Pão francês com requeijão.	Suco de melancia. Bolo de aveia com maçã	Suco de abacaxi. Pão de queijo	Suco de laranja. Bolo de abacaxi com creme branco (aniversário)
SAÍDA	Opcional	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite

Considerações: Em termos de cardápio, o **berçário 1** será considerado até o 7º mês de idade. Nesta fase a alteração de consistência já pode evoluir um pouco, sendo ligeiramente amassada com o garfo, sempre respeitando a **individualidade** de cada um

**Até o 7º mês de idade: servir os alimentos amassados com garfo (conforme anexo I)**

**8º ao 11 mês de idade: servir os alimentos bem picados (conforme anexo I)**

→ Conforme orientações da Nutricionista Supervisora da unidade, o cardápio deverá ser adaptado de acordo com as necessidades alimentares especiais da criança tais como doença celíaca, diabetes, hipertensão, anemias, alergias e intolerâncias alimentares, dentre outras, mediante **laudo médico (FNDE, RESOLUÇÃO Nº6 DE 2020)**.

## ANEXO I

### Informativo Técnico SME/CODAE nº 06/2020 e OMS

O Guia Alimentar para as Crianças Brasileiras Menores de 2 anos orienta alteração da consistência dos alimentos para os bebês no início da introdução alimentar, para prevenir o engasgo e favorecer o processo de aprendizagem da mastigação e da deglutição durante essa fase. Esse Informativo Técnico é um documento de apoio para todos que trabalham nas Unidades de Educação Infantil da RME e também para as famílias.

#### INSTRUÇÕES DE CONSISTÊNCIA DETALHADAS

Faixa etária	Desjejum	Colação	Almoço	Refeição da tarde
1ª semana do 6º mês	 ou  F-2	 Amassada	 ou  F-2	 ou  F-2
2ª semana do 6º mês	 ou  F-2	 Amassada	 ou  F-2	 ou  F-2
3ª semana do 6º mês	 ou  F-2	 Amassada	  Amassadas	 ou  F-2

Faixa etária	Desjejum	Colação	Almoço	Refeição da tarde
7 meses	 ou  F-2	 Amassada	  Amassadas	  Amassadas
8 a 11 meses	 ou  F-2	 Picada	  Picadas	  Picadas
1 a 1 ano e 11 meses	 ou  ou 		 	 
2 a 3 anos e 11 meses	 ou  ou 		 	 

## Consistência da alimentação desde a introdução alimentar complementar

### 6 meses



fig. 1A



fig. 2A



fig. 4B

Os alimentos devem ficar separados e bem amassados com o garfo (fig. 1A). As carnes devem ser desfiadas e picadas (fig. 2A). As frutas devem ser amassadas, raspadas, raladas ou cozidas, no caso de frutas duras (pera e maçã) (fig. 4B e vídeo disponível no QR Code).

### 7 a 8 meses

Nesta fase, os alimentos podem ser menos amassados que antes ou bem picados, permitindo que a consistência fique mais firme (fig. 1A), de acordo com a aceitação do bebê. A partir dos 8 meses as frutas macias, como a banana (fig. 4E) podem ser oferecidas em pedaços grandes (inteira ou cortada ao meio), possibilitando a criança pegar com a mão e comer sozinha.



fig. 1A



fig. 2A



fig. 4E



fig. 1B



fig. 2B



fig. 3A

### 9 a 11 meses

O bebê pode receber alimentos picados em pedaços pequenos (fig. 1B) e as carnes desfiadas (fig. 2B). Até completar 12 meses as verduras devem ser oferecidas cozidas e picadas (fig. 3A).

### 12 meses

Próximo aos 12 meses a consistência pode ter pouca ou nenhuma modificação (fig. 1C) e as carnes podem ser servidas bem cozidas em pedaços pequenos (fig. 2C). Além disso, os alimentos duros passam a ser melhor aceitos.



fig. 1C



fig. 2C

Figura 1. Evolução da consistência das preparações



**Lembre-se!** Amassar com o garfo cada vez menos para evoluir a consistência

Figura 2. Evolução da consistência das carnes



Figura 3. Como oferecer verduras e milho



**Figura 4. Como oferecer as frutas?**

**A.** Frutas macias (abacate, mamão e banana) podem ser amassadas



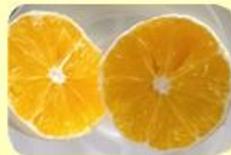
**B.** Frutas duras (maçã e pera), podem ser raladas ou cortadas ao meio e retalhadas (passar a faca diversas vezes, formando pequenos cubos na superfície) para facilitar a oferta quando raspadas. Também podem ser cozidas e amassadas levemente com o garfo (sem adição de açúcar). Assista ao vídeo sobre formas de oferecer frutas duras clicando [aqui](#).



**C.** Alimentos com formato redondo (tomate cereja e uva) devem ser cortados longitudinalmente em 4 partes



**D.** Laranja pode ser oferecida descascada, sem sementes e cortada ao meio.



**E.** As frutas (abacaxi, manga, kiwi, e melancia) podem ser cortadas em cubos pequenos. A banana (fruta macia) pode ser oferecida inteira ou cortada ao meio.

## DIÁLOGO COM AS FAMÍLIAS

Orientamos diálogo com as famílias dos bebês, especialmente durante a introdução alimentar, para que a Unidade e a família estejam alinhadas durante todo o processo, inclusive se for necessário iniciar a oferta de alimentos um pouco mais tarde, caso o bebê não tenha os sinais de desenvolvimento logo ao completar os 6 meses de vida. A Unidade pode fazer os registros dos diálogos com as famílias e/ou com a equipe da UBS e arquivá-los no prontuário da criança na escola.



## E SE A FAMÍLIA INICIAR A INTRODUÇÃO ALIMENTAR ANTECIPADAMENTE?

Se a família iniciar a oferta de outros alimentos ao bebê antes dos 6 meses em casa (além do leite materno ou da fórmula infantil), e quiser que a Unidade também os ofereça, cabe à gestão da escola solicitar um laudo médico ou de nutricionista com a justificativa para o início antecipado da introdução alimentar, contendo os alimentos indicados ao bebê.

Encaminhar o laudo à Coordenadoria de Alimentação Escolar (CODAE) para autorização e início da oferta dos alimentos ao bebê na Unidade Educacional, conforme o [IT SME/CODAE nº 04/2023—atendimento de estudantes com necessidades nutricionais específicas](#).

