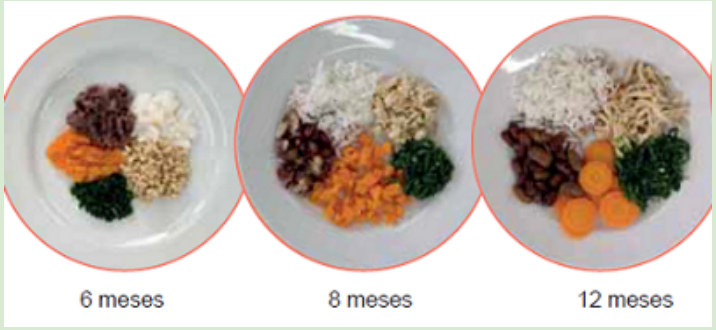
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPANEMA – PARANÁ
CARDÁPIO DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR CMEIS*
ETAPA DE ENSINO: Berçário I **FAIXA ETÁRIA**: 4 meses a 1 ano
ZONA: Urbana **PERÍODO**: PARCIAL e INTEGRAL
NECESSIDADES ALIMENTARES: não****

CARDÁPIO DE INTRODUÇÃO DA ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR

Refeições	4-6 meses	6-7 meses	8-11 meses
Café da Manhã 7:30 h as 8 h	Leite materno ou fórmula infantil (quantidade abaixo)	Fruta amassada com o garfo (não liquidificar) + Leite materno, fórmula infantil ou leite de vaca (quantidade abaixo)	Mesmo cardápio do **BERÇÁRIO II**, porém deve ser **SEM SAL e picadinho em pedaços pequenos**, com todos os alimentos separados
Almoço 10:30 h	Leite materno ou fórmula infantil (quantidade abaixo)	Mesmo cardápio do **BERÇÁRIO II**, porém deve ser **SEM SAL e amassado com um garfo**, com todos os alimentos separados	Mesmo cardápio do **BERÇÁRIO II**, porém deve ser **SEM SAL e picadinho em pedaços pequenos**, com todos os alimentos separados
Lanche da tarde I 12 h	Leite materno ou fórmula infantil (quantidade abaixo)	Fruta amassada com o garfo (não liquidificar)	Fruta em pedaços pequenos
Lanche da tarde II 14 h (avaliar sinais de fome e saciedade)	Leite materno ou fórmula infantil (quantidade abaixo)	Leite materno, fórmula infantil ou leite de vaca (quantidade abaixo)	Leite materno ou fórmula infantil ou leite de vaca (quantidade abaixo)
Jantar 16 h	Leite materno ou fórmula infantil (quantidade abaixo)	Mesmo cardápio do **BERÇÁRIO II**, porém deve ser **SEM SAL e picadinho em pedaços pequenos**, com todos os alimentos separados	Mesmo cardápio do **BERÇÁRIO II**, porém deve ser **SEM SAL e picadinho em pedaços pequenos**, com todos os alimentos separados
Lanche da tarde III 17:15 h (para as crianças que permanecem até esse horário no CMEI)	Leite materno ou fórmula infantil (quantidade abaixo)	Fruta amassada com o garfo (não liquidificar) + Leite materno, fórmula infantil ou leite de vaca (quantidade abaixo)	Fruta em pedaços pequenos
Limite de leite de vaca pasteurizado por dia (somente na ausência de leite materno ou fórmula infantil)	**4-6 meses:** 6 mamadeiras de 80 ml de leite de vaca pateurizado	**6-7 meses:** Até 3 mamadeiras de 160 ml de leite de vaca pateurizado	**8-11 meses:** Até 2 mamadeiras de 160 até 200 ml de leite de vaca pateurizado
Limite de LEITE de vaca pasteurizado tipo A antes do 1º ano: 500 ml ao dia (Ministério da Saúde, 2019).			
Limite e quantidade de FÓRMULA INFANTIL por dia (Sociedade Brasileira de Pediatria, 2024):		**Exemplos de refeições por idade em pratos de SOBREMESA, segundo consistência e quantidades:** (Ministério da Saúde, 2019)	

Idade	Volume/Refeição mL	Número de refeições/dia
Do nascimento até 30 dias	60 - 120	6 a 8
30 a 60 dias	120 – 150	6 a 8
2 a 3 meses	150 - 180	5 a 6
3 a 4 meses	180 - 200	5 a 6
> 4 meses	180 - 200	2 a 3



Média semanal do cardápio	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)
	692 kcal	111 g	31 g	14 g
	Calcio, Ferro, Vit A e C	Ferro	Vitamina A	Vitamina C
	238 mg	3,35 mg	814 mg	42,6 mg

O cardápio foi elaborado com base na Resolução FNDE/PNAE 06/2020 e as leis vigentes da alimentação escolar.

A introdução alimentar ao 6 meses deve ser iniciada SOMENTE após a autorização dos pais, e de preferência primeiro em casa.

Oferecer água e pequenas quantidades nos intervalos quando a criança começar a introdução alimentar.

Cardápio sujeito a alterações. Elaborado e revisado pela nutricionistas do Setor de Nutrição.

As frutas são escolhidas conforme a época e a sazonalidade.

As saladas devem ser oferecidas cruas ou cozidas, alternando e diversificando diariamente.