



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

NOVEMBRO/2025

CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL (2 A 5 ANOS)



Coordenadoria de Alimentação Escolar - (14) 3413-1220/ 3464-9967 - divisaodealimentacao@marilia.sp.gov.br

1ª SEMANA	Segunda-feira 03/11/2025	Terça-feira 04/11/2025	Quarta-feira 05/11/2025	Quinta-feira 06/11/2025	Sexta-feira 07/11/2025
Lanche	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate)	Bolo de chocolate (cacau 100%) + Leite c/ cacau	Arroz, feijão, pernil suíno e farofa de cebola (farinha de mandioca e cebola). SALADA: Vinagrete (tomate, cebola e cheiro verde)	Galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Pão c/ molho de carne moída (pão, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate) + Polpa de fruta + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
310	44	15	9	21	5	62	2

- * A mudança de cardápio poderá acontecer ocasionalmente devido a problemas com fornecedores, safra ou condições climáticas.
- * A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário.
- * Caso seja necessário às verduras (folhosos) podem ser adiantadas por serem muito perecíveis.
- * Para aproveitar ao máximo o sabor e a textura, recomenda-se utilizar o pão no próximo dia após a entrega.

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

NOVEMBRO/2025

CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL (2 A 5 ANOS)



Coordenadoria de Alimentação Escolar - (14) 3413-1220/ 3464-9967 - divisaodealimentacao@marilia.sp.gov.br

2ª SEMANA	Segunda-feira 10/11/2025	Terça-feira 11/11/2025	Quarta-feira 12/11/2025	Quinta-feira 13/11/2025	Sexta-feira 14/11/2025
Lanche	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura)	Arroz, feijão e filé de frango ao molho de tomate. SALADA: Folhas	Pão de queijo + Polpa de fruta + Fruta	Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída enriquecido c/ tomate + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
300	37	17	10	24	6	41	2

- * A mudança de cardápio poderá acontecer ocasionalmente devido a problemas com fornecedores, safra ou condições climáticas.
- * A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário.
- * Caso seja necessário às verduras (folhosos) podem ser adiantadas por serem muito perecíveis.
- * Para aproveitar ao máximo o sabor e a textura, recomenda-se utilizar o pão no próximo dia após a entrega.

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

NOVEMBRO/2025

CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL (2 A 5 ANOS)



Coordenadoria de Alimentação Escolar - (14) 3413-1220/ 3464-9967 - divisaodealimentacao@marilia.sp.gov.br

3ª SEMANA	Segunda-feira 17/11/2025	Terça-feira 18/11/2025	Quarta-feira 19/11/2025	Quinta-feira 20/11/2025	Sexta-feira 21/11/2025
Lanche	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída, batata, cenoura.	Bolo mesclado + Leite c/ cacau + Fruta	Arroz, feijão e frango assado (coxa e sobrecoxa). SALADA: Tomate	FERIADO	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate) + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
292	38	19	7	60	6	79	2

- * A mudança de cardápio poderá acontecer ocasionalmente devido a problemas com fornecedores, safra ou condições climáticas.
- * A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário.
- * Caso seja necessário às verduras (folhosos) podem ser adiantadas por serem muito perecíveis.
- * Para aproveitar ao máximo o sabor e a textura, recomenda-se utilizar o pão no próximo dia após a entrega.

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

NOVEMBRO/2025

CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL (2 A 5 ANOS)



Coordenadoria de Alimentação Escolar - (14) 3413-1220/ 3464-9967 - divisaoidealimentacao@marilia.sp.gov.br

4ª SEMANA	Segunda-feira 24/11/2025	Terça-feira 25/11/2025	Quarta-feira 26/11/2025	Quinta-feira 27/11/2025	Sexta-feira 28/11/2025
Lanche	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Arroz, feijão e isca de carne acebolada. SALADA: Couve-Flor c/ Tomate	Torta de frango (filé de frango desfiado e molho de tomate) + Polpa de fruta	Polenta ao molho de carne moída enriquecido c/ tomate + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
309	35	21	10	27	7	40	2

- * A mudança de cardápio poderá acontecer ocasionalmente devido a problemas com fornecedores, safra ou condições climáticas.
- * A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário.
- * Caso seja necessário às verduras (folhosos) podem ser adiantadas por serem muito perecíveis.
- * Para aproveitar ao máximo o sabor e a textura, recomenda-se utilizar o pão no próximo dia após a entrega.

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189