



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

ABRIL/2026

**CARDÁPIO
APAE**



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

1ª SEMANA		Quarta-feira 01/04/2026	Quinta-feira 02/04/2026	Sexta-feira 03/04/2026
Lanche		Arroz, feijão, isca de carne acebolada e creme de milho (leite, milho e amido) SALADA: Rucúla c/ tomate	X-frango (pão, patê de filé de frango desfiado c/ requeijão, alface e tomate) + Banana prata	FERIADO

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
292	38	17	8

* 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

ABRIL/2026

**CARDÁPIO
APAE**



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

2ª SEMANA	Segunda-feira 06/04/2026	Terça-feira 07/04/2026	Quarta-feira 08/04/2026	Quinta-feira 09/04/2026	Sexta-feira 10/04/2026
Lanche	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Abacaxi	Arroz, feijão, pernil suíno acebolado e farofa de cebola (farinha de mandioca e cebola). SALADA: Repolho c/ tomate	Purê de batata inglesa c/ molho carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Melancia	Arroz, feijão e carne em cubos c/ batata inglesa. SALADA: Grão de bico ao Vinagrete (tomate, cebola e cheiro-verde)	Torta de carne moída (enriquecida com Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha]) + Polpa de fruta

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
352	40	21	12

- * 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 Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

ABRIL/2026

**CARDÁPIO
APAE**



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

3ª SEMANA	Segunda-feira 13/04/2026	Terça-feira 14/04/2026	Quarta-feira 15/04/2026	Quinta-feira 16/04/2026	Sexta-feira 17/04/2026
Lanche	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ cenoura)	Arroz, feijão e iscas de carne c/ molho de tomate. SALADA: Acelga c/ tomate	Galinhada (arroz, filé de frango, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Mamão	Polenta com molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Banana nanica	Arroz, feijão e fricassê de frango (filé de frango desfiado, leite, amido e queijo mussarela). SALADA: Alface

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
376	45	22	12

- * 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

ABRIL/2026

**CARDÁPIO
APAE**



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

4ª SEMANA	Segunda-feira 20/04/2026	Terça-feira 21/04/2026	Quarta-feira 22/04/2026	Quinta-feira 23/04/2026	Sexta-feira 24/04/2026
Lanche	Sopa de macarrão ave maria c/ carne em cubos, Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem] e batata inglesa	FERIADO	Arroz, feijão e isca de carne acebolada SALADA: Chuchu c/ cheiro-verde	Pão com molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Polpa de fruta + Melancia	Arroz, feijão, frango assado (coxa e sobrecoxa) e creme de milho (leite, milho e amido) SALADA: Couve-flor c/ tomate FRUTA: Laranja

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
366	43	26	9

* 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

ABRIL/2026

**CARDÁPIO
APAE**



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

5ª SEMANA	Segunda-feira 27/04/2026	Terça-feira 28/04/2026	Quarta-feira 29/04/2026	Quinta-feira 30/04/2026	Sexta-feira 01/05/2026
Lanche	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ cenoura)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Maçã	Arroz, feijão, peixe ao molho de tomate c/ batata. SALADA: Repolho FRUTA: Banana nanica	Escondidinho de carne moída (purê de batata inglesa c/ carne moída e queijo mussarela) + Polpa de fruta	FERIADO

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
301	35	20	9

- * 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