



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

AGOSTO/2025

CARDÁPIO - EMEI BRANCA DE NEVE E CLARA LUZ



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

1ª SEMANA					Sexta-feira 01/08/2025
Café da manhã (NÍVEL)					Fruta
Café da manhã (MATERNAL)					Pão c/ manteiga + Leite c/ cacau
Lanche da manhã (MATERNAL)					Purê de Batata Inglesa c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta
Almoço					Arroz, feijão, carne em cubos c/ cheiro-verde. Salada: Folhas e tomate
Lanche da tarde (NÍVEL)					Purê de Batata Inglesa c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)					Purê de Batata Inglesa c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
641	69	45	16	141	91	196	5
Composição nutricional (média semanal) - EMEI							
1105	141	58	22	69	41	407	11



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

AGOSTO/2025

CARDÁPIO - EMEI BRANCA DE NEVE E CLARA LUZ



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

2ª SEMANA	Segunda-feira 04/08/2025	Terça-feira 05/08/2025	Quarta-feira 06/08/2025	Quinta-feira 07/08/2025	Sexta-feira 09/08/2025
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cereal	Leite c/ cacau + fruta	Pão c/ manteiga + Leite c/ cacau	Ovos mexidos	Leite c/ cacau + fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída, cenoura, batata e ab. Paulista	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Bolo de coco + Leite c/ cacau + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Torta de frango (filé de frango, tomate) + Polpa de fruta
Almoço	Arroz, feijão, carne em cubos c/ mandioca. Salada: Beterraba	Arroz, feijão, iscas de carne acebolada e farofa (farinha de mandioca). Salada: Chuchu	Arroz, feijão, carne moída c/ tomate. Salada: Folhas	Arroz, feijão, estrogonofe de filé de frango. Salada: Folhas	Arroz, feijão, carne em cubos c/ batata. Salada: Cenoura
				Nível: Filé de frango. Refogado: Folhas	
Lanche da tarde (NÍVEL)	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída, cenoura, batata e ab. Paulista + Fruta	Macarrão à Bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Canja de frango (arroz, filé de frango, cenoura, batata e cheiro-verde) + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Mini Galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída, cenoura, batata e ab. Paulista	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Bolo de coco + Leite c/ cacau + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Torta de frango (filé de frango, tomate) + Polpa de fruta

Obs.:


Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
434	46	33	9	94	54	51	5

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

822	129	32	14	48	22	115	4
-----	-----	----	----	----	----	-----	---

AGOSTO/2025

CARDÁPIO - EMEI BRANCA DE NEVE E CLARA LUZ



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

3ª SEMANA	Segunda-feira 11/08/2025	Terça-feira 12/08/2025	Quarta-feira 13/08/2025	Quinta-feira 14/08/2025	Sexta-feira 15/08/2025
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cacau + fruta	Mingau de Cacau (leite, amido e cacau 100%)	Bolo mesclado + Leite c/ cacau	Leite c/ cereal	Leite c/ cacau + fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)	Polenta c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate)	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Sopa de ervilha (ervilha, carne em cubos, mandioca, cenoura, chuchu e abóbora brasileira) + Fruta	Pão com molho de carne moída (carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde) + Polpa + Fruta	Arroz amarelinho (ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde)
Almoço	Arroz, feijão, iscas de carne. Salada: Ab. Paulista	Arroz, feijão, carne em cubos c/ batata. Salada: Ab. Brasileira	Arroz, feijão, carne moída. Salada: Folhas	Arroz, feijão, iscas de carne c/ purê de abóbora cabotian. Salada: Folhas	Arroz, feijão, Coxa e Sobrecoxa assada. Salada: Tomate
Lanche da tarde (NÍVEL)	Polenta c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Macarrão à Bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Sopa de ervilha (ervilha, carne em cubos, mandioca, cenoura, chuchu e abóbora brasileira) + Fruta	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Arroz colorido (carne moída, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)	Polenta c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate)	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Sopa de ervilha (ervilha, carne em cubos, mandioca, cenoura, chuchu e abóbora brasileira) + Fruta	Pão com molho de carne moída (carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde) + Polpa + Fruta	Arroz amarelinho (ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde)

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
419	64	20	7	62	17	34	2

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

883	130	38	15	212	70	339	8
-----	-----	----	----	-----	----	-----	---

AGOSTO/2025

CARDÁPIO - EMEI BRANCA DE NEVE E CLARA LUZ



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

4ª SEMANA	Segunda-feira 18/08/2025	Terça-feira 19/08/2025	Quarta-feira 20/08/2025	Quinta-feira 21/08/2025	Sexta-feira 22/08/2025
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cacau + fruta	Leite c/ cereal	Leite c/ cacau + fruta	Ovos mexidos	Pão c/ manteiga + leite c/ cacau
Lanche da manhã (MATERNAL)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Purê de Batata Inglesa c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Torta de carne moída (carne moída, tomate) + Polpa de fruta + Fruta	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Pão de queijo + leite c/ cacau + fruta
Almoço	Arroz, feijão, carne moída c/ mandioca. Salada: Chuchu	Arroz, feijão, carne em cubos. Salada: Beterraba	Arroz, feijoada (feijão preto e pernil em cubos) farofa (farinha de mandioca). Refogado: Folhas	Arroz, feijão, iscas de carne. Salada: Folhas	Arroz, feijão, carne em cubos com tomate. Salada: Brócolis
			Nível: iscas de carne		
Lanche da tarde (NÍVEL)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Purê de Batata Inglesa c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Polenta c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Macarrão à Bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Purê de Batata Inglesa c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Torta de carne moída (carne moída, tomate) + Polpa de fruta + Fruta	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Pão de queijo + leite c/ cacau + fruta

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
473	65	22	10	70	16	38	3

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

918	153	33	13	27	8	164	4
-----	-----	----	----	----	---	-----	---



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

AGOSTO/2025

CARDÁPIO - EMEI BRANCA DE NEVE E CLARA LUZ

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



5ª SEMANA	Segunda-feira 25/08/2025	Terça-feira 26/08/2025	Quarta-feira 27/08/2025	Quinta-feira 28/08/2025	Sexta-feira 29/08/2025
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cacau + fruta	Mingau Prestígio (leite, amido e cacau 100% e coco ralado)	Ovos mexidos	Leite + cereal	Leite c/ cacau + fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Polenta c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Bolo de fubá + Leite c/ cacau + Fruta	Pão com molho de carne moída (carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde) + Polpa
Almoço	Arroz, feijão, carne em cubos. Salada: Pepino	Arroz, feijão, carne moída c/ batata. Salada: Cenoura	Arroz, feijão, peixe c/ tomate. Salada: Folhas	Arroz, feijão, iscas de carne c/ cheiro-verde. Salada: Folhas	Arroz, feijão, Coxa e Sobrecoxa assada. Refogado: Ab. Paulista
			Nível: iscas de carne c/ tomate		Nível: filé de frango
Lanche da tarde (NÍVEL)	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Polenta c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída, cenoura, batata e ab. Paulista	Arroz colorido (carne moída, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Polenta c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Bolo de fubá + Leite c/ cacau + Fruta	Pão com molho de carne moída (carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde) + Polpa

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
462	62	29	8	97	35	45	4

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

911	113	59	16	161	38	287	7
-----	-----	----	----	-----	----	-----	---



Orientações complementares:

Alimentação complementar: a introdução alimentar deve começar aos 6 meses, quando o sistema digestivo está maduro.

Fruta: para bebês de 6 e 7 meses oferecer frutas raspadas ou amassadas. acima de 1 ano, oferecer picadinha (de acordo com a maturidade da criança);

Refeição: para bebês de 6 e 7 meses: feijão amassado + macarrão ou arroz (papa) + carnes desfiadas ou moídas + legumes cozidos e amassados com garfo.

Acima de 8 meses: feijão levemente amassado com alguns grãos + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carnes desfiadas ou moídas + legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução.

* 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 textura, recomenda-se utilizar o pão no próximo dia após a entrega.


Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189