

FEVEREIRO/2026
CARDÁPIO
EJA E EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

1ª SEMANA	Segunda-feira 02/02/2026	Terça-feira 03/02/2026	Quarta-feira 04/02/2026	Quinta-feira 05/02/2026	Sexta-feira 06/02/2026
Lanche (Diurno)				Pão c/ molho de carne moída (pão, carne moída e molho de tomate, enriquecido c/ ab. Paulista) + Polpa de fruta + Banana prata	Arroz, feijão e carne em cubos c/ cenoura. SALADA: Alface
Lanche (Noturno)				Pão c/ molho de carne moída (pão, carne moída e molho de tomate, enriquecido c/ ab. Paulista) + Polpa de fruta + Banana prata	Arroz, feijão e carne em cubos c/ cenoura. SALADA: Alface

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
367	50	21	10

* 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

FEVEREIRO/2026
CARDÁPIO
EJA E EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

2ª SEMANA	Segunda-feira 09/02/2026	Terça-feira 10/02/2026	Quarta-feira 11/02/2026	Quinta-feira 12/02/2026	Sexta-feira 13/02/2026
Lanche (Diurno)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate) + queijo ralado	Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída (enriquecido c/ ab. Cabotian) + Maçã	Arroz, feijão, peixe ao molho c/ batata. SALADA: Alface c/ tomate	Bolo mesclado +iogurte + Banana nanica	Arroz, feijão e carne em cubos c/ tomate. SALADA: Beterraba
Lanche (Noturno)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate) + queijo ralado	Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída (enriquecido c/ ab. Cabotian) + Maçã	Arroz, feijão, peixe ao molho c/ batata. SALADA: Alface c/ tomate	Bolo mesclado +iogurte + Banana nanica	Arroz, feijão e carne em cubos c/ tomate. SALADA: Beterraba

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
334	38	22	10

* 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

FEVEREIRO/2026
CARDÁPIO
EJA E EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

3ª SEMANA	Segunda-feira 16/02/2026	Terça-feira 17/02/2026	Quarta-feira 18/02/2026	Quinta-feira 19/02/2026	Sexta-feira 20/02/2026
Lanche (Diurno)	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	FERIADO PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO
Lanche (Noturno)					

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)

* 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

FEVEREIRO/2026
CARDÁPIO
EJA E EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

4ª SEMANA	Segunda-feira 23/02/2026	Terça-feira 24/02/2026	Quarta-feira 25/02/2026	Quinta-feira 26/02/2026	Sexta-feira 27/02/2026
Lanche (Diurno)	Macarrão penne ao molho branco (leite, farinha de trigo e margarina) c/ brócolis, calabresa e queijo ralado	Bolo de coco + Leite gelado c/ cacau + Abacaxi	Arroz, feijão e estrogonofe de frango (filé de frango, molho de tomate e creme de leite). SALADA: Pepino c/ tomate	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro-verde) + Melancia	Arroz, feijão preto e pernil em cubos acebolado REFOGADO: Couve manteiga
Lanche (Noturno)	Macarrão penne ao molho branco (leite, farinha de trigo e margarina) c/ brócolis, calabresa e queijo ralado	Bolo de coco + Leite gelado c/ cacau + Abacaxi	Arroz, feijão e estrogonofe de frango (filé de frango, molho de tomate e creme de leite). SALADA: Pepino c/ tomate	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro-verde) + Melancia	Arroz, feijão preto e pernil em cubos acebolado REFOGADO: Couve manteiga

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
329	37	22	10

* 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