



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**FEVEREIRO/2026**

**CARDÁPIO  
ESPAÇO POTENCIAL**



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

| 1ª SEMANA | Segunda-feira<br>02/02/2026 | Terça-feira<br>03/02/2026 | Quarta-feira<br>04/02/2026 | Quinta-feira<br>05/02/2026                                                                          | Sexta-feira<br>06/02/2026                                                                         |
|-----------|-----------------------------|---------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lanche    |                             |                           |                            | Arroz, molho de tomate, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro-verde) | Pão c/ molho de carne moída (pão + carne moída e molho de tomate) + Polpa de fruta + Banana prata |

**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



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**FEVEREIRO/2026**

**CARDÁPIO  
ESPAÇO POTENCIAL**



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

| 2ª SEMANA     | Segunda-feira<br>09/02/2026                                          | Terça-feira<br>10/02/2026                                                           | Quarta-feira<br>11/02/2026                                                                          | Quinta-feira<br>12/02/2026      | Sexta-feira<br>13/02/2026                                                                     |
|---------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Lanche</b> | Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída e mix de legumes 2 | Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída (enriquecido c/ ab. cabotian) + Maçã | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab. Paulista) | Biscoito + Suco + Banana nanica | Galinhada (arroz, filé de frango, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro-verde) |

**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 Fernandes dos Santos  
Nutricionista  
CRN3-62189



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**FEVEREIRO/2026**

**CARDÁPIO  
ESPAÇO POTENCIAL**



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

| 3ª SEMANA | Segunda-feira<br>16/02/2026 | Terça-feira<br>17/02/2026 | Quarta-feira<br>18/02/2026 | Quinta-feira<br>19/02/2026 | Sexta-feira<br>20/02/2026 |
|-----------|-----------------------------|---------------------------|----------------------------|----------------------------|---------------------------|
| Lanche    | PONTO FACULTATIVO           | FERIADO                   | FERIADO PLANEJAMENTO       | PLANEJAMENTO               | PLANEJAMENTO              |

**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



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**FEVEREIRO/2026**

**CARDÁPIO  
ESPAÇO POTENCIAL**



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

| 4ª SEMANA | Segunda-feira<br>23/02/2026                                                                            | Terça-feira<br>24/02/2026                                                                              | Quarta-feira<br>25/02/2026                                                                   | Quinta-feira<br>26/02/2026                                                                                   | Sexta-feira<br>27/02/2026  |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|
| Lanche    | Macarrão à bolonhesa<br>(macarrão parafuso, carne<br>moída e molho de tomate<br>enriquecido c/ tomate) | Galinhada (arroz, filé de<br>frango, Mix 1 de legumes<br>[cenoura, milho e ervilha] e<br>cheiro-verde) | Purê de batata inglesa c/ molho<br>de carne moída (enriquecido c/<br>ab. cabotian) + Abacaxi | Arroz, molho de tomate, carne<br>em cubos, Mix 1 de legumes<br>[cenoura, milho e ervilha] e<br>cheiro-verde) | Biscoito + Suco + Melancia |

**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