



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
Café da manhã				Banana prata	Melancia
Almoço					
Lanche da tarde					
OBS.				Mamadeira opcional	Mamadeira opcional

**Composição nutricional (média semanal)**

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
515	66	35	13	131	44	191	4

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.

  
Thalita Fernandes dos Santos  
Nutricionista  
CRN3-62189



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**FEVEREIRO/2026**  
**CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II**  
(4 MESES A 1 ANO E 10 MESES)



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
Café da manhã	Melancia	Maçã	Banana nanica	Laranja	Mamão
Almoço		Arroz, feijão e carne em cubos c/ mandioca. SALADA: Beterraba	Arroz, feijão e filé de frango desfiado REFOGADO: Chicória	Arroz, feijão e carne moída c/ berinjela. SALADA: Pepino	Arroz, ervilha e filé de frango ao molho c/ batata. REFOGADO: Vagem
		Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde	Sopa (feijão, macarrão ave-maria, carne moída e Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem])			Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro-verde) + Banana nanica	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab. Paulista) + Melão
OBS.	Mamadeira opcional	Mamadeira opcional	Mamadeira opcional	Atendimento normal do cardápio	

**Composição nutricional (média semanal)**

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
510	69	33	12	95	35	188	3

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.

*Thalita*  
Thalita Fernandes dos Santos  
Nutricionista  
CRN3-62189



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**FEVEREIRO/2026**  
**CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II**  
(4 MESES A 1 ANO E 10 MESES)



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
Café da manhã	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	FERIADO E PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO
Almoço					
Lanche da tarde					

**Composição nutricional (média semanal)**

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)

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.

*Thalita*  
Thalita Fernandes dos Santos  
Nutricionista  
CRN3-62189



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**FEVEREIRO/2026**  
**CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II**  
(4 MESES A 1 ANO E 10 MESES)



Coordenadoria de Alimentação Escolar - (14) 3413-1220/ 3464-9967 - divisaoalimentacao@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
Café da manhã	Melão	Melancia	Mamão	Banana nanica	Melancia
Almoço	Arroz, feijão, carne em cubos SALADA: Cenoura c/ cheiro-verde	Arroz, feijão e carne moída c/ chuchu. SALADA: Beterraba	Arroz, grão de bico e filé de frango em tiras ao molho de tomate SALADA: Pepino c/ tomate	Arroz, feijão preto e carne moída REFOGADO: Couve manteiga	Arroz, feijão, filé de frango e milho batido SALADA: Ab. Paulista
	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate) + Melancia	Galinhada (arroz, filé de frango e Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro-verde) + Abacaxi	Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída (enriquecido c/ ab. cabotian) + Abacaxi	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro-verde) + Melancia	Polenta c/ molho de carne moída + Banana nanica

**Composição nutricional (média semanal)**

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
529	72	32	13	80	35	187	3

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.

*Thalita*  
Thalita Fernandes dos Santos  
Nutricionista  
CRN3-62189