



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

ABRIL/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EJA
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)
EMEFI PARCIAL (4 A 10 ANOS)



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

1ª SEMANA		Terça-feira 01/04/2025	Quarta-feira 02/04/2025	Quinta-feira 03/04/2025	Sexta-feira 04/04/2025
Lanche (Diurno)		Macarrão à bolonhesa (macarrão de mandioca , carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde)	Arroz, feijão, peixe ao molho c/ batata, tomate e cebola SALADA: Folhas + Fruta	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite gelado c/ cacau + Fruta	FERIADO MUNICIPAL
Lanche (Noturno)		Macarrão à bolonhesa (macarrão de mandioca , carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde)	Arroz, feijão, peixe ao molho c/ batata, tomate e cebola SALADA: Folhas + Fruta	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite gelado c/ cacau + Fruta	FERIADO MUNICIPAL

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
320	43	14	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/202 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EJA
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)



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

2ª SEMANA	Segunda-feira 07/04/2025	Terça-feira 08/04/2025	Quarta-feira 09/04/2025	Quinta-feira 10/04/2025	Sexta-feira 11/04/2025
Lanche (Diurno)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha, brócolis, tomate e cheiro-verde) + Fruta	Purê de batata inglesa c/ carne moída	Arroz, feijão e estrogonofe de filé de frango SALADA: Folhas c/ tomate	Tapioca c/ carne em cubos desfiada (enriquecida c/ tomate) + Polpa de fruta	Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta
Lanche (Noturno)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha, brócolis, tomate e cheiro-verde) + Fruta	Purê de batata inglesa c/ carne moída	Arroz, feijão e estrogonofe de filé de frango SALADA: Folhas c/ tomate	Tapioca c/ carne em cubos desfiada (enriquecida c/ tomate) + Polpa de fruta	Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
396	24	44	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

ABRIL/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN

CARDÁPIO - EJA

EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)

EMEFEI (4 A 10 ANOS)



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

3ª SEMANA	Segunda-feira 14/04/2025	Terça-feira 15/05/2025	Quarta-feira 16/04/2025	Quinta-feira 17/04/2025	Sexta-feira 18/04/2025
Lanche (Diurno)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de mandioca , carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde)	Arroz amarelinho (arroz, ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde)	Arroz, feijoada (feijão preto, calabresa e pernil em cubos), farofa (farinha de mandioca) SALADA: Vinagrete (tomate e cebola)	Tapioca c/ filé de frango (enriquecida c/ cenoura e ervilha) + Polpa de fruta + Fruta	FERIADO
Lanche (Noturno)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de mandioca , carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde)	Arroz amarelinho (arroz, ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde)	Arroz, feijoada (feijão preto, calabresa e pernil em cubos), farofa (farinha de mandioca) SALADA: Vinagrete (tomate e cebola)	Tapioca c/ filé de frango (enriquecida c/ cenoura e ervilha) + Polpa de fruta + Fruta	FERIADO

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
445	35	40	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/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EJA
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)



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

4ª SEMANA	Segunda-feira 21/04/2025	Terça-feira 22/04/2025	Quarta-feira 23/04/2025	Quinta-feira 24/04/2025	Sexta-feira 25/04/2025
Lanche (Diurno)	FERIADO	Macarrão à bolonhesa (macarrão de mandioca , carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro- verde)	Arroz, feijão e carne em cubos c/ mandioca SALADA: Acelga c/ pepino	Sopa de legumes (macarrão de mandioca , carne em cubos, batata, cenoura, chuchu e ab. paulista) + Fruta	Tapioca c/ frango desfiado, alface e tomate + Polpa de fruta + Fruta
Lanche (Noturno)	FERIADO	Macarrão à bolonhesa (macarrão de mandioca , carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro- verde)	Arroz, feijão e carne em cubos c/ mandioca SALADA: Acelga c/ pepino	Sopa de legumes (macarrão de mandioca , carne em cubos, batata, cenoura, chuchu e ab. paulista) + Fruta	Tapioca c/ frango desfiado, alface e tomate + Polpa de fruta + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
353	59	15	4

* 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

ABRIL/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EJA
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)



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

5ª SEMANA	Segunda-feira 28/04/2025	Terça-feira 29/04/2025	Quarta-feira 30/04/2025	
Lanche (Diurno)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha, brócolis, tomate e cheiro-verde)	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite gelado c/ cacau	Arroz, feijão, moída c/ cenoura SALADA: Folhas c/ tomate	
Lanche (Noturno)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha, brócolis, tomate e cheiro-verde)	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite gelado c/ cacau	Arroz, feijão, moída c/ cenoura SALADA: Folhas c/ tomate	

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
486	87	15	6

* 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