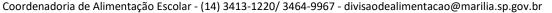


CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II - ALERGIA AO LEITE

(4 MESES A 1 ANO E 10 MESES)





1ª SEMANA	Terça-feira 01/04/2025	Quarta-feira 02/04/2025	Quinta-feira 03/04/2025	Sexta-feira 04/04/2025
Café da manhã	Fruta	Fruta	Fruta	
Almoço	Arroz, feijão, carne moida c/ batata REFOGADO: Ab. Paulista	Arroz, feijão preto, carne em cubos desfiada c/ ab. Brasileira REFOGADO: Beterraba	Arroz, feijão, filé de frango desfiado c/ cenoura REFOGADO: Folhas	FERIADO MUNICIPAL
	Mamadeira c/ leite especial	Mamadeira c/ leite especial	Mamadeira c/ leite especial	
Lanche da tarde	Mini galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão ave maria, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Purê de abóbora cabotiá (s/ leite) c/ carne moída + Fruta	

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)											
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)				
662	111	24	10	117	59	53	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.

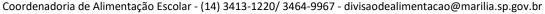
- * A mudança de cardápio poderá acontecer ocasionalmente devido a problemas com fornecedores, safra ou condições climáticas.
- * A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário.
- * Caso seja necessário às verduras (folhosos) podem ser adiantadas por serem muito perecíveis.

Thalita Fernandes dos Santos Nutricionista CRN3-62189



CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II - ALERGIA AO LEITE

(4 MESES A 1 ANO E 10 MESES)





2ª SEMANA	Segunda-feira 07/04/2025	Terça-feira 08/04/2025		Quarta-feira 09/04/2025		Quinta-feira 10/04/2025		The state of the s			n-feira 1/2025
Café da manhã	Fruta	Fru	ta	Fr	uta	Fr	uta	Fr	uta		
Almoço	Arroz, feijão (enriquecido c/ beterraba), carne moída c/ cheiro-verde REFOGADO: Folhas	Arroz, feijão, vaca atolada (carne em cubos desfiada c/ mandioca) SALADA: Brócolis		Arroz, grão de bico, filé de frango c/ tomate REFOGADO: Ab. paulista		Arroz, feijão, carne moída c/ chuchu SALADA: Folhas		c/ Arroz, feijão, isca de car c/ brócolis REFOGADO: Ab. Brasilei			
	Mamadeira c/ leite especial	Mamadeira c/	rira c/ leite especial Mamadeira c/ leite especial		Mamadeira c/ leite especial		Mamadeira c/ leite especial				
Lanche da tarde	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, cenoura, tomate, ervilha) + Fruta	Mini galinhada frango, cenou cheiro-verd	ıra, ervilha e	c/ molho de carne moida		ave maria, carn de tomate, ceno	avera (macarrão e moída, molho oura e brócolis) + uta	moída (en	olho de carne riquecido c/) + Fruta		
Obs.:				Com	oosição nutricio	nal (média sen	nanal)				
		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)		
		473	48	29	16	55	42	321	2		

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.

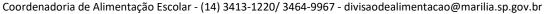
- * A mudança de cardápio poderá acontecer ocasionalmente devido a problemas com fornecedores, safra ou condições climáticas.
- * A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário.
- * Caso seja necessário às verduras (folhosos) podem ser adiantadas por serem muito perecíveis.

Thalita Fernandes dos Santo Nutricionista CRN3-62189



CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II - ALERGIA AO LEITE

(4 MESES A 1 ANO E 10 MESES)





3ª SEMANA	Segunda-feira Terça-feira 14/04/2025 15/04/2025		Quarta-feira 16/04/2025	Quinta-feira 17/04/2025	Sexta-feira 18/04/2025	
Café da manhã	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta		
Almoço	Arroz, lentilha, carne moída Arroz, feijão e c/ batata cubos c/ bata REFOGADO: Chuchu SALADA: Be		Arroz, feijoadinha (feijão preto, beterraba e cenoura) e carne em cubos c/ cheiro-verde SALADA: Tomate c/ pepino	Arroz, feijão, filé de frango c/ tomate SALADA: Brócolis	FERIADO	
	Mamadeira c/ leite especial	Mamadeira c/ leite especial	Mamadeira c/ leite especial	Mamadeira c/ leite especial		
Lanche da tarde	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Purê de abóbora cabotiá (s/ leite) c/ carne moída (enriquecida c/ tomate) + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão ave maria, batata, cenoura e carne moída) + Fruta		

\cap	١I	^	c	•	

	Composição nutricional (média semanal)											
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)					
649	74	36	19	85	50	326	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.

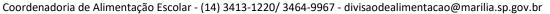
- * A mudança de cardápio poderá acontecer ocasionalmente devido a problemas com fornecedores, safra ou condições climáticas.
- * A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário.
- * Caso seja necessário às verduras (folhosos) podem ser adiantadas por serem muito perecíveis.

Thalita Fernandes dos Santos Nutricionista CRN3-62189



CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II - ALERGIA AO LEITE

(4 MESES A 1 ANO E 10 MESES)





4ª SEMANA	Segunda-feira 21/04/2025	Terça-feira 22/04/2025			a-feira 1/2025	-	a-feira -/2025		a-feira I/2025		
Café da manhã		Fru	ta	Fr	uta	Fri	uta	Fr	uta		
Almoço	FERIADO	molho vermel	roz, feijão, carne moída c/ olho vermelho e cenoura SALADA: Ab. Brasileira		enriquecido c/ ne em cubos c/ dioca A: Folhas	frango c/ a	lha e filé de b. cabotian : Tomate	tian berinjela			
		Mamadeira c/	Purê de batata doce (s/ leite) c/ molho de filé de frango em		Mamadeira c/ leite especial		/ leite especial	Mamadeira c/ leite especial		Mamadeira c/ leite especial	
Lanche da tarde		molho de filé o cubos (enriqu			Sopa de feijão (feijão, macarrão ave maria, batata, cenoura e carne moída) + Fruta		avera (macarrão e moída, molho oura e brócolis) + uta	moída (en	olho de carne riquecido c/) + Fruta		
Obs.:				Com	posição nutricio	nal (média sen	nanal)				
		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)		
		671	74	36	21	61	30	331	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



CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II - ALERGIA AO LEITE (4 MESES A 1 ANO E 10 MESES)



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

5ª SEMANA	Segunda-feira Terça-feira 28/04/2025 29/04/2025		Quarta-feira 30/04/2025
Café da manhã	Fruta Fruta		Fruta
Almoço	Arroz, feijão (enriquecido c/ ab. Paulista), isca de carne acebolada REFOGADO: Berinjela	Arroz, feijão, filé de frango ao molho c/ batata SALADA: Pepino	Arroz, grão de bico, carne moída c/ chuchu SALADA: Ab. Cabotian
	Mamadeira c/ leite especial	Mamadeira c/ leite especial	Mamadeira c/ leite especial
Lanche da tarde	Purê de batata inglesa (s/ leite) c/ carne moída ao molho + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro- verde) + Fruta

\cap	h	c	•

	Composição nutricional (média semanal)											
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)					
536	64	24	17	21	62	319	2					

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.

Thelita Thalita Fernandes dos Santos Nutricionista CRN3-62189