

ABRIL/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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
Café da manhã (NÍVEL)		Fruta	Fruta	Fruta	FERIADO MUNICIPAL
Café da manhã (MATERNAL)		Mingau de cacau (leite, amido e cacau) + Fruta	Ovos mexidos	Leite c/ cereal	
Lanche da manhã (NÍVEL)		Mini galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz , batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Purê de abóbora cabotiá c/ carne moída + Fruta	
Lanche da manhã (MATERNAL)		Mini galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz , batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite gelado c/ cacau + Fruta	
Almoço		Arroz, feijão, carne moída 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	
		Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	
Lanche da tarde (NÍVEL)		Mini galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz , batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Purê de abóbora cabotiá c/ carne moída + Fruta	
Lanche da tarde (MATERNAL)		Mini galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz , batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite gelado c/ cacau + Fruta	

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
662	111	24	10	117	59	53	3
Composição nutricional (média semanal) - EMEI							
936	160	30	13	117	47	173	3



ABRIL/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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																								
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta																								
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cereal + Fruta	Ovos mexidos	Fruta + Leite c/ cacau	Tapioca c/ manteiga + Leite c/ cacau	Bolo de arroz + Leite c/ cacau																								
Lanche da manhã (NÍVEL)	Polenta (fubá s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta	Mini galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Purê de batata doce c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Fruta	Macarrão primavera (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, cenoura, tomate, ervilha) + Fruta																								
Lanche da manhã (MATERNAL)	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite gelado c/ cacau	Mini galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Purê de batata doce c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura)	Macarrão primavera (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, cenoura, tomate, ervilha) + Fruta																								
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	Arroz, feijão, isca de carne c/ brócolis SALADA: Ab. Brasileira																								
	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira																								
Lanche da tarde (NÍVEL)	Polenta (fubá s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta	Mini galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Purê de batata doce c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Fruta	Macarrão primavera (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, cenoura, tomate, ervilha) + Fruta																								
Lanche da tarde (MATERNAL)	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite gelado c/ cacau	Mini galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Purê de batata doce c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura)	Macarrão primavera (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, cenoura, tomate, ervilha) + Fruta																								
Obs.:	<p style="text-align: center;">Composição nutricional (média semanal) - Nível</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th>Energia (Kcal)</th> <th>CHO (g)</th> <th>PTN (g)</th> <th>LIP (g)</th> <th>VITAMINA A (mcg)</th> <th>VITAMINA C (mg)</th> <th>CÁLCIO (mg)</th> <th>FERRO (mg)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>473</td> <td>48</td> <td>29</td> <td>16</td> <td>55</td> <td>42</td> <td>321</td> <td>2</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;">Composição nutricional (média semanal) - EMEI</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tbody> <tr> <td>936</td> <td>97</td> <td>52</td> <td>31</td> <td>116</td> <td>39</td> <td>243</td> <td>5</td> </tr> </tbody> </table>					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	473	48	29	16	55	42	321	2	936	97	52	31	116	39	243	5
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)																						
473	48	29	16	55	42	321	2																						
936	97	52	31	116	39	243	5																						
	<p style="text-align: center;">Thalita Fernandes dos Santos Nutricionista CRN3-62189</p>																												



ABRIL/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	FERIADO
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cereal + Fruta	Frapê de uva (leite + polpa de uva) + Bolo de arroz	Ovos mexidos	Mingau de leite c/ uva passa e coco (leite, amido e coco ralado)	
Lanche da manhã (NÍVEL)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz , carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Purê de abóbora cabotiá c/ carne moída (enriquecida c/ tomate) + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz , batata, cenoura e carne moída) + Fruta	
Lanche da manhã (MATERNAL)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz , carne moída, molho de tomate e tomate)	Tapioca c/ carne moída (enriquecida c/ tomate) + Polpa de fruta + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz , batata, cenoura e carne moída) + Fruta	
Almoço	Arroz, lentilha, carne moída c/ batata REFOGADO: Chuchu	Arroz, feijão e carne em cubos c/ batata doce SALADA: Berinjela	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	
	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	
Lanche da tarde (NÍVEL)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz , carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Purê de abóbora cabotiá c/ carne moída (enriquecida c/ tomate) + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz , batata, cenoura e carne moída) + Fruta	
Lanche da tarde (MATERNAL)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz , carne moída, molho de tomate e tomate)	Tapioca c/ carne moída (enriquecida c/ tomate) + Polpa de fruta + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz , batata, cenoura e carne moída) + Fruta	

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

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

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

973	102	60	27	170	61	234	7
-----	-----	----	----	-----	----	-----	---

ABRIL/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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
Café da manhã (NÍVEL)	FERIADO	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)		Leite c/ cereal + Fruta	Ovos mexidos	Tapioca c/ manteiga + Leite c/ cacau	Vitamina de fruta
Lanche da manhã (NÍVEL)		Purê de batata doce c/ molho de filé de frango em cubos (enriquecido c/ ab. cabotian) + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Macarrão primavera (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta	Polenta (s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)		Purê de batata doce c/ molho de filé de frango em cubos (enriquecido c/ ab. cabotian)	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Macarrão primavera (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta	Bolo de arroz + Leite gelado c/ cacau 100% + Fruta
Almoço		Arroz, feijão, carne moída c/ molho vermelho e cenoura SALADA: Ab. brasileira	Arroz, feijão (enriquecido c/ chuchu), carne em cubos c/ mandioca SALADA: Folhas	Arroz, ervilha e filé de frango c/ ab. cabotian SALADA: Tomate	Arroz, feijão, carne moída c/ berinjela REFOGADO: Cenoura
		Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde (NÍVEL)		Purê de batata doce c/ molho de filé de frango em cubos (enriquecido c/ ab. cabotian) + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Macarrão primavera (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta	Polenta (s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)		Purê de batata doce c/ molho de filé de frango em cubos (enriquecido c/ ab. cabotian)	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Macarrão primavera (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta	Bolo de arroz + Leite gelado c/ cacau 100% + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
671	74	36	21	61	30	331	4

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

954	115	41	27	97	29	276	7
-----	-----	----	----	----	----	-----	---

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

ABRIL/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cereal	Ovos mexidos	Fruta + Leite c/ cacau
Lanche da manhã (NÍVEL)	Purê de batata inglesa c/ carne moída ao molho + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Polenta (fubá s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)	Purê de batata inglesa c/ carne moída ao molho + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite gelado c/ cacau
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	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde (NÍVEL)	Purê de batata inglesa c/ carne moída ao molho + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Polenta (fubá s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)	Purê de batata inglesa c/ carne moída ao molho + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite gelado c/ cacau

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

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

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

1029	110	54	33	81	86	224	6
------	-----	----	----	----	----	-----	---



ABRIL/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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

Orientações complementares:

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.
- * Para aproveitar ao máximo o sabor e textura, recomenda-se utilizar o pão no próximo dia após a entrega.

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189