

**JUNHO/2026 - ALÉRGICOS**  
**CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL (2 A 5 ANOS)**



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

1ª SEMANA	Segunda-feira 01/06/2026	Terça-feira 02/06/2026	Quarta-feira 03/06/2026	Quinta-feira 04/06/2026	Sexta-feira 05/06/2026
<b>Lanche</b>	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, mix de legumes 1 [cenoura, milho e ervilha] e cheiro-verde) + Maçã	Tapioca de frango (filé de frango, molho de tomate, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Laranja	<b>Arroz, feijão e iscas de carne c/ batata.</b> <b>SALADA: Alface</b>	<b>FERIADO</b>	<b>Arroz, feijão e pernil suíno acebolado.</b> <b>SALADA: Couve-flor c/ tomate</b>

**Composição nutricional (média semanal)**

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
275,5	37	13,5	7	8,6	45	160	1,7

- \* 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.



**JUNHO/2026 - ALÉRGICOS**  
**CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL (2 A 5 ANOS)**



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

2ª SEMANA	Segunda-feira 08/06/2026	Terça-feira 09/06/2026	Quarta-feira 10/06/2026	Quinta-feira 11/06/2026	Sexta-feira 12/06/2026
<b>Lanche</b>	Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate e abacaxi) + Abacaxi	<b>Arroz, feijão e vaca atolada (carne em cubos c/ mandioca).</b> <b>REFOGADO: Cenoura</b>	Sopa de macarrão s/ glúten c/ carne em cubos, batata e mix de legumes 2 [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem] + Poncan	Tapioca c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Polpa de fruta	<b>Arroz, feijão, frango assado (coxa e sobrecoxa) e milho refogado.</b> <b>REFOGADO: Brócolis no azeite</b>

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
398	32,5	27	13,5	80,5	65,5	150	1,65

- \* 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.



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**JUNHO/2026 - ALÉRGICOS**  
**CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL (2 A 5 ANOS)**



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

3ª SEMANA	Segunda-feira 15/06/2026	Terça-feira 16/06/2026	Quarta-feira 17/06/2026	Quinta-feira 18/06/2026	Sexta-feira 19/06/2026
<b>Lanche</b>	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída, batata e mix de legumes 2 [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem]	<b>Arroz, feijão e peixe ao molho c/ tomate e batata inglesa.</b> <b>SALADA: Tomate</b> <b>FRUTA: Maçã</b>	Bolo de arroz + Leite especial c/ cacau	Milho cozido com manteiga + Polpa de fruta + Banana nanica	<b>Arroz, feijão e carne em cubos c/ mandioquinha.</b> <b>SALADA: Alface</b>

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
386	57	16	8	68	12,5	152	1

- \* 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

**JUNHO/2026 - ALÉRGICOS**  
**CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL (2 A 5 ANOS)**



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

4ª SEMANA	Segunda-feira 22/06/2026	Terça-feira 23/06/2026	Quarta-feira 24/06/2026	Quinta-feira 25/06/2026	Sexta-feira 26/06/2026
<b>Lanche</b>	Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab cabotiá) + Melancia	Arroz, feijão, iscas de carne c/ cheiro-verde e batata doce assada. <b>SALADA: Chuchu c/ cheiro-verde</b>	Pão de beijo + Leite especial c/ cacau + Mamão	Arroz, feijoada (feijão preto e pernil suíno) e farofa de cebola (farinha de mandioca, cebola e manteiga). <b>REFOGADO: Couve manteiga</b>	Tapioca de frango (filé de frango desfiado com alface e tomate) + Polpa de fruta

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
380,5	40,5	15	15	70	37,5	177	1,5

- \* 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.



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**JUNHO/2026 - ALÉRGICOS**  
**CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL (2 A 5 ANOS)**



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

5ª SEMANA	Segunda-feira 29/06/2026	Terça-feira 30/06/2026	
Lanche	Sopa de feijão c/ macarrão s/ glúten, carne moída, batata e mix de legumes 2 [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem]	Bolo de arroz + Leite especial c/ cacau + Laranja	

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
272	40,5	12	15	67	50	200	1,3

- \* 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









