



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

MAIO/2026
CARDÁPIO
EJA E EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

1ª SEMANA		Sexta-feira 01/05/2026
Lanche (Diurno)		FERIADO
Lanche (Noturno)		

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

- * 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

MAIO/2026
CARDÁPIO
EJA E EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

2ª SEMANA	Segunda-feira 04/05/2026	Terça-feira 05/05/2026	Quarta-feira 06/05/2026	Quinta-feira 07/05/2026	Sexta-feira 08/05/2026
Lanche (Diurno)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab cabotian)	Bolo mesclado + Leite c/ cacau + Melão	Arroz, feijão preto e pernil suíno c/ tomate e cheiro-verde. SALADA: Beterraba	Pão com molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Polpa de fruta + Banana nanica	Arroz, feijão, frango assado (coxa e sobrecoxa) e creme de milho (milho, leite e amido). SALADA: Alfaca
Lanche (Noturno)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab cabotian)	Bolo mesclado + Leite c/ cacau + Melão	Arroz, feijão preto e pernil suíno c/ tomate e cheiro-verde. SALADA: Beterraba	Pão com molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Polpa de fruta + Banana nanica	Arroz, feijão, frango assado (coxa e sobrecoxa) e creme de milho (milho, leite e amido). SALADA: Alfaca

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
336	52	22	2,3

- * 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



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

MAIO/2026
CARDÁPIO
EJA E EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

3ª SEMANA	Segunda-feira 11/05/2026	Terça-feira 12/05/2026	Quarta-feira 13/05/2026	Quinta-feira 14/05/2026	Sexta-feira 15/05/2026
Lanche (Diurno)	Mingau de chocolate (leite, amido, cacau e açúcar) + Maçã	Arroz, feijão e estrogonofe de frango (filé de frango, molho de tomate e creme de leite). SALADA: Pepino c/ tomate	Torta de frango (filé de frango c/ milho e requeijão) + Banana nanica	Arroz, feijão e iscas de carne ao molho de tomate (enriquecido c/ cenoura). SALADA: Rúcula c/ tomate	Quibe recheado (trigo p/ quibe, carne moída, mussarela e requeijão) + Polpa de fruta
Lanche (Noturno)	Mingau de chocolate (leite, amido, cacau e açúcar) + Maçã	Arroz, feijão e estrogonofe de frango (filé de frango, molho de tomate e creme de leite). SALADA: Pepino c/ tomate	Torta de frango (filé de frango c/ milho e requeijão) + Banana nanica	Arroz, feijão e iscas de carne ao molho de tomate (enriquecido c/ cenoura). SALADA: Rúcula c/ tomate	Quibe recheado (trigo p/ quibe, carne moída, mussarela e requeijão) + Polpa de fruta

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
361	34	26	9,1

* 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

MAIO/2026
CARDÁPIO
EJA E EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

4ª SEMANA	Segunda-feira 18/05/2026	Terça-feira 19/05/2026	Quarta-feira 20/05/2026	Quinta-feira 21/05/2026	Sexta-feira 22/05/2026
Lanche (Diurno)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura)	Pizza quadrada de filé de frango c/ requeijão + Laranja	Arroz, feijão, carne em cubos ao molho e farofa de cebola (farinha de mandioca, cebola). REFOGADO: Couve manteiga	Pão de queijo + Polpa de fruta + Banana nanica	Arroz, feijão, iscas de carne acebolada e milho refogado. REFOGADO: Brócolis
Lanche (Noturno)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura)	Pizza quadrada de filé de frango c/ requeijão + Laranja	Arroz, feijão, carne em cubos ao molho e farofa de cebola (farinha de mandioca, cebola). REFOGADO: Couve manteiga	Pão de queijo + Polpa de fruta + Banana nanica	Arroz, feijão, iscas de carne acebolada e milho refogado. REFOGADO: Brócolis

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
336	36	22	8,6

* 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.

MAIO/2026
CARDÁPIO
EJA E EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

5ª SEMANA	Segunda-feira 25/05/2026	Terça-feira 26/05/2026	Quarta-feira 29/04/2026	Quinta-feira 30/04/2026	Sexta-feira 01/05/2026
Lanche (Diurno)	Sopa de macarrão ave maria c/ carne em cubos, batata e Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem]] + Maçã	Arroz, feijão e peixe ao molho de tomate c/ batata. SALADA: Repolho c/ tomate	Bolo de chocolate + logurte de morango + Mamão	X-frango (pão + patê de frango desfiado c/ requeijão + tomate) + Polpa de fruta	Arroz, feijão, carne em cubos e batata doce assada. SALADA: Alface
Lanche (Noturno)	Sopa de macarrão ave maria c/ carne em cubos, batata e Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem]] + Maçã	Arroz, feijão e peixe ao molho de tomate c/ batata. SALADA: Repolho c/ tomate	Bolo de chocolate + logurte de morango + Mamão	X-frango (pão + patê de frango desfiado c/ requeijão + tomate) + Polpa de fruta	Arroz, feijão, carne em cubos e batata doce assada. SALADA: Alface

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
337	31	28	9,8

* 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.