



**PREFEITURA MUNICIPAL DE MARÍLIA**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO**

Coordenadoria de Alimentação Escolar  
(14) 3413-1220 / 3454-9967  
divisaodealimentacao@marilia.sp.gov.br

**CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL (2 A 5 ANOS) - ABRIL/2024 - ALÉRGICOS GLÚTEN**

1ª SEMANA	Segunda-Feira 01/04/2024	Terça-Feira - 02/04/2024	Quarta-feira - 03/04/2024	Quinta-Feira - 04/04/2024	Sexta-Feira - 05/04/2024
Lanche	Arroz colorido (arroz, carne moída, enriquecido e cabotian)	VITAMINA DE FRUTA	Arroz, Feijão, Carne em cubos c/ mandioca SALADA: Brócolis + Fruta	<b>FERIADO</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
2ª SEMANA	Segunda-Feira - 08/04/2024	Terça-Feira - 09/04/2024	Quarta-Feira - 10/04/2024	Quinta-Feira - 11/04/2024	Sexta-Feira - 12/04/2024
Lanche	Arroz carreteiro (arroz, carne desfiada molhadinha e tomate e couve flor )	Polenta S/ GLÚTEN c/ molho de tomate e filé de frango desfiado	Arroz, Feijão, Peixe assado c/ tomate e batata SALADA: Almeirão + Fruta	Mini galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa de frango desfiado, cenoura e cheiro verde)+FRUTA	Crepioca (polvilho doce e ovo) c/ carne carne moída (molho de tomate enriquecido c/ tomate e cheiro verde) + Polpa de fruta + Fruta
3ª SEMANA	Segunda-Feira - 15/04/2024	Terça-Feira - 16/04/2024	Quarta-feira - 17/04/2024	Quinta-Feira - 18/04/2024	Sexta-Feira - 19/04/2024
Lanche	Arroz colorido (arroz, carne moída e abobrinha)	Escondidinho de carne moída c/ batata (Forno)	Arroz, Feijão, Carne suína acebolada + farinha de mandioca SALADA: couve e tomate	Sopa de Feijão c/ batata e carne desfiada (enriquecido c/ cenoura)+FRUTA	CREPIOCA (polvilho doce + ovo) + LEITE + FRUTA
4ª SEMANA	Segunda-Feira - 22/04/2024	Terça-Feira - 23/04/2024	Quarta-Feira - 24/04/2024	Quinta-Feira - 25/04/2024	Sexta-Feira - 26/04/2024
Lanche	Polenta S/ GLÚTEN ao molho de carne moída (enriquecida c/ tomate e cheiro verde)	Arroz chinês (arroz c/ molho de tomate carne cubinhos enriquecido c/ brocolis e cenoura)	Arroz, Feijão, Coxa e sobrecoxa assadas c/ batata Salada: Alface	Arroz nutritivo (arroz, carne moída molhadinha c/ brócolis e cheiro verde) + Fruta	Crepioca de carne moída e Mix de legumes + Polpa de fruta + fruta
5ª SEMANA	Segunda-Feira - 29/04/2024	Terça-Feira - 30/04/2024	Quarta-feira - 01/05/2024	Quinta - feira (02/05)	Sexta - feira (03/05)
Lanche	Arroz colorido (arroz, carne moída e brócolis)	BOLO FUBA (s/ farinha de trigo) + LEITE GELADO	<b>FERIADO</b>	ARROZ AMARELINHO ( Arroz + ovos mexidos+cenoura)+ FRUTA	Crepioca de frango (cebola,alho,tomate,cenoura,couve flor e cheiro verde) + fruta

**INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA MENSAL) 1ª SEMANA 02 - 06 anos (270KCAL 20% VD)**

Energia (kcal)	Carboidrato(g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
617kcal	112,5g	15,5g	8,5g	11mcg	4,7mg	21mg	1,7mg

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA MENSAL) 2ª SEMANA 02 - 06 anos (270KCAL 20% VD)							
Energia (kcal)	Carboidrato(g)	Proteína (g)	Lípido (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
495kcal	88g	14g	7g	18,5mcg	6mg	21,5mg	1,5mg
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA MENSAL) 3ª SEMANA 02 - 06 anos (270KCAL 20% VD)							
Energia (kcal)	Carboidrato(g)	Proteína (g)	Lípido (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
401kcal	61,5g	20g	4,5g	15,5mcg	3,4mg	82,5mg	6mg
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA MENSAL) 4ª SEMANA 02 - 06 anos (270KCAL 20% VD)							
Energia (kcal)	Carboidrato(g)	Proteína (g)	Lípido (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
385,5kcal	50,5g	19,5g	8g	167,5mcg	36,5mg	70mg	5,5mg
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA MENSAL) 5ª SEMANA 02 - 06 anos (270KCAL 20% VD)							
Energia (kcal)	Carboidrato(g)	Proteína (g)	Lípido (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
458,5kcal	72,5g	16g	8g	96,5mcg	8,5mg	31,5mg	3,3mg
Fonte: *TACO 4ª Edição 2011./ *Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE2011./ *Rotulos do produtos e ficha tecnica de alimentos							
FONTE: Energia Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO). 2004; FONTE: Carboidrato, Proteína e Lipídio - Organização Mundial de Saúde (OMS)2004 e 2007. Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do valor Energético Total da Dieta (VET).							
<b>* RECOMENDA-SE A DIMINUIÇÃO DA UTILIZAÇÃO DE SAL E ÓLEO NAS PREPARAÇÕES</b>							
<b>** O cardápio pode sofrer alterações de legumes e verduras pois estes podem variar conforme clima e sazonalidade. Frutas da época serão comunicadas semanalmente, com o tipo e quantidade **</b>							



Renata V. Molon Carvalho  
Nutricionista  
CRN3:27.252



Coordenadoria de Alimentação Escolar