



ABRIL/2026 - MÚLTIPLAS ALERGIAS
CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 ANOS)



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

| | | |
|---------------------------|--|---|
| 1ª SEMANA | | Sexta-feira 01/05/2026 |
| Manhã integral | | FERIADO |
| Manhã parcial | | |
| Almoço | | |
| Tarde parcial/int. | | |

Composição nutricional (média semanal)

| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) | VITAMINA A (mg) | VITAMINA C (mg) | CÁLCIO (mg) | FERRO (mg) |
|----------------|---------|---------|---------|-----------------|-----------------|-------------|------------|
| | | | | | | | |

* 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 - MÚLTIPLAS ALERGIAS

CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 ANOS)



Coordenadoria de Alimentação Escolar - (14) 3413-1220/ 3464-9967 - divisaodealimentacao@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 |
|---------------------------|---|---|---|--|---|
| Manhã integral | Leite especial c/ cereal | Leite especial c/ cacau + Melão | Mingau de cacau (leite especial, cacau e amido) | Leite especial c/ cacau + Maçã | Leite especial c/ cacau + Banana nanica |
| Manhã parcial | Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ cenoura) + Maçã | Bolo de arroz mesclado + Leite especial c/ cacau | Sopa de feijão c/ macarrão s/ glúten, carne moída, batata e Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem]) + Melancia | Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) | Galinhada (arroz, filé de frango e milho) + Polpa de fruta |
| Almoço | Arroz, feijão e carne em cubos c/ tomate. SALADA: Cenoura c/ cheiro-verde | Arroz, feijão e isca de carne. SALADA: Pepino c/ tomate | Arroz, feijão, carne em cubos ao molho e farofa de cebola (farinha de mandioca, cebola). REFOGADO: Couve manteiga | Arroz, feijão e frango assado (coxa e sobrecoxa). SALADA: Repolho c/ cenoura ralada | Arroz, feijão, isca de carne acebolada e purê de abacotian (s/ leite). SALADA: Rúcula c/ tomate |
| Tarde parcial/int. | Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ cenoura) + Maçã | Bolo de arroz mesclado + Leite especial c/ cacau | Sopa de feijão c/ macarrão s/ glúten, carne moída, batata e Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem]) + Melancia | Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) | Galinhada (arroz, filé de frango e milho) + 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) |
|----------------|---------|---------|---------|------------------|-----------------|-------------|------------|
| 949 | 114 | 59 | 24 | 69 | 7 | 172 | 6,9 |

* 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 - MÚLTIPLAS ALERGIAS
CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 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 |
|---------------------------|---|---|--|---|--|
| Manhã integral | Leite especial c/ cacau + Maçã | Mingau de prestígio (leite especial, cacau, coco ralado e amido) | Leite especial c/ cacau + Melancia | Leite especial c/ cacau + Maçã | Leite especial c/ cereal |
| Manhã parcial | Polenta c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) | Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab cabotian) + Laranja | Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa e Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) | Tapioca de frango (frango c/ toamte) + Polpa de fruta | Kafta de forno (carne moída, batata inglesa ralada e tomate) + Banana nanica |
| Almoço | Arroz, feijão e carne em cubos c/ mandioca. SALADA: Vagem no azeite | Arroz, feijão e peixe assado c/ batata. SALADA: Pepino | Arroz, feijão e carne moída c/ mandioquinha. SALADA: Alface | Arroz, feijão e isca de carne acebolada. SALADA: Couve-flor c/ tomate | Arroz, feijão e filé de frango, ao molho de tomate. REFOGADO: Chicória |
| Tarde parcial/int. | Polenta c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) | Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab cabotian) + Laranja | Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa e Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) | Tapioca de frango (frango c/ toamte) + Polpa de fruta | Kafta de forno (carne moída, batata inglesa ralada e tomate) + Banana nanica |

Composição nutricional (média semanal)

| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) | VITAMINA A (mgc) | VITAMINA C (mg) | CÁLCIO (mg) | FERRO (mg) |
|----------------|---------|---------|---------|------------------|-----------------|-------------|------------|
| 935 | 134 | 63 | 12 | 40 | 21 | 241 | 7,7 |

* 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.

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189



MAIO/2026 - MÚLTIPLAS ALERGIAS
CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 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 |
|---------------------------|--|---|---|--|--|
| Manhã integral | Leite especial c/ cacau + Maçã | Leite especial c/ cereal | Leite especial c/ cacau + Banana nanica | Leite especial c/ cacau + Melão | Mingau de cacau (leite especial, amido e cacau) |
| Manhã parcial | Sopa de macarrão s/ glúten c/ carne em cubos, batata e Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem] | Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura) + Melão | Tapioca c/ frango + Polpa de fruta | Pão de beijo + Leite especial c/ cacau + Mamão | Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) |
| Almoço | Arroz, feijão, carne moída c/ berinjela. SALADA: Beterraba | Arroz, feijão e carne em cubos ao molho. SALADA: Repolho | Arroz, feijão e carne moída c/ batata doce. SALADA: Tomate | Arroz, feijão e isca de carne ao molho vermelho. REFOGADO: Brócolis no azeite | Arroz, feijão, frango assado (coxa e sobrecoxa) e milho refogado. SALADA: Alface |
| Tarde parcial/int. | Sopa de macarrão s/ glúten c/ carne em cubos, batata e Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem] | Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura) + Melão | Tapioca c/ frango + Polpa de fruta | Pão de beijo + Leite especial c/ cacau + Mamão | Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) |

Composição nutricional (média semanal)

| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) | VITAMINA A (mgc) | VITAMINA C (mg) | CÁLCIO (mg) | FERRO (mg) |
|----------------|---------|---------|---------|------------------|-----------------|-------------|------------|
| 948 | 115 | 60 | 22 | 18 | 26 | 414 | 7,3 |

* 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.



MAIO/2026 - MÚLTIPLAS ALERGIAS
CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 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 27/05/2026 | Quinta-feira 28/05/2026 | Sexta-feira 29/05/2026 |
|---------------------------|--|--|---|---|---|
| Manhã integral | Leite especial c/ cacau + Melão | Leite especial c/ cereal | Mingau de prestígio (leite especial, cacau, amido e coco) | Leite especial c/ cacau + Maçã | Leite especial c/ cacau + Mamão |
| Manhã parcial | Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura) | Purê de batata inglesa (s/ leite) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Maçã | Bolo de arroz c/ cacau + Leite especial c/ cacau + Banana nanica | Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) | Tapioca c/ carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Polpa de fruta |
| Almoço | Arroz, feijão e carne em cubos c/ mandioquinha. SALADA: Vinagrete (tomate, cebola e cheiro-verde) | Arroz, feijão e carne moída c/ cheiro verde. REFOGADO: Cenoura | Arroz, feijão preto e pernil suíno c/ tomate. SALADA: Alface | Arroz, feijão e isca de carne c/ chuchu. SALADA: Pepino c/ tomate | Arroz, feijão e filé de frango desfiado ao molho vermelho. SALADA: Acelga c/ cenoura |
| Tarde parcial/int. | Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura) | Purê de batata inglesa (s/ leite) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Maçã | Bolo de arroz c/ cacau + Leite especial c/ cacau + Banana nanica | Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) | Tapioca c/ carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Polpa de fruta |

Composição nutricional (média semanal)

| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) | VITAMINA A (mg) | VITAMINA C (mg) | CÁLCIO (mg) | FERRO (mg) |
|----------------|---------|---------|---------|-----------------|-----------------|-------------|------------|
| 969 | 140 | 62 | 13 | 6,5 | 36 | 277 | 8,7 |

* 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.

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189