



ABRIL/2026
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
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 c/ cereal	Leite c/ cacau + Melão	Mingau de cacau (leite, leite em pó, cacau e amido)	Pão c/ manteiga + Leite c/ cacau	Leite c/ cacau + Banana nanica
Manhã parcial	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ cenoura) + Maçã	Bolo mesclado + Leite c/ cacau	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, 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)	Torta de frango (filé de frango c/ 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 ab cabotian. SALADA: Rúcula c/ tomate
Tarde parcial/int.	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura) + Maçã	Bolo mesclado + Leite c/ cacau	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, 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)	Torta de frango (filé de frango c/ 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.



MAIO/2026
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 c/ cacau + Maçã	Mingau de prestígio (leite, leite em pó, cacau, coco ralado e amido)	Leite c/ cacau + Melancia	Ovos mexidos	Leite c/ cereal
Manhã parcial	Polenta c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, 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)	X-frango (pão + patê de frango desfiado c/ maionese de ovos) + Polpa de fruta	Quibe recheado (trigo p/ quibe, carne moída, mussarela 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 estrogonofe de frango (filé de frango, molho de tomate e creme de leite). REFOGADO: Chicória
Tarde parcial/int.	Polenta c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, 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)	X-frango (pão + patê de frango desfiado c/ maionese de ovos) + Polpa de fruta	Quibe recheado (trigo p/ quibe, carne moída, mussarela 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
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 c/ cacau + Maçã	Leite c/ cereal	Leite c/ cacau + Banana nanica	Pão c/ manteiga + Leite c/ cacau	Mingau de cacau (leite, leite em pó, amido e cacau)
Manhã parcial	Sopa de macarrão ave maria c/ carne em cubos, batata e Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem]	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura) + Melão	Pizza quadrada de frango c/ queijo mussarela + Polpa de fruta	Pão de queijo + Leite 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 creme de milho (milho, leite e amido). SALADA: Alface
Tarde parcial/int.	Sopa de macarrão ave maria c/ carne em cubos, batata e Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem]	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura) + Melão	Pizza quadrada de frango c/ queijo mussarela + Polpa de fruta	Pão de queijo + Leite 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.

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189



MAIO/2026
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 c/ cacau + Melão	Leite c/ cereal	Mingau de prestígio (leite, leite em pó, cacau, amido e coco)	Ovos mexidos	Leite c/ cacau + Mamão
Manhã parcial	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura)	Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Maçã	Bolo de chocolate + iogurte de morango + Banana nanica	Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde)	Pão com molho de 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 fricassê de frango (filé de frango desfiado, leite, amido e queijo mussarela). SALADA: Acelga c/ cenoura
Tarde parcial/int.	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ cenoura)	Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Maçã	Bolo de chocolate + iogurte de morango + Banana nanica	Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde)	Pão com molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + 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