



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

MAIO/2025
CARDÁPIO
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)



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

| 1ª SEMANA | Segunda-feira 28/04/2025 | Terça-feira 29/04/2025 | Quarta-feira 30/04/2025 | Quinta-feira 01/05/2025 | Sexta-feira 02/05/2025 |
|-----------|-----------------------------|---------------------------|----------------------------|----------------------------|--|
| Lanche | | | | FERIADO | Polenta c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) |

Obs.:

| Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|---------|---------|---------|
| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
| 486 | 87 | 15 | 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.

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

MAIO/2025
CARDÁPIO
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)



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

| 2ª SEMANA | Segunda-feira 05/05/2025 | Terça-feira 06/05/2025 | Quarta-feira 07/05/2025 | Quinta-feira 08/05/2025 | Sexta-feira 09/05/2025 |
|---------------|--|---|--|---|---|
| Lanche | Macarrão primavera (macarrão parafuso, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis) | Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne em cubos, chuchu e ab. Cabotian | Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada Salada: Folhas | Arroz amarelinho (ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde) + fruta | Torta de carne moída (carne moída, tomate, ervilha) + Polpa + Fruta |

Obs.:

| Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|---------|---------|---------|
| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
| 386 | 49 | 19 | 10 |

- * 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



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

| 3ª SEMANA | Segunda-feira 12/05/2025 | Terça-feira 13/05/2025 | Quarta-feira 14/05/2025 | Quinta-feira 15/05/2025 | Sexta-feira 16/05/2025 |
|---------------|---|--|---|--|--|
| Lanche | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate) | Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa, cenoura, ervilha e cheiro-verde) | Arroz, feijão, peixe ao molho com tomate e cebola Salada: Folhas | Bolo de cacau + Leite c/ cacau + Fruta | Pão com molho de carne moída (carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde) + Polpa + Fruta |

Obs.:

| Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|---------|---------|---------|
| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
| 413 | 33 | 42 | 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.



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

MAIO/2025
CARDÁPIO
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)



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

| 4ª SEMANA | Segunda-feira 19/05/2025 | Terça-feira 20/05/2025 | Quarta-feira 21/05/2025 | Quinta-feira 22/05/2025 | Sexta-feira 23/05/2025 |
|-----------|---|--|--|--|---|
| Lanche | Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) | Macarrão primavera (macarrão parafuso, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis) | Arroz, feijoada (feijão preto, calabresa e pernil em cubos), farofa (farinha de mandioca) Refogado: Couve mateiga. | Polenta c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta | Torta de carne maluca (carne em cubos desfiada, tomate e cenoura) + Polpa + Fruta |

Obs.:

| Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|---------|---------|---------|
| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
| 657 | 107 | 25 | 10 |

- * 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/2025
CARDÁPIO
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)



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

| 5ª SEMANA | Segunda-feira 26/05/2025 | Terça-feira 27/05/2025 | Quarta-feira 28/05/2025 | Quinta-feira 29/05/2025 | Sexta-feira 30/05/2025 |
|------------------------|---|---|---|---------------------------------------|---|
| Lanche (Diurno) | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate) | Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) | Arroz, feijão, iscas de carne c/ mandioca Salada: Folhas | Bolo de fubá + Leite c/ cacau + Fruta | Pão com molho de carne moída (carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde) + Polpa de fruta + Fruta |

Obs.:

| Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|---------|---------|---------|
| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
| 419 | 27 | 44 | 11 |

- * 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