



MARÇO/2025 - ALERGIA AO LEITE
CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL
(2 A 5 ANOS)



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

1ª SEMANA	HORÁRIO	Segunda-feira - 03/03/2025	Terça-feira - 04/03/2025	Quarta-feira - 05/03/2025	Quinta-feira - 06/03/2025	Sexta-feira - 07/03/2025
		PONTO FACULTATIVO	FERIADO DE CARNAVAL	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO
2ª SEMANA	HORÁRIO	Segunda-feira 10/03/2025	Terça-feira 11/03/2025	Quarta-feira 12/03/2025	Quinta-feira 13/03/2025	Sexta-feira 14/03/2025
Lanche		Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde)	Bolo (s/ leite) de cenoura + Leite especial gelado c/ cacau + Fruta	Arroz, feijão e carne em cubos c/ mandioca SALADA: Acelga c/ pepino	Galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, vagem e cheiro-verde) + Fruta	Pão c/ carne moída (enriquecida c/ tomate) + Polpa de fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
400	30	40	10	94	5	32	4

*A mudança de cardápio poderá acontecer ocasionalmente devido a problemas com fornecedores, safra ou condições climáticas.

* A fruta poderá ser adiada conforme sua maturação caso seja necessário.

*Caso seja necessário às verduras (folhosos) podem ser adiadas por serem muito perecíveis.

* Para aproveitar ao máximo o sabor e a textura, recomenda-se utilizar o pão no próximo dia após a entrega.

MARÇO/2025 - ALERGIA AO LEITE
CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL
(2 A 5 ANOS)



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

3ª SEMANA	HORÁRIO	Segunda-feira 17/03/2025	Terça-feira 18/03/2025	Quarta-feira 19/03/2025	Quinta-feira 20/03/2025	Sexta-feira 21/03/2025
Lanche		Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Purê de batata inglesa s/ leite c/ molho de filé de frango em cubos (enriquecido c/ ab. cabotiá)	Arroz, feijoada (feijão preto e pernil em cubos), farofa (farinha de mandioca) e couve refogada SALADA: Vinagrete (tomate e cebola)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde)	Torta (s/ leite) de filé de frango (enriquecida c/ cenoura e ervilha) + Polpa de fruta + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
336	36	18	12	43	2	30	2

*A mudança de cardápio poderá acontecer ocasionalmente devido a problemas com fornecedores, safra ou condições climáticas.

* A fruta poderá ser adiada conforme sua maturação caso seja necessário.

*Caso seja necessário às verduras (folhosos) podem ser adelantadas por serem muito perecíveis.

* Para aproveitar ao máximo o sabor e a textura, recomenda-se utilizar o pão no próximo dia após a entrega.



MARÇO/2025 - ALERGIA AO LEITE
CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL
(2 A 5 ANOS)



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

4ª SEMANA	HORÁRIO	Segunda-feira 24/03/2025	Terça-feira 25/03/2025	Quarta-feira 26/03/2025	Quinta-feira 27/03/2025	Sexta-feira 28/03/2025
Lanche		Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde)	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, tomate, cenoura e ervilha) + Fruta	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada e farofa (farinha de mandioca) SALADA: Alface	Bolo (s/ leite) de chocolate (cacau 100%) + Leite especial gelado c/ cacau + Fruta	Pão c/ carne moída (enriquecida c/ tomate) + Polpa de fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
285	35	10	8	5	4	90	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.

Daniela Oliveira
Daniela Oliveira - Nutricionista
CRN3: 54.116



MARÇO/2025 - ALERGIA AO LEITE
CARDÁPIO - EMEI CRECHE PARCIAL
(2 A 5 ANOS)



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

5ª SEMANA	HORÁRIO	Segunda-feira 31/03/2025	
Lanche		Arroz amarelinho (arroz, ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde)	

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
267	30	13	8	79	47	52	2

*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.

Daniela Oliveira
Daniela Oliveira - Nutricionista
CRN3: 54.116