



PREFEITURA MUNICIPAL DE MARÍLIA
SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

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

CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II (4 MESES A 1 ANO E 10 MESES) - DEZEMBRO/2024

1ª SEMANA	Segunda-Feira - 02/12/2024	Terça-Feira - 03/12/2024	Quarta-Feira - 04/12/2024	Quinta-Feira - 05/12/2024	Sexta-Feira - 06/12/2024
Café da manhã	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
Almoço	ARROZ, FEIJÃO, ISCA DE CARNE C/ REFOGADO DE BATATA DOCE SALADA: CENOURA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA C/ MANDIOCA REFOGADO: BERINJELA	ARROZ, FEIJÃO, FILÉ DE FRANGO C/ MOLHO DE TOMATE REFOGADO: BATATA DOCE	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA C/ TOMATE REFOGADO: BATATA INGLESA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ISCA C/ MANDIOCA E TOMATE
	MAMADEIRA	MAMADEIRA	MAMADEIRA	MAMADEIRA	MAMADEIRA
Lanche (tarde)	MACARRONADA (MACARRÃO AVE MARIA, CARNE MOÍDA, ENRIQUECIDA C/ TOMATE) + FRUTA	MINI GALINHADA (ARROZ, FILÉ DE FRANGO MOLHADINHO, TOMATE E CENOURA) + FRUTA	SOPA DE MACARRÃO AVE MARIA C/ CARNE MOÍDA (ENRIQUECIDA C/ CENOURA) + FRUTA	CREME ABÓBORA CABOTIAN C/ BATATA E CARNE MOÍDA + FRUTA	PURÊ DE BATATA ENRIQUECIDO C/ CENOURA + FILÉ DE FRANGO DESFIADO + FRUTA
2ª SEMANA	Segunda-Feira - 09/12/2024	Terça-Feira - 10/12/2024	Quarta-Feira - 11/12/2024	Quinta-Feira - 12/12/2024	Sexta-Feira - 13/12/2024
Café da manhã	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	PLANEJAMENTO
Almoço	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA C/ MANDIOCA REFOGADO: AB. CABOTIAN	ARROZ, FEIJÃO, ISCA DE CARNE C/ BATATA DOCE	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO DESFIADO C/ TOMATE	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA C/ BATATA INGLESA	
	MAMADEIRA	MAMADEIRA	MAMADEIRA	MAMADEIRA	
Lanche (tarde)	SOPA DE FEIJÃO (FEIJÃO, MACARRÃO AVE MARIA, CENOURA E CARNE MOÍDA) + FRUTA	ARROZ NUTRITIVO (ARROZ, CARNE MOÍDA MOLHADINHA, CENOURA E TOMATE) + FRUTA	CREME DE FUBÁ C/ CARNE MOÍDA AO MOLHO VERMELHO (ENRIQUECIDO C/ TOMATE) + FRUTA	MACARRÃO À BOLONHESA (MACARRÃO AVE MARIA C/ MOLHO DE TOMATE E CARNE MOÍDA) + FRUTA	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 1ª SEMANA 0 - 2 anos (475 KCAL 70% VD)

Energia (kcal)	Carboidrato(g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO(mg)
566 kcal	82 g	23 g	12 g	60 mcg	54 mg	70 mg	3 mg

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 2ª SEMANA 0 - 2 anos (475 KCAL 70% VD)

Energia (kcal)	Carboidrato(g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO(mg)
523 kcal	84 g	23 g	8 g	28 mcg	33 mg	159 mg	4 mg

Fonte: *TACO 4ª Edição 2011./ *Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE2011./ *Rotulos do produtos e ficha tecnica de alimentos

*** RECOMENDA-SE A DIMINUIÇÃO DA UTILIZAÇÃO DE SAL E ÓLEO NAS PREPARAÇÕES**

**** O cardápio pode sofrer alterações de legumes e verduras pois estes podem variar conforme clima e sazonalidade.**

Daniela Oliveira

Daniela Oliveira - Nutricionista CRN3:
54116

Coordenadoria de Alimentação Escolar