



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**ABRIL/2026**  
**CARDÁPIO**  
**APAE - ALÉRGICOS**



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

1ª SEMANA		Quarta-feira 01/04/2026	Quinta-feira 02/04/2026	Sexta-feira 03/04/2026
Lanche		Arroz, feijão, isca de carne cebollada e creme de milho (leite, milho e amido) SALADA: Rucúla c/ tomate	Tapioca de frango (polvilho doce, filé de frango desfiado e tomate) + Polpa de fruta + Banana prata	<b>FERIADO</b>

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
362	47	21	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

**ABRIL/2026**

**CARDÁPIO  
APAE**



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

2ª SEMANA	Segunda-feira 06/04/2026	Terça-feira 07/04/2026	Quarta-feira 08/04/2026	Quinta-feira 09/04/2026	Sexta-feira 10/04/2026
<b>Lanche</b>	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, mix de legumes 1 e cheiro-verde) + Abacaxi	<b>Arroz, feijão, pernil suíno acebolado e farofa de cebola (farinha de mandioca e cebola). SALADA: Repolho c/ tomate</b>	Purê de batata inglesa c/ molho carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Melancia	<b>Arroz, feijão e carne em cubos c/ batata inglesa. SALADA: Grão de bico ao Vinagrete (tomate, cebola e cheiro-verde)</b>	Torta de carne moída (enriquecida com mix de legumes 1) + Polpa de fruta

**Composição nutricional (média semanal)**

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
352	40	21	12

- \* 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

**ABRIL/2026**

**CARDÁPIO  
APAE**



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

3ª SEMANA	Segunda-feira 13/04/2026	Terça-feira 14/04/2026	Quarta-feira 15/04/2026	Quinta-feira 16/04/2026	Sexta-feira 17/04/2026
<b>Lanche</b>	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ cenoura)	<b>Arroz, feijão e iscas de carne c/ molho de tomate.</b> <b>SALADA: Acelga c/ tomate</b>	Galinhada (arroz, filé de frango, mix de legumes 1 e cheiro-verde) + Mamão	Polenta com molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Banana nanica	<b>Arroz, feijão e fricassê de frango (filé de frango desfiado, leite, amido e queijo mussarela).</b> <b>SALADA: Alface</b>

**Composição nutricional (média semanal)**

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
376	45	22	12

- \* 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

**ABRIL/2026**

**CARDÁPIO  
APAE**



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

4ª SEMANA	Segunda-feira 20/04/2026	Terça-feira 21/04/2026	Quarta-feira 22/04/2026	Quinta-feira 23/04/2026	Sexta-feira 24/04/2026
<b>Lanche</b>	Sopa de macarrão ave maria c/ carne em cubos, mix de legumes 2 e batata inglesa	<b>FERIADO</b>	<b>Arroz, feijão e isca de carne acebolada</b> <b>SALADA: Chuchu c/ cheiro- verde</b>	Pão com molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Polpa de fruta + Melancia	<b>Arroz, feijão, frango assado (coxa e sobrecoxa) e creme de milho (leite, milho e amido)</b> <b>SALADA: Couve-flor c/ tomate</b> <b>FRUTA: Laranja</b>

**Composição nutricional (média semanal)**

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
366	43	26	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



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**ABRIL/2026**

**CARDÁPIO  
APAE**



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

5ª SEMANA	Segunda-feira 27/04/2026	Terça-feira 28/04/2026	Quarta-feira 29/04/2026	Quinta-feira 30/04/2026	
Lanche	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ cenoura)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, mix de legumes 1 e cheiro-verde) +Maçã	<b>Arroz, feijão, peixe ao molho de tomate c/ batata.</b> <b>SALADA: Repolho</b> <b>FRUTA:</b> <b>Banana nanica</b>	Escondidinho de carne moída (purê de batata inglesa c/ carne moída e queijo mussarela) + Polpa de fruta	

**Composição nutricional (média semanal)**

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
375	44	25	11

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

\* A fruta poderá ser adelantada 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.

*Thalita*  
Thalita Fernandes dos Santos  
Nutricionista  
CRN3-62189