



ABRIL/2026
CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 ANOS) - 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
Manhã integral		Leite especial c/ cacau + Banana Prata	Pão de beijo + Leite especial c/ cacau	FERIADO
Manhã parcial		Macarrão à bolonhesa (macarrões/ glúten, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab. cabotian)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, mix de legumes 1 e cheiro-verde)	
Almoço		Arroz, feijão, carne em cubos c/ mandioca e farofa de cebola (farinha de mandioca e cebola). SALADA: Acelga	Arroz, feijão, frango assado (coxa e sobrecoxa) e milho refogado. SALADA: Tomate	
Tarde parcial/int.		Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab. cabotian)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, mix de legumes 1 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)
759	106	41	19	140	26	272	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



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
Manhã integral	Leite especial c/ cacau + Maçã	Leite especial c/ cereal	Mingau de chocolate (leite especial, cacau e amido)	Leite especial c/ cacau + Mamão	Leite especial c/ cacau + Banana Nanica
Manhã parcial	Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate e cenoura)	Bolo de arroz c/ coco + Leite especial c/ cacau + Abacaxi	Galinhada (arroz, filé de frango, mix de legumes 1 e cheiro-verde) + Mamão	Tapioca de frango (polvilho doce, filé de frango desfiado e tomate) + Polpa de fruta	Polenta c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura)
Almoço	Arroz, feijão e carne em cubos c/ batata doce. SALADA: Ab. Cabotian	Arroz, feijão e filé frango ao molho c/ batata inglesa. SALADA: Cenoura	Arroz, feijão e carne moída c/ Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] SALADA: Vinagrete (tomate, cebola e cheiro-verde)	Arroz, feijão e carne em cubos c/ mandioquinha. SALADA: Couve-flor c/ tomate	Arroz, feijão e isca de carne c/ cheiro-verde. SALADA: Alface
Tarde parcial/int.	Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate e cenoura)	Bolo de arroz c/ coco + Leite especial c/ cacau + Abacaxi	Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa, mix de legumes 1 e cheiro-verde) + Mamão	Tapioca de frango (polvilho doce, filé de frango desfiado e tomate) + Polpa de fruta	Polenta c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura)

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
963	118	62	27	231	36	289	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.



ABRIL/2026
CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 ANOS) - ALÉRGICOS



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
Manhã integral	Mingau de prestígio (leite especial, cacau, amido e coco ralado)	Leite especial c/ cacau + Maçã	Leite especial c/ cereal	Leite especial c/ cacau + Mamão	Pão de beijo + Leite especial c/ cacau
Manhã parcial	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, mix de legumes 1 e cheiro-verde) + Laranja	Sopa de feijão c/ macarrão s/ glúten, carne moída, mix de legumes 2 e batata inglesa	Pão de beijo + Leite especial c/ cacau + Banana nanica	Purê de batata inglesa (s/ leite) c/ molho de carne moída	Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ ab cabotian)
Almoço	Arroz, feijão e carne moída c/ berinjela SALADA: Pepino c/ tomate	Arroz, feijão e isca de carne c/ cheiro verde. SALADA: Acelga	Arroz, feijão e carne moída c/ batata inglesa. SALADA: Ab. Paulista	Arroz, feijão, pernil suíno acebolado REFOGADO: Couve manteiga	Arroz, feijão e filé de frango desfiado c/ tomate. SALADA: Alface
Tarde parcial/int.	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, mix de legumes 1 e cheiro-verde) + Laranja	Sopa de feijão c/ macarrão s/ glúten, carne moída, mix de legumes 2 e batata inglesa	Pão de beijo + Leite especial c/ cacau + Banana nanica	Purê de batata inglesa (s/ leite) c/ molho de carne moída	Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ ab cabotian)

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
964	120	58	28	208	34	318	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



ABRIL/2026

CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 ANOS) - ALÉRGICOS



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
Manhã integral	Leite especial c/ cacau + Maçã	FERIADO	Mingau de chocolate (leite especial, cacau e amido)	Leite especial c/ cacau + Maçã	Leite especial c/ cacau + Mamão
Manhã parcial	Sopa de macarrão s/ glúten c/ carne em cubos e mix de legumes 2 e batata inglesa		Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate e cenoura)	Galinhada (arroz, filé de frango, mix de legumes 1 e cheiro-verde) + Melancia	Tapioca com molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Polpa de fruta
Almoço	Arroz, feijão carne moída c/ cheiro verde REFOGADO: Mix 1 (cenoura, milho e ervilha)		Arroz, feijão e isca de carne acebolada SALADA: Chuchu c/ cheiro-verde	Arroz, feijão e carne moída ao molho de tomate. SALADA: Cenoura	Arroz, feijão e isca de carne c/ tomate. REFOGADO: Ab. Cabotian
Tarde parcial/int.	Sopa de macarrão s/ glúten c/ carne em cubos e mix de legumes 2 e batata inglesa		Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate e cenoura)	Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa, mix de legumes 1 e cheiro-verde) + Melancia	Tapioca com molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + 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)
959	114	65	27	283	39	382	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



ABRIL/2026

CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 ANOS) - ALÉRGICOS



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	
Manhã integral	Mingau de prestígio (leite especial, cacau, amido e coco ralado)	Leite especial c/ cacau + Abacaxi	Leite especial c/ cereal	Pão de beijo + Leite especial c/ cacau	
Manhã parcial	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, mix de legumes 1 e cheiro-verde) + Maçã	Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate e ab. cabotian)	Bolo mesclado de arroz + leite especial c/ cacau + Banana nanica	Escondidinho de carne moída (s/ leite) (purê de batata inglesa c/ carne moída) + Polpa de fruta	
Almoço	Arroz, feijão e carne moída c/ chuchu. SALADA: Grão de bico ao Vinagrete (tomate, cebola e cheiro-verde)	Arroz, feijão e isca de carne acebolada REFOGADO: Mix 1 (cenoura, milho e ervilha)	Arroz, feijão e filé de frango c/ tomate. SALADA: Alface	Arroz, feijão, peixe ao molho c/ batata. SALADA: Repolho c/ tomate	
Tarde parcial/int.	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, mix de legumes 1 e cheiro-verde) + Maçã	Macarrão à bolonhesa (macarrão s/ glúten, carne moída, molho de tomate e ab. cabotian)	Bolo mesclado de arroz + leite especial c/ cacau + Banana nanica	Escondidinho de carne moída (s/ leite) (purê de batata inglesa c/ carne moída) + 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)
781	109	39	21	190	23	247	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

