



An illustration of four diverse children standing in a row, each holding a basket of fresh fruits and vegetables. From left to right: a girl with dark skin and curly hair in a blue shirt and tan skirt; a girl with light skin and long dark hair in a blue shirt and blue skirt; a girl with light skin and dark hair in a yellow shirt and tan skirt; and a boy with dark skin and short hair in a blue shirt and dark shorts. They are all smiling and holding baskets filled with items like apples, oranges, and leafy greens.

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
Café da manhã (NÍVEL)				FERIADO	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)					Leite + cereal
Lanche da manhã (NÍVEL)					Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate)
Lanche da manhã (MATERNAL)					Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta
Almoço					Arroz, feijão, carne em isca c/ mandioca Salada: Chuchu
Lanche da tarde (NÍVEL)					Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate)
Lanche da tarde (MATERNAL)					Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta


Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista

Composição nutricional (média semanal) - Nível							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
655	93	25	16	64	54	314	2
Composição nutricional (média semanal) - EMEI							

CRN3-62189

978

147

33

20

47

20

307

4



MAIO/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN

CARDÁPIO - EMEI BRANCA DE NEVE E CLARA LUZ



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
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)	Mingau de Cacau (Leite, amido de milho e cacau)	Leite + cereal	Bolo de arroz + Leite c/ cacau	Tapioca c/ manteiga + leite c/ cacau	Leite c/ cacau + fruta
Lanche da manhã (NÍVEL)	Macarrão primavera (macarrão de arroz, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis) + Fruta	Sopa de feijão c/ macarrão de arroz, carne em cubos e chuchu, abóbora cabotian) + Fruta	Arroz colorido (arroz, carne moída, cenoura e cheiro-verde) + Fruta	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + fruta	Purê de abóbora cabotiá c/ carne moída (enriquecida c/ cenoura e ervilha) + Fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)	Macarrão primavera (macarrão de arroz, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Sopa de feijão c/ macarrão de arroz, carne em cubos e chuchu, abóbora cabotian)	Arroz amarelinho (ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde) + fruta	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + fruta	Tapioca c/ carne moída (carne moída, tomate, ervilha) + Polpa de Fruta
Almoço	Arroz, feijão, carne em cubos c/ batata Salada: Beterraba	Arroz, feijão, iscas de carne acebolada Refogado: Ab. Brasileira	Arroz, feijoada (feijão preto e pernil em cubos), farofa (farinha de mandioca) Refogado: Couve Nível: arroz, feijão preto, carne moída e couve mant. refogada	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa ao molho Salada: Folhas	Arroz, feijão, carne em cubos c/ mandioca Salada: Pepino
Lanche da tarde (NÍVEL)	Macarrão primavera (macarrão de arroz, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis) + Fruta	Sopa de feijão c/ macarrão de arroz, carne em cubos e chuchu, abóbora cabotian) + Fruta	Arroz colorido (arroz, carne moída, cenoura e cheiro-verde) + Fruta	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + fruta	Purê de abóbora cabotiá c/ carne moída (enriquecida c/ cenoura e ervilha) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)	Macarrão primavera (macarrão de arroz, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Sopa de feijão c/ macarrão de arroz, carne em cubos e chuchu, abóbora cabotian)	Arroz amarelinho (ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde) + fruta	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + fruta	Tapioca c/ carne moída (carne moída, tomate, ervilha) + Polpa de Fruta

Obs.:

Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
792	62	23	8	92	41	49	4

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

CRN3-62189

965

116

47

28

106

48

258

5



**PREFEITURA DE
MARÍLIA**
EDUCAÇÃO

MAIO/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EMEI BRANCA DE NEVE E CLARA LUZ



Coordenação de Alimentação Escolar - (14) 3413-1220/ 3464-9967 - divisaodealimentacao@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			
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cacau + fruta	Leite + cereal	Ovos mexidos	Tapioca c/ manteiga + leite c/ cacau	Leite c/ cacau + fruta			
Lanche da manhã (NÍVEL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Galinhada (coxa e sobrecoxa, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, cenoura, tomate, ervilha) + Fruta	Polenta (fubá s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta			
Lanche da manhã (MATERNAL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite c/ cacau + Fruta	Galinhada (coxa e sobrecoxa, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Mingau de Cacau (leite, amido e cacau 100%)	Tapioca com molho de carne moída (carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde) + Polpa			
Almoço	Arroz, feijão, iscas de carne c/ tomate Refogado: Ab. Cabotian	Arroz, feijão , carne moída c/ berinjela Salada: Cenoura	Arroz, feijão, carne em cubos c/ batata Salada: Folhas	Arroz, feijão, peixe ao molho com tomate e cebola. Salada: Folhas	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada Salada: Tomate			
				Nível: Arroz, feijão e carne moída. Refogado: Folhas				
Lanche da tarde (NÍVEL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Galinhada (coxa e sobrecoxa, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, cenoura, tomate, ervilha) + Fruta	Polenta (fubá s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta			
Lanche da tarde (MATERNAL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate	Bolo de fubá (s/ glúten) + Leite c/ cacau + Fruta	Galinhada (coxa e sobrecoxa, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Mingau de Cacau (leite, amido e cacau 100%)	Tapioca com molho de carne moída (carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde) + Polpa			
Obs.:								
Composição nutricional (média semanal) - Nível								
Energia (Kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
482		69	21	8	68	32	53	2

Thalita Fernandes dos Santos

Nutricionista CRN3-62189		Composição nutricional (média semanal) - EMEI							
		619	76	28	16	39	28	369	3
 PREFEITURA DE MARÍLIA EDUCAÇÃO		MAIO/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN CARDÁPIO - EMEI BRANCA DE NEVE E CLARA LUZ							
oria 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				
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta				
Café da manhã (MATERNAL)	Mingau de leite c/ coco e cacau (leite, amido de milho , cacau e coco ralado)	Leite + cereal	Bolo de arroz + Leite c/ cacau	Tapioca c/ manteiga + leite c/ cacau	Leite c/ cacau + fruta				
Lanche da manhã (NÍVEL)	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão primavera (macarrão de arroz , molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Sopa de feijão c/ macarrão de arroz , carne moída, abóbora paulista e cenoura + Fruta	Arroz colorido (arroz, carne moída, cenoura e cheiro-verde) + Fruta	Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (enriquecido c/ tomate e cenoura) + Fruta				
Lanche da manhã (MATERNAL)	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão primavera (macarrão de arroz , molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Sopa de feijão c/ macarrão de arroz , carne moída, abóbora paulista e cenoura + Fruta	Arroz amarelinho (ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde) + Fruta	Tapioca de carne moida (carne moida, tomate e cenoura) + Polpa de Fruta				
Almoço	Arroz, feijão, carne moída c/ cenoura Refogado: Chuchu	Arroz, feijão, carne em cubos c/ mandioca Salada: Couve-flor c/ tomate	Arroz, feijão, estrogonofe de filé de frango Salada: Folhas	Arroz, feijão, carne moída c/ berinjela Salada: Folhas	Arroz, feijão, iscas de carne acebolada Salada: Ab. Paulista				
			Nível: filé de frango						
Lanche da tarde (NÍVEL)	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão primavera (macarrão de arroz , molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Sopa de feijão c/ macarrão de arroz , carne moída, abóbora paulista e cenoura + Fruta	Arroz colorido (arroz, carne moída, cenoura e cheiro-verde) + Fruta	Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (enriquecido c/ tomate e cenoura) + Fruta				
Lanche da tarde (MATERNAL)	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão primavera (macarrão de arroz , molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Sopa de feijão c/ macarrão de arroz , carne moída, abóbora paulista e cenoura + Fruta	Arroz amarelinho (ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde) + Fruta	Tapioca de carne moida (carne moida, tomate e cenoura) + Polpa de Fruta				
Obs.:		Composição nutricional (média semanal) - Nível							
		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)

456	51	28	41	22	30	3	3
Composição nutricional (média semanal) - EMEI							
962	130	34	24	50	31	327	3



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

MAIO/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO - EMEI BRANCA DE NEVE E CLARA LUZ



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		
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta		
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cacau + fruta	Leite + cereal	Ovos mexidos	Tapioca c/ manteiga + leite c/ cacau	Leite c/ cacau + fruta		
Lanche da manhã (NÍVEL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Polenta (fubá s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta		
Lanche da manhã (MATERNAL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Bolo de fubá s/ glúten + Leite c/ cacau + Fruta	Tapioca com molho de carne moída (carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde) + Polpa de fruta		
Almoço	Arroz, feijão, carne em cubos c/ chuchu Refogado: Ab. Cabotian	Arroz, feijão, carne moída c/ tomate Salada: Pepino	Arroz, feijão, carne em isca c/ mandioca Salada: Folhas	Arroz, feijão, carne moída c/ batata Salada: Folhas	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada Salada: Beterraba		
Lanche da tarde (NÍVEL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Polenta (fubá s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta		
Lanche da tarde (MATERNAL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate e tomate)	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Bolo de fubá s/ glúten + Leite c/ cacau + Fruta	Tapioca com molho de carne moída (carne moída, molho de tomate, tomate e cheiro-verde) + Polpa de fruta		
Obs.:	Composição nutricional (média semanal) - Nível						
	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)

492	51	38	12	91	17	53	2
Composição nutricional (média semanal) - EMEI							
753	98	39	16	95	4	40	4

MAIO/2025

CARDÁPIO - EMEI BRANCA DE NEVE E CLARA LUZ



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

Orientações complementares:

Alimentação complementar: a introdução alimentar deve começar aos 6 meses, quando o sistema digestivo está maduro.

Fruta: para bebês de 6 e 7 meses oferecer frutas raspadas ou amassadas. acima de 1 ano, oferecer picadinha (de acordo com a maturidade da criança);

Refeição: para bebês de 6 e 7 meses: feijão amassado + macarrão ou arroz (papa) + carnes desfiadas ou moídas + legumes cozidos e amassados com garfo.

Acima de 8 meses: feijão levemente amassado com alguns grãos + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carnes desfiadas ou moídas + legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução.

* 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 textura, recomenda-se utilizar o pão no próximo dia após a entrega.



