



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

SETEMBRO/2025
CARDÁPIO - ALERGIA AO OVO
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

| 1ª SEMANA | Segunda-feira 01/09/2025 | Terça-feira 02/09/2025 | Quarta-feira 03/09/2025 | Quinta-feira 04/09/2025 | Sexta-feira 05/09/2025 |
|---------------|---|--|--|--|--|
| Lanche | Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) | Bolo de cacau (s/ ovos) + Leite c/ cacau + fruta | Arroz, feijão e estrogonofe de frango (filé de frango, molho de tomate e creme de leite). SALADA: Folhas | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ tomate) | Torta (s/ ovos) de frango (enriquecida c/ cenoura e tomate) + Polpa de fruta + Fruta |

Obs.:

| Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|---------|---------|---------|
| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
| 338 | 45 | 19 | 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

SETEMBRO/2025
CARDÁPIO - ALERGIA AO OVO
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

| 2ª SEMANA | Segunda-feira 08/09/2025 | Terça-feira 09/09/2025 | Quarta-feira 10/09/2025 | Quinta-feira 11/09/2025 | Sexta-feira 12/09/2025 |
|-----------|---|--|--|--|--|
| Lanche | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate) | Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta | Arroz, feijão, frango assado (coxa e sobrecoxa) SALADA: Beterraba | Mingau de chocolate (leite, amido, cacau e açúcar) + fruta | Pão c/ molho de carne moída (pão + carne moída e molho de tomate) + Polpa de fruta |

Obs.:

| Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|---------|---------|---------|
| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
| 367 | 46 | 20 | 11 |

- * 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

SETEMBRO/2025
CARDÁPIO - ALERGIA AO OVO
EMEFI PARCIAL (4 A 10 ANOS)
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

| 3ª SEMANA | Segunda-feira 15/09/2025 | Terça-feira 16/09/2025 | Quarta-feira 17/09/2025 | Quinta-feira 18/09/2025 | Sexta-feira 19/09/2025 |
|---------------|---|--|---------------------------------------|--|--|
| Lanche | Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ tomate) | Pão de beijo + Polpa de fruta + fruta | Arroz, feijoada (feijão preto, pernil suíno e linguiça calabresa) e farofa de cebola (farinha de mandioca e cebola). SALADA: Folhas | Galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta |

Obs.:

| Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|---------|---------|---------|
| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
| 347 | 43 | 18 | 13 |

- * 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

SETEMBRO/2025
CARDÁPIO - ALERGIA AO OVO
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

| 4ª SEMANA | Segunda-feira 22/09/2025 | Terça-feira 23/09/2025 | Quarta-feira 24/09/2025 | Quinta-feira 25/09/2025 | Sexta-feira 26/09/2025 |
|-----------|---|--|---|--|---|
| Lanche | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate) | Bolo mesclado (s/ ovos) + Leite c/ cacau + Fruta | Arroz, feijão, peixe assado c/ batata. SALADA: Folhas c/ tomate | X-frango (pão + patê de frango desfiado c/ requeijão) + Polpa de fruta | Quibe assado (trigo p/ quibe c/ carne moída) recheado c/ tomate e mussarela + fruta |

Obs.:

| Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|---------|---------|---------|
| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
| 332 | 45 | 24 | 7 |

- * 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

SETEMBRO/2025
CARDÁPIO - ALERGIA AO OVO
EMEFEI PARCIAL (4 A 10 ANOS)
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS)



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

| 5ª SEMANA | Segunda-feira 29/09/2025 | Terça-feira 30/09/2025 | |
|--------------------|---|---|--|
| Lanche (Diurno) | Polenta c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate) + Fruta | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate) | |

Obs.:

| Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|---------|---------|---------|
| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
| 437 | 50 | 29 | 13 |

- * 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 Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189