



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

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



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

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
Lanche				FERIADO	Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate)

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
486	87	15	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



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

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



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
Lanche	Macarrão primavera (macarrão de mandioca , molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Sopa de feijão c/ macarrão de mandioca , carne em cubos e legumes	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada Salada: Folhas	Arroz amarelinho (ovos mexidos, cenoura e cheiro-verde) + fruta	Tapioca c/ carne moída (carne moída, tomate, ervilha) + Polpa + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
386	49	19	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

MAIO/2025 - ALERGIA AO GLÚTEN
CARDÁPIO
EMEF PARCIAL (6 A 10 ANOS) **EMEFEI**
PARCIAL (4 A 10 ANOS)



Coordenadoria 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
Lanche	Macarrão à bolonhesa (macarrão de mandioca , carne moída, molho de tomate e tomate)	Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Arroz, feijão, peixe ao molho com tomate e cebola Salada: Folhas	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 + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
413	33	42	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

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



Coordenadoria 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
Lanche	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão primavera (macarrão de mandioca , molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Arroz, feijoada (feijão preto, calabresa e pernil em cubos), farofa (farinha de mandioca) Refogado: Couve mateiga.	Polenta (fubá s/ glúten) c/ carne moída (carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Tapioca de carne moída (carne moída, tomate e cenoura) + Polpa + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
657	107	25	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

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



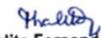
Coordenadoria de Alimentação Escolar - (14) 3413-1220/ 3464-9967 - divisaodealimentacao@marilia.sp.gov.br

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
Lanche	Macarrão à bolonhesa (macarrão de mandioca , carne moída, molho de tomate e tomate)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Arroz, feijão, iscas de carne c/ mandioca Salada: Folhas	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

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)			
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
419	27	44	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 Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189