



**JULHO/2025**  
**CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 ANOS)**



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

1ª SEMANA	Segunda-feira 30/06/2025	Terça-feira 01/07/2025	Quarta-feira 02/07/2025	Quinta-feira 03/07/2025	Sexta-feira 04/07/2025
<b>Manhã integral</b>	Leite c/ cereal	Bolo simples + Leite c/ cacau	Mingau de cacau (leite, leite em pó, amido de milho e cacau)	Fruta + Leite com cacau	Pão c/ manteiga + Leite c/ cacau
<b>Manhã parcial</b>	Polenta c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão Bolonhesa (macarrão parafuso, molho de tomate, carne moída) + Fruta	Pão c/ frango desfiado c/ tomate + Polpa de fruta	Torta de carne moída (enriquecida c/ tomate e cenoura) + Polpa de fruta + Fruta
<b>Almoço</b>	Arroz, feijão, carne em cubos c/ mandioca. Salada: Beterrada	Arroz, feijão, carne moída c/ berinjela. Salada: Chuchu c/ cheiro verde	Arroz, feijão, Peixe assado com batata. Salada: Repolho	Arroz, feijão, carne moída c/ batata. Salada: Tomate e Pepino	Arroz, feijão, Coxa e Sobrecoxa ao molho. Salada: Abóbora Brasileira
<b>Tarde parcial/int.</b>	Polenta c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Arroz nutritivo (arroz, isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão Bolonhesa (macarrão parafuso, molho de tomate, carne moída) + Fruta	Pão c/ frango desfiado c/ tomate + Polpa de fruta	Torta de carne moída (enriquecida c/ tomate e cenoura) + Polpa de fruta + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
977	109	60	25	261	46	176	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



**JULHO/2025**  
**CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 ANOS)**



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

2ª SEMANA	Segunda-feira 07/07/2025	Terça-feira 08/07/2025	Quarta-feira 09/07/2025	Quinta-feira 10/07/2025	Sexta-feira 11/07/2025
<b>Manhã integral</b>	Leite c/ cereal	Mingau de coco (leite, leite em pó, coco e amido de milho)	<b>FERIADO ESTADUAL</b>	Leite c/ cereal	<b>PONTO FACULTATIVO MUNICIPAL</b>
<b>Manhã parcial</b>	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta		Sopa de Lentilha c/ carne em cubos e Ab. Paulista) + Fruta	
<b>Almoço</b>	<b>Arroz, feijão, carne em cubos c/ chuchu. Refogado: Ab. Cabotian</b>	<b>Arroz, feijão, carne moída c/ tomate. Salada: Pepino</b>		<b>Arroz, feijão, carne em isca c/ ab. cabotian. Refogado: Beterraba</b>	
<b>Tarde parcial/int.</b>	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Arroz carreteiro (carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta		Sopa de Lentilha c/ carne em cubos e Ab. Paulista) + Fruta	

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
951	148	42	15	76	23	369	8

\* 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

**JULHO/2025**  
**CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 ANOS)**



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

3ª SEMANA	Segunda-feira 14/07/2025	Terça-feira 15/07/2025	Quarta-feira 16/07/2025	Quinta-feira 17/07/2025	Sexta-feira 18/07/2025
	<b>RECESSO ESCOLAR</b>				
4ª SEMANA	Segunda-feira 21/07/2025	Terça-feira 22/07/2025	Quarta-feira 23/07/2025	Quinta-feira 24/07/2025	Sexta-feira 25/07/2025
	<b>RECESSO ESCOLAR</b>				



5ª SEMANA	Segunda-feira 28/07/2025	Terça-feira 29/07/2025	Quarta-feira 30/07/2025	Quinta-feira 31/07/2025	Sexta-feira 01/08/2025
<b>Manhã integral</b>	Leite c/ cereal	Mingau de coco (leite, leite em pó, coco e amido de milho)	Fruta + Leite com cacau	Bolo de cacau + Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga + Leite c/ cacau
<b>Manhã parcial</b>	Arroz nutritivo (isca de carne, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Bolo de Fubá + Leite c/ cacau + Fruta	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Sopa de legumes (macarrão ave maria, carne em cubos, mandioca, cenoura, chuchu e abóbora brasileira)	Purê de Batata Inglesa c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta
<b>Almoço</b>	<b>Arroz, feijão, carne moída c/ cenoura.</b> <b>Refogado: Ab. Brasileira</b>	<b>Arroz, feijão, carne em cubos c/ mandioca.</b> <b>Salada: Cenoura</b>	<b>Arroz, feijão, isca de carne c/ abóbora cabotian.</b> <b>Salada: Folhas</b>	<b>Arroz, feijão, carne moída.</b> <b>Salada: Couve-flor</b>	<b>Arroz, feijão, carne em cubos c/ cheiro-verde.</b> <b>Salada: Folhas e tomate</b>
<b>Tarde parcial/int.</b>	Arroz nutritivo (isca de carne, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Bolo de Fubá + Leite c/ cacau + Fruta	Macarrão à Bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)	Sopa de legumes (macarrão ave maria, carne em cubos, mandioca, cenoura, chuchu e abóbora brasileira)	Purê de Batata Inglesa c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
1105	141	58	22	69	41	407	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.