



1ª SEMANA		Quarta-feira 01/04/2026	Quinta-feira 02/04/2026	Sexta-feira 03/04/2026
Café da manhã (NÍVEL)		Banana prata	Melão	FERIADO
Café da manhã (MATERNAL)		Leite c/ cacau + Banana prata	Pão c/ manteiga + Leite c/ cacau	
Lanche da manhã (MATERNAL)		Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab. cabotian)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] 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 creme de milho (leite, milho e amido) SALADA: Tomate	
		Nível: Refogado: Acelga Não acrescentar farofa	Nível: Filé de frango c/ creminho de milho (milho batido, azeite e água)	
Lanche da tarde (NÍVEL)		Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab. cabotian) + Melancia	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Melancia	
Lanche da tarde (MATERNAL)		Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ ab. cabotian)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde)	

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
406	51	28	10	94	31	102	3

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

759	106	41	19	140	26	272	6
-----	-----	----	----	-----	----	-----	---



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
Café da manhã (NÍVEL)	Maçã	Melão	Abacaxi	Melancia	Banana nanica
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cacau + Maçã	Leite c/ cereal	Mingau de chocolate (leite, cacau e amido)	Ovos mexidos	Leite c/ cacau + Banana Nanica
Lanche da manhã (MATERNAL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e cenoura)	Bolo de coco + Leite c/ cacau + Abacaxi	Galinhada (arroz, filé de frango, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Mamão	X-frango (pão, patê de filé de frango desfiado c/ maionese de ovos, alface 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 de legumes 1. 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
		Nível: Cenoura refogado	Nível: Salada de tomate		Nível: Refogado Cenoura
Lanche da tarde (NÍVEL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e cenoura)+ Laranja	Purê de mandioquinha c/ carne moída (enriquecido c/ tomate) + Abacaxi	Galinhada (arroz, filé de frango, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Mamão	Purê de batata (batata inglesa c/ frango desfiado enriquecido c/ tomate) + Banana nanica	Polenta c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura)+ Mamão
Lanche da tarde (MATERNAL)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e cenoura)	Bolo de coco + Leite c/ cacau + Abacaxi	Galinhada (arroz, filé de frango, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Mamão	X-frango (pão, patê de filé de frango desfiado c/ maionese de ovos, alface e tomate) + Polpa de fruta	Polenta c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura)

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
534	65	37	14	88	48	126	4

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

963	118	62	27	231	36	289	6
-----	-----	----	----	-----	----	-----	---



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
Café da manhã (NÍVEL)	Melão	Maçã	Abacate c/ laranja	Mamão	Banana nanica
Café da manhã (MATERNAL)	Mingau de prestígio (leite, cacau, amido e coco ralado)	Leite c/ cacau + Maçã	Leite c/ cereal	Leite c/ cacau + Mamão	Pão c/ manteiga+ Leite c/ cacau
Lanche da manhã (MATERNAL)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Laranja	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída, Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e	Pão de queijo + Leite c/ cacau + Banana nanica	Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, 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	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ ab cabotian) Arroz, feijão e fricassê de frango (filé de frango desfiado, leite, amido e queijo mussarela). SALADA: Alface
		Nível: Acelga refogado			Nível: Filé de frango c/ tomate. Refogado: Cenoura
Lanche da tarde (NÍVEL)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Laranja	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída, Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem] e batata inglesa + Melão	Canja (arroz, filé de frango, Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem] e batata inglesa) + Banana nanica	Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída + Abacaxi	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ ab cabotian) + Mamão
Lanche da tarde (MATERNAL)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Laranja	Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída, Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem] e batata inglesa	Pão de queijo + Leite c/ cacau + Banana nanica	Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ ab cabotian)

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
539	64	37	15	112	38	123	4

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

964	120	58	28	208	34	318	6
-----	-----	----	----	-----	----	-----	---



ABRIL/2026
CARDÁPIO - EMEI HÍBRIDA



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
Café da manhã (NÍVEL)	Laranja	FERIADO	Melão	Laranja	Mamão
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cacau + Maçã		Mingau de chocolate (leite, cacau e amido)	Ovos mexidos	Leite c/ cacau + Mamão
Lanche da manhã (MATERNAL)	Sopa de macarrão ave maria c/ carne em cubos, Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem] e batata inglesa		Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e cenoura)	Galinhada (arroz, filé de frango, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Melancia	Pão 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
Lanche da tarde (NÍVEL)	Sopa de macarrão ave maria c/ carne em cubos, Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem] e batata inglesa + Maçã		Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e cenoura) + Melancia	Galinhada (arroz, filé de frango, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Melancia	Polenta c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Abacaxi
Lanche da tarde (MATERNAL)	Sopa de macarrão ave maria c/ carne em cubos, Mix 2 de legumes [cenoura, chuchu, abóbora cabotiá e vagem] e batata inglesa		Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e cenoura)	Galinhada (arroz, filé de frango, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Melancia	Pão com molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + Polpa de fruta

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A	VITAMINA C	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
532	68	38	12	100	50	132	4

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

959	114	65	27	283	39	382	9
-----	-----	----	----	-----	----	-----	---

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189



5ª SEMANA	Segunda-feira 27/04/2026	Terça-feira 28/04/2026	Quarta-feira 29/04/2026	Quinta-feira 30/04/2026	Sexta-feira 01/05/2026
Café da manhã (NÍVEL)	Laranja	Abacaxi	Maçã	Mamão	FERIADO
Café da manhã (MATERNAL)	Mingau de prestígio (leite, cacau, amido e coco ralado)	Leite c/ cacau + Abacaxi	Leite c/ cereal	Pão c/ manteiga + Leite c/ cacau	
Lanche da manhã (MATERNAL)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Maçã	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e abacotian)	Bolo mesclado + logurte + Banana nanica	Escondidinho de carne moída (purê de batata inglesa c/ carne moída e queijo mussarela) + Polpa de fruta + Laranja	
Almoço	Arroz, feijão e carne moída c/ chuchu. SALADA: Grão de bico ao Vinagrete (tomate, cebola e	Arroz, feijão e isca de carne acebolada REFOGADO: Mix 1 (cenoura, milho e ervilha)	Arroz, feijão e estrogonofe de filé de frango. SALADA: Alface	Arroz, feijão, peixe ao molho c/ batata. SALADA: Repolho c/ tomate	
	Nível: Salada:Tomate		Nível: Filé de frango c/ cheiro verde. Refogado: Chicória	Nível: Refogado: Repolho c/ tomate	
Lanche da tarde (NÍVEL)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Maçã	Macarrao a bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e abacotian) + Abacate c/ laranja	Creme de ervilha c/ batata inglesa e carne em cubos desfiada + Banana nanica	Purê de batata inglesa c/ molho de carne moída + Laranja	
Lanche da tarde (MATERNAL)	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, Mix 1 de legumes [cenoura, milho e ervilha] e cheiro verde) + Maçã	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e abacotian)	Bolo mesclado + logurte + Banana nanica	Escondidinho de carne moída (purê de batata inglesa c/ carne moída e queijo mussarela) + Polpa de fruta + Laranja	

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A	VITAMINA C	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
427	51	31	11	74	53	102	4

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

781	109	39	21	190	23	247	6
-----	-----	----	----	-----	----	-----	---

2026
CARDÁPIO - EMEI HÍBRIDA



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.