



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

SETEMBRO/2025 - MÚLTIPLAS ALERGIAS

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 01/09/2025	Terça-feira 02/09/2025	Quarta-feira 03/09/2025	Quinta-feira 04/09/2025	Sexta-feira 05/09/2025
Manhã integral	Chá + fruta	Polpa de fruta + fruta	Salada de frutas	Tapioca c/ banana + Polpa de fruta	Polpa de fruta + fruta
Manhã parcial	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Bolo de arroz + Chá + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ tomate)	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Tapioca c/ frango (enriquecida c/ cenoura e tomate) + Polpa de fruta
Almoço	Arroz, feijão e isca de carne c/ ab paulista. SALADA: Chuchu c/ cheiro-verde	Arroz, feijão, carne em cubos ao molho c/ batata inglesa. SALADA: Cenoura c/ cheiro-verde	Arroz, feijão, pernil suíno c/ mandioca e farofa de cebola (farinha de mandioca, cebola). REFOGADO: Folhas	Arroz, feijão e filé de frango c/ molho de tomate. SALADA: Pepino c/ tomate	Arroz, feijão, isca de carne acebolada e purê de ab cabotian (s/ leite). SALADA: Folhas
Tarde parcial/int.	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Bolo de arroz + Chá + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída, molho de tomate enriquecido c/ tomate)	Sopa de feijão (feijão, macarrão de arroz, batata, cenoura e carne moída) + Fruta	Tapioca c/ frango (enriquecida c/ cenoura e tomate) + Polpa de fruta

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
947	123	51	30	207	26	328	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 - MÚLTIPLAS ALERGIAS

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 08/09/2025	Terça-feira 09/09/2025	Quarta-feira 10/09/2025	Quinta-feira 11/09/2025	Sexta-feira 12/09/2025
Manhã integral	Polpa de fruta + fruta	Salada de frutas	Polpa de fruta + fruta	Tapioca c/ maçã e canela + Chá	Polpa de fruta + fruta
Manhã parcial	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate)	Purê de legumes c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + fruta	Galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Tapioca c/ carne moída + Polpa de fruta + Fruta	Kafta de forno (carne moída, batata inglesa ralada e tomate)
Almoço	Arroz, feijão e carne em cubos c/ Ab paulista. SALADA: Beterraba	Arroz, feijão e isca de carne c/ cheiro verde. REFOGADO: Brócolis	Arroz, feijão e carne em cubos c/mandioca. SALADA: Tomate	Arroz, feijão e isca de carne c/ tomate SALADA: Folhas	Arroz, feijão e filé de frango c/ cheiro-verde. SALADA: Folhas
Tarde parcial/int.	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate)	Purê de legumes c/ molho de carne moída (enriquecido c/ cenoura) + fruta	Galinhada (arroz, filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Tapioca c/ carne moída + Polpa de fruta + Fruta	Kafta de forno (carne moída, batata inglesa ralada e tomate)

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
957	115	64	28	167	39	299	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 Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

SETEMBRO/2025 - MÚLTIPLAS ALERGIAS

CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 ANOS)



Coordenadoria de Alimentação Escolar - (14) 3413-1220/ 3464-9967 - divisaodealimentacao@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
Manhã integral	Chá + fruta	Polpa de fruta + fruta	Salada de frutas	Bolo de arroz + Chá	Polpa de fruta + fruta
Manhã parcial	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz , carne moída, molho de tomate enriquecido c/ tomate)	Sopa c/ macarrão de arroz , carne em cubos, batata, cenoura e chuchu	Pão de beijo + Polpa de fruta + fruta	Purê de legumes c/ molho de filé de frango desfiado (enriquecido c/ ab paulista) + fruta	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)
Almoço	Arroz, feijão e isca de carne c/ molho de tomate. SALADA: Chuchu c/ cheiro-verde	Arroz, feijão e carne em cubos c/ tomate. REFOGADO: Purê de Ab cabotian (s/ leite)	Arroz, feijoada (feijão preto e pernil suíno) e farofa de cebola (farinha de mandioca e cebola). SALADA: Folhas	Arroz, feijão e isca de carne c/ batata inglesa. SALADA: Couve-flor c/ tomate	Arroz, feijão e filé frango c/ cheiro-verde. Salada: Folhas
Tarde parcial/int.	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz , carne moída, molho de tomate enriquecido c/ tomate)	Sopa c/ macarrão de arroz , carne em cubos, batata, cenoura e chuchu	Pão de beijo + Polpa de fruta + fruta	Purê de legumes c/ molho de filé de frango desfiado (enriquecido c/ ab paulista) + fruta	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mgc)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
994	121	57	33	111	30	294	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

SETEMBRO/2025 - MÚLTIPLAS ALERGIAS

CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 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
Manhã integral	Polpa de fruta + fruta	Salada de frutas	Tapioca c/ banana + Chá	Polpa de fruta + fruta	Chá + fruta
Manhã parcial	Sopa de macarrão de arroz c/ batata, cenoura, chuchu e carne em cubos + Fruta	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate)	Tapioca c/ frango desfiado + Polpa de fruta + fruta	Purê (s/ leite) de batata inglesa c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate)
Almoço	Arroz, feijão e isca de carne c/ mandioca. SALADA: Beterraba	Arroz, feijão e carne em cubos c/ tomate. SALADA: Pepino	Arroz, feijão e isca de carne c/ cheiro-verde SALADA: Cenoura	Arroz, feijão, peixe assado c/ batata. SALADA: Folhas c/ tomate	Arroz, feijão e isca de carne c/ tomate. SALADA: Folhas
Tarde parcial/int.	Sopa de macarrão de arroz c/ batata, cenoura, chuchu e carne em cubos + Fruta	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão à bolonhesa (macarrão de arroz, carne moída e molho de tomate enriquecido c/ tomate)	Tapioca c/ frango desfiado + Polpa de fruta + fruta	Purê (s/ leite) de batata inglesa c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate)

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)							
Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
947	107	67	29	250	27	320	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 - **MÚLTIPLAS ALERGIAS**

CARDÁPIO - EMEI CRECHE (2 A 5 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	
Manhã integral	Chá + fruta	Polpa de fruta + fruta	
Manhã parcial	Polenta (fubá s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate)	Bolo de arroz + Chá + Fruta	
Almoço	Arroz, feijão e carne em cubos c/ batata inglesa. SALADA: Couve-flor	Arroz, feijão e isca de carne c/ purê de Ab. Cabotian (s/ leite). SALADA: Chuchu c/ cheiro- verde	
Tarde parcial/int.	Polenta (fubá s/ glúten) c/ molho de carne moída (enriquecido c/ tomate)	Bolo de arroz + Chá + Fruta	

Obs.:

Composição nutricional (média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
990	145	42	30	136	30	371	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 Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189