

MAIO/2025 - ALERGIA AO OVO
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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
Café da manhã (NÍVEL)				FERIADO	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)					Leite c/ cereal
Lanche da manhã (NÍVEL)					Arroz colorido (carne moída, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)					Arroz colorido (carne moída, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta
Almoço					Arroz, feijão e filé de frango c/ tomate Refogado: Chuchu
					Mamadeira
Lanche da tarde (NÍVEL)					Arroz colorido (carne moída, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)					Arroz colorido (carne moída, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
536	64	24	17	21	62	319	2

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

1029	110	54	33	81	86	224	6
------	-----	----	----	----	----	-----	---

MAIO/2025 - ALERGIA AO OVO
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)	Mingau de Cacau (Leite, amido de milho e cacau)	Leite + Cereal	Bolo simples (s/ ovos) + Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga + Leite c/ cacau	Leite c/ cacau + Fruta
Lanche da manhã (NÍVEL)	Macarrão primavera (macarrão ave maria, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis) + Fruta	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Sopa de feijão c/ macarrão Ave Maria, carne em cubos, batata e abóbora paulista) + Fruta	Creminho de banana, maçã e aveia.	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)	Macarrão primavera (macarrão parafuso, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Sopa de feijão c/ macarrão Ave Maria, carne em cubos, batata e abóbora paulista) + Fruta	Arroz temperado (carne desfiada, cenoura e cheiro-verde) + Fruta	Pão c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Polpa de Fruta + Fruta
Almoço	Arroz, feijão, isca de carne desfiada com tomate Refogado: Ab. Paulista	Arroz, feijão, filé de frango com cheiro verde Refogado: Ab. Cabotian	Arroz, ervilha, carne moída com cenoura Refogado: Chuchu	Arroz, feijão, carne em iscas com cheiro-verde Refogado: Ab. Braileira	Arroz, feijão, carne em cubos desfiada Refogado: Couve flor.
	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde (NÍVEL)	Macarrão primavera (macarrão ave maria, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis) + Fruta	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Sopa de feijão c/ macarrão Ave Maria, carne em cubos, batata e abóbora paulista) + Fruta	Creminho de banana, maçã e aveia.	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)	Macarrão primavera (macarrão parafuso, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Sopa de feijão c/ macarrão Ave Maria, carne em cubos, batata e abóbora paulista) + Fruta	Arroz temperado (carne desfiada, cenoura e cheiro-verde) + Fruta	Pão c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Polpa de Fruta + Fruta

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
488	55	36	9,2	82	46	51	5

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

948	112	45	33	101	52	103	4
-----	-----	----	----	-----	----	-----	---



PREFEITURA DE
MARÍLIA
EDUCAÇÃO

MAIO/2025 - ALERGIA AO OVO
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



Coordenadoria de Alimentação Escolar - (14) 3413-1220/ 3464-9967 - divisaoalimentacao@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
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cacau + Fruta	Leite + Cereal	Fruta + Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga + Leite c/ cacau	Leite c/ cacau + Fruta
Lanche da manhã (NÍVEL)	Polenta c/ carne moída (carne moída e molho de tomate ou tomate) + Fruta	Canja de frango (arroz, filé de frango, cenoura, batata, abóbora paulista e cheiro- verde) + Fruta	Purê de batata doce c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)	Polenta c/ carne moída (carne moída e molho de tomate ou tomate)	Canja de frango (arroz, filé de frango, cenoura, batata, abóbora paulista e cheiro- verde)	Bolo de fubá (s/ ovos) + Leite c/ cacau + Fruta	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)
Almoço	Arroz, feijão, carne em iscas c/ mandioca Refogado: Ab. Cabotian	Arroz, feijão, carne moída c/ berinjela Refogado: Beterraba	Arroz, lentilha, carne em cubos c/ cenoura Salada: Tomate	Arroz, feijão, carne em iscas c/ batata Salada: Pepino	Arroz, feijão, carne em cubos c/ chuchu Refogado: Brócolis
	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde (NÍVEL)	Polenta c/ carne moída (carne moída e molho de tomate ou tomate) + Fruta	Canja de frango (arroz, filé de frango, cenoura, batata, abóbora paulista e cheiro- verde) + Fruta	Purê de batata doce c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)	Polenta c/ carne moída (carne moída e molho de tomate ou tomate)	Canja de frango (arroz, filé de frango, cenoura, batata, abóbora paulista e cheiro- verde)	Bolo de fubá (s/ ovos) + Leite c/ cacau + Fruta	Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate)

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
474	68	24	9	65	37	48	3

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

922	71	36	14	44	36	201	3
-----	----	----	----	----	----	-----	---

MAIO/2025 - ALERGIA AO OVO
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



Coordenação 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
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)	Mingau de aveia c/ coco (leite, aveia e coco ralado)	Leite + cereal	Bolo mesclado (s/ ovos) + Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga + leite c/ cacau	Leite c/ cacau + fruta
Lanche da manhã (NÍVEL)	Macarrão primavera (macarrão ave maria, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis) + Fruta	Mini Galinhada (filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Creminho de banana, maçã e aveia.	Sopa de macarrão Ave maria c/ carne em cubos e legumes (diversos) + Fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)	Macarrão primavera (macarrão parafuso, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Mini Galinhada (filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate)	Bolo de cacau (s/ ovos) + Leite c/ cacau + Fruta	Sopa de macarrão Ave maria c/ carne em cubos e legumes (diversos) + Fruta
Almoço	Arroz, feijão, carne em iscas c/ cenoura Refogado: Couve-flor c/ tomate	Arroz, feijão, carne moída c/ batata doce Refogado: Ab. Paulista	Arroz, Feijoadinha (feijão preto, beterraba e cenoura), carne em cubos Refogado: Couve picadinha	Arroz, feijão, carne em iscas c/ ab. Cabotian Refogado: Folhas	Arroz, feijão, carne moída c/ mandioca Salada: Tomate
	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde (NÍVEL)	Macarrão primavera (macarrão ave maria, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis) + Fruta	Mini Galinhada (filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta	Creminho de banana, maçã e aveia.	Sopa de macarrão Ave maria c/ carne em cubos e legumes (diversos) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)	Macarrão primavera (macarrão parafuso, molho de tomate, carne moída, cenoura e brócolis)	Mini Galinhada (filé de frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Purê de batatas c/ carne moída (molho de tomate e tomate)	Bolo de cacau (s/ ovos) + Leite c/ cacau + Fruta	Sopa de macarrão Ave maria c/ carne em cubos e legumes (diversos) + Fruta

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A	VITAMINA C	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
378	45	24	44	17	33	3	4

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

988	118	22	34	43	21	206	4
-----	-----	----	----	----	----	-----	---

MAIO/2025 - ALERGIA AO OVO
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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
Café da manhã (NÍVEL)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Café da manhã (MATERNAL)	Leite c/ cacau + fruta	Leite + cereal	Fruta + Leite c/ cacau	Pão c/ manteiga + leite c/ cacau	Leite c/ cacau + fruta
Lanche da manhã (NÍVEL)	Sopa de lentilha c/ carne em cubos, abóbora paulista e mandioca) + Fruta	Polenta c/ carne moída (carne moída e molho de tomate ou tomate) + Fruta	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Purê de batata doce c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta
Lanche da manhã (MATERNAL)	Sopa de lentilha c/ carne em cubos, abóbora paulista e mandioca)	Polenta c/ carne moída (carne moída e molho de tomate ou tomate)	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Pão c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Polpa de Fruta +Fruta
Almoço	Arroz, feijão, carne moída c/ berinjela Refogado: Ab. Cabotian	Arroz, feijão, carne em iscas acebolada Salada: Beterraba	Arroz, grão de bico, filé de frango c/ ab. Brasileira Refogado: Folhas	Arroz, feijão, carne em cubos c/ batata Refogado: Ab. Paulista	Arroz, feijão, carne em iscas c/ cenoura Salada: Pepino
	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira	Mamadeira
Lanche da tarde (NÍVEL)	Sopa de lentilha c/ carne em cubos, abóbora paulista e mandioca) + Fruta	Polenta c/ carne moída (carne moída e molho de tomate ou tomate) + Fruta	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta	Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Purê de batata doce c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta
Lanche da tarde (MATERNAL)	Sopa de lentilha c/ carne em cubos, abóbora paulista e mandioca)	Polenta c/ carne moída (carne moída e molho de tomate ou tomate)	Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)	Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta	Pão c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Polpa de Fruta +Fruta

Obs.:

Thalita
Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

Composição nutricional (média semanal) - Nível

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
480	55	36	10	89	16	59	3

Composição nutricional (média semanal) - EMEI

887	86	44	13	86	8	32	3
-----	----	----	----	----	---	----	---

MAIO/2025
CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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.


Thalita Fernandes dos Santos
Nutricionista
CRN3-62189

