



PREFEITURA MUNICIPAL DE MARÍLIA
SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

Coordenadoria de Alimentação Escolar
(14) 3413-1220 / 3454-9967
divisaodealimentacao@marilia.sp.gov.br

CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II (4 MESES A 1 ANO E 10 MESES) - JUNHO/2022

1ª SEMANA			Quarta-Feira - 01/06/2022	Quinta-Feira - 02/06/2022	Sexta-Feira - 03/06/2022
Lanche (Manhã)			Fruta	Fruta	Fruta
Refeição 1			Arroz, Feijão, Carne moída c/ refogado beringela e mandioca	Arroz, Feijão, Frango desfiado refogado c/ couve flor e beterraba	Arroz, feijão, Carne refogada c/ chuchu, tomate e cheiro verde.
Lanche (Tarde)			Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta
Refeição 2			Sopa de macarrão c/ab.cabotian,vagem e frango desfiado	Purê de Batata c/ carne moída, Tomate e brocolis	Creme de Fubá c/couve ,cenoura e Frango desfiado
2ª SEMANA	Segunda-Feira - 06/06/2022	Terça-Feira - 07/06/2022	Quarta-Feira - 08/06/2022	Quinta-Feira - 09/06/2022	Sexta-Feira - 10/06/2022
Lanche (Manhã)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Refeição 1	Arroz, Feijão, frango desfiado refogado c/ ab.Paulista e Chuchu	Arroz, Feijão, Carne em cubos c/ vagem e tomate refogado repolho	Arroz, Feijão, Filé de Frango c/cenoura refogado beringela	Arroz, Feijão, Carne moída c/ refogado Batata doce e Cenoura	Arroz, Feijão, frango desfiado c/ refogado Couve flor e beterraba
Lanche (Tarde)	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta
Refeição 2	Sopa de Fubá c/ Couve flor, Beterraba e frango desfiado	Creme de Cabotian c/ cenoura e carne cubos	Purê de Mandioca c/ beterraba refogada e Carne moída	Creme de couve e cenoura c/ carne moída	Sopa de Feijão com Chuchu, ab. brasileira e Carne moída
3ª SEMANA	Segunda-Feira - 13/06/2022	Terça-Feira - 14/06/2022	Quarta-Feira - 15/06/2022	Quinta-Feira - 16/06/2022	Sexta-Feira - 17/06/2022
Lanche (Manhã)	Fruta	Fruta	Fruta	FERIADO	Fruta
Refeição 1	Arroz, Feijão, Carne moída c/ refogado cenoura e repolho	Arroz, Feijão, filé de frango c/ refogado de couve flor e batata doce.	Arroz, Feijão, Carne em cubos c/ refogado de mandioca e Espinafre		Arroz, feijão, carne em cubos c/ refogado Beringela e cenoura
Lanche (Tarde)	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta		Mamadeira/Fruta
Refeição 2	Canja de Frango com Batata e Cenoura	Creme de Cabotian c/ cenoura e carne cubos	Purê de batata doce c/cenoura, chuchu e frango desfiado		Sopa de Fubá com Couve, Beterraba e frango desfiado
4ª SEMANA	Segunda-Feira - 20/06/2022	Terça-Feira - 21/06/2022	Quarta-Feira - 22/06/2022	Quinta-Feira - 23/06/2022	Sexta-Feira - 24/06/2022
Lanche (Manhã)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Refeição 1	Arroz, Feijão, Filé de frango c/ refogado Ab. Paulista c/ tomate e cheiro verde.	Arroz, Feijão, Carne moída c/ refogado mandioquinha, Cenoura e salsicha	Arroz, Feijão, Frango desfiado c/ refogado vagem e beterraba	Arroz, Feijão, carne desfiada c/ refogado Batata doce e espinafre	Arroz, Feijão, Filé de Frango c/ refogado cenoura, tomate e beringela
Lanche (Tarde)	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta
Refeição 2	Sopa de macarrão c/cenoura, chuchu e frango desfiado	Purê de Batata c/ frango desfiado, Tomate e brocolis	Creme de couve e cenoura c/ carne moída	Purê de Mandioca c/couve flor refogada e frango refogado	Sopa de Feijão com Chuchu, ab. brasileira e Carne moída

5ª SEMANA	Segunda-Feira - 27/06/2022	Terça-Feira - 28/06/2022	Quarta-feira - 29/06/2022	Quinta-feira-30/06/2022			
Lanche (Manhã)	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
Refeição 1	Arroz, Feijão, Carne moída c/ refogado Chuchu e mandioquinha	Arroz, Feijão, Frango desfiado c/ refogado Cenoura e Repolho	Arroz, Feijão, carne desfiada c/ refogado Batata doce e couve	Arroz, Feijão, Filé de Frango c/ refogado Ab.Paulista e beringela			
Lanche (Tarde)	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta	Mamadeira/Fruta			
Refeição 2	Canja de Frango com Batata e Cenoura	Creme de Fubá com Ab. Cabotian e Carne moída	Sopa de Feijão, Mandioca, chuchu e peito de frango desfiado	Purê de cenoura c/ batata e Carne moída			
INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL) 0 - 2 anos (405 KCAL 30% VD)							
Energia (kcal)		Carboidrato(g)		Proteína (g)		Lípido (g)	
570kcal		79g		26%		30g	
				41%		16g	
						28%	
Fonte: *TACO 4ª Edição 2011./ *Tabela de composição nutricional dos alimentos IBGE2011./ *Rotulos do produtos e ficha tecnica de alimentos							
* RECOMENDA-SE A DIMINUIÇÃO DA UTILIZAÇÃO DE SAL E ÓLEO NAS PREPARAÇÕES							
** O cardápio pode sofrer alterações de legumes e verduras pois estes podem variar conforme clima e sazonalidade.							

Renata V. Molon Carvalho
Nutricionista
CRN3:27.252

Coordenadoria de Alimentação Escolar