

## JULHO/2025 - **ALERGIA AO LEITE**

### 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<br>30/06/2025                                                    | Terça-feira<br>01/07/2025                                                         | Quarta-feira<br>02/07/2025                                                               | Quinta-feira<br>03/07/2025                                                   | Sexta-feira<br>04/07/2025                                                          |                  |                 |             |            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------------|-------------|------------|
| Café da manhã<br>(NÍVEL)                                                                                                                                         | Fruta                                                                          | Fruta                                                                             | Fruta                                                                                    | Fruta                                                                        | Fruta                                                                              |                  |                 |             |            |
| Café da manhã<br>(MATERNAL)                                                                                                                                      | Leite (especial) c/ cereal                                                     | Bolo simples (s/ leite) + Leite (especial) c/ cacau                               | Mingau de cacau (leite especial, amido de milho e cacau)                                 | Torrada c/ azeite e orégano + Leite (especial) c/ cacau                      | Fruta + Leite (especial) com cacau                                                 |                  |                 |             |            |
| Lanche da manhã<br>(NÍVEL)                                                                                                                                       | Polenta 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 | Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída e chuchu e cenoura + Fruta | Purê de Batata Inglesa c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta           |                  |                 |             |            |
| Lanche da manhã<br>(MATERNAL)                                                                                                                                    | Polenta c/ carne moída (molho de tomate e tomate)                              | Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta  | Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída e chuchu e cenoura + Fruta | Torta (s/ leite) de carne moída (enriquecida c/ cenoura e tomate) + Polpa de fruta |                  |                 |             |            |
| Almoço                                                                                                                                                           | Arroz, lentilha, carne em cubos c/ cheiro-verde.<br>Refogado: Abóbora Cabotian | Arroz, feijão, carne moída c/ cenoura<br>REFOGADO: Repolho                        | Arroz, feijão, carne em cubos c/ mandioca REFOGADO: Espinafre                            | Arroz, feijão, filé de frango c/ tomate REFOGADO: Couve                      | Arroz, feijão, carne moida c/ berinjela. SALADA: Cenoura                           |                  |                 |             |            |
|                                                                                                                                                                  | Mamadeira (c/ leite especial)                                                  | Mamadeira (c/ leite especial)                                                     | Mamadeira (c/ leite especial)                                                            | Mamadeira (c/ leite especial)                                                | Mamadeira (c/ leite especial)                                                      |                  |                 |             |            |
| Lanche da tarde<br>(NÍVEL)                                                                                                                                       | Polenta 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 | Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída e chuchu e cenoura + Fruta | Purê de Batata Inglesa c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta           |                  |                 |             |            |
| Lanche da tarde<br>(MATERNAL)                                                                                                                                    | Polenta c/ carne moída (molho de tomate e tomate)                              | Arroz carreteiro (arroz, carne em cubos, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta  | Sopa de feijão c/ macarrão ave maria, carne moída e chuchu e cenoura + Fruta | Torta (s/ leite) de carne moída (enriquecida c/ cenoura e tomate) + Polpa de fruta |                  |                 |             |            |
| Obs.:                                                                                                                                                            |                                                                                |                                                                                   |                                                                                          |                                                                              |                                                                                    |                  |                 |             |            |
| <div><br/>Thalita Fernandes dos Santos<br/>Nutricionista<br/>CRN3-62189</div> |                                                                                | Composição nutricional (média semanal) - Nível                                    |                                                                                          |                                                                              |                                                                                    |                  |                 |             |            |
|                                                                                                                                                                  |                                                                                | Energia (Kcal)                                                                    | CHO (g)                                                                                  | PTN (g)                                                                      | LIP (g)                                                                            | VITAMINA A (mgc) | VITAMINA C (mg) | CÁLCIO (mg) | FERRO (mg) |
|                                                                                                                                                                  |                                                                                | 510                                                                               | 56                                                                                       | 27                                                                           | 16                                                                                 | 101              | 40              | 175         | 3          |
|                                                                                                                                                                  |                                                                                | Composição nutricional (média semanal) - EMEI                                     |                                                                                          |                                                                              |                                                                                    |                  |                 |             |            |
|                                                                                                                                                                  |                                                                                | 977                                                                               | 109                                                                                      | 60                                                                           | 25                                                                                 | 261              | 46              | 176         | 9          |

**JULHO/2025 - ALERGIA AO LEITE**  
**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<br>07/07/2025                                                                       | Terça-feira<br>08/07/2025                                                       | Quarta-feira<br>09/07/2025 | Quinta-feira<br>10/07/2025                                           | Sexta-feira<br>11/07/2025      |
|-------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| Café da manhã<br>(NÍVEL)      | Fruta                                                                                             | Fruta                                                                           | FERIADO ESTADUAL           | Fruta                                                                | PONTO FACULTATIVO<br>MUNICIPAL |
| Café da manhã<br>(MATERNAL)   | Leite (especial) c/ cereal                                                                        | Mingau de coco (leite especial, coco e amido de milho)                          |                            | Leite (especial) c/ cereal                                           |                                |
| Lanche da manhã<br>(NÍVEL)    | Macarrão Primavera (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta | Canja de frango (arroz, filé de frango, cenoura, batata e cheiro-verde) + Fruta |                            | Polenta c/ carne moída (molho de tomate e cenoura) + Fruta           |                                |
| Lanche da manhã<br>(MATERNAL) | Macarrão Primavera (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta  | Canja de frango (arroz, filé de frango, cenoura, batata e cheiro-verde) + Fruta |                            | Polenta c/ carne moída (molho de tomate e cenoura) + Fruta           |                                |
| Almoço                        | Arroz, feijão, isca de carne c/ tomate. Refogado: Chuchu                                          | Arroz, ervilha e carne em cubos c/ mandioca SALADA: Beterraba                   |                            | Arroz, feijão, carne em isca c/ cheiro-verde Refogado: ab. cabotian. |                                |
|                               | Mamadeira (c/ leite especial)                                                                     | Mamadeira (c/ leite especial)                                                   |                            | Mamadeira (c/ leite especial)                                        |                                |
| Lanche da tarde<br>(NÍVEL)    | Macarrão Primavera (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta | Canja de frango (arroz, filé de frango, cenoura, batata e cheiro-verde) + Fruta |                            | Polenta c/ carne moída (molho de tomate e cenoura) + Fruta           |                                |
| Lanche da tarde<br>(MATERNAL) | Macarrão Primavera (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate, cenoura e brócolis) + Fruta  | Canja de frango (arroz, filé de frango, cenoura, batata e cheiro-verde) + Fruta |                            | Polenta c/ carne moída (molho de tomate e cenoura) + 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<br>(mcg) | VITAMINA C<br>(mg) | CÁLCIO (mg) | FERRO (mg) |
|----------------|---------|---------|---------|---------------------|--------------------|-------------|------------|
| 565            | 87      | 21      | 11      | 8                   | 28                 | 165         | 2          |

**Composição nutricional (média semanal) - EMEI**

|     |     |    |    |    |    |     |   |
|-----|-----|----|----|----|----|-----|---|
| 951 | 148 | 42 | 15 | 76 | 23 | 369 | 8 |
|-----|-----|----|----|----|----|-----|---|



PREFEITURA DE  
**MARÍLIA**  
EDUCAÇÃO

**JULHO/2025 - ALERGIA AO LEITE**  
**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](mailto:divisaodealimentacao@marilia.sp.gov.br)

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

## JULHO/2025 - ALERGIA AO LEITE

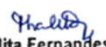
### CARDÁPIO - EMEI NÍVEL I E II E MATERNAL I E II



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

| 5ª SEMANA                  | Segunda-feira<br>28/07/2025                                                             | Terça-feira<br>29/07/2025                                       | Quarta-feira<br>30/07/2025                                                       | Quinta-feira<br>31/07/2025                                                          | Sexta-feira<br>01/08/2025                                          |
|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| Café da manhã (NÍVEL)      | Fruta                                                                                   | Fruta                                                           | Fruta                                                                            | Fruta                                                                               | Fruta                                                              |
| Café da manhã (MATERNAL)   | Leite (especial) c/ cereal                                                              | Mingau de coco (leite especial, coco e amido de milho)          | Fruta + Leite (especial) com cacau                                               | Bolo de cacau (s/ leite) + Leite (especial) c/ cacau                                | Torrada c/ azeite e orégano + Leite (especial) c/ cacau            |
| Lanche da manhã (NÍVEL)    | Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate) + Fruta         | Sopa de lentilha com carne em cubos, mandioca e cenoura + Fruta | Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta | Purê de Batata Inglesa (s/ leite) c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta | Polenta c/ carne moída (molho de tomate e cenoura) + Fruta         |
| Lanche da manhã (MATERNAL) | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta | Sopa de lentilha com carne em cubos, mandioca e cenoura         | Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)         | Purê de Batata Inglesa (s/ leite) c/ carne moída (molho de tomate e tomate)         | Bolo de Fubá (s/ leite) + Leite (especial) c/ cacau + Fruta        |
| Almoço                     | Arroz, feijão, carne em cubos c/ mandioca. Refogado: Ab. Paulista                       | Arroz, feijão, carne moída c/ Chuchu. Refogado: Couve-flor      | Arroz, grão de bico, filé de frango c/ cenoura. Refogado: Folhas                 | Arroz, feijão, isca de carne c/ tomate. Refogado: Folhas                            | Arroz, feijão, carne em cubos c/ ab. brasileira. Salada: Beterraba |
|                            | Mamadeira (c/ leite especial)                                                           | Mamadeira (c/ leite especial)                                   | Mamadeira (c/ leite especial)                                                    | Mamadeira (c/ leite especial)                                                       | Mamadeira (c/ leite especial)                                      |
| Lanche da tarde (NÍVEL)    | Macarrão à bolonhesa (macarrão ave maria, carne moída, molho de tomate) + Fruta         | Sopa de lentilha com carne em cubos, mandioca e cenoura + Fruta | Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde) + Fruta | Purê de Batata Inglesa (s/ leite) c/ carne moída (molho de tomate e tomate) + Fruta | Polenta c/ carne moída (molho de tomate e cenoura) + Fruta         |
| Lanche da tarde (MATERNAL) | Macarrão à bolonhesa (macarrão parafuso, carne moída, molho de tomate e tomate) + Fruta | Sopa de lentilha com carne em cubos, mandioca e cenoura         | Arroz nutritivo (isca de carne, tomate, cenoura, ervilha e cheiro-verde)         | Purê de Batata Inglesa (s/ leite) c/ carne moída (molho de tomate e tomate)         | Bolo de Fubá (s/ leite) + Leite (especial) c/ cacau + Fruta        |

Obs.:

  
 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) |
|----------------|---------|---------|---------|-----------------|-----------------|-------------|------------|
| 641            | 69      | 45      | 16      | 141             | 91              | 196         | 5          |

#### Composição nutricional (média semanal) - EMEI

|      |     |    |    |    |    |     |    |
|------|-----|----|----|----|----|-----|----|
| 1105 | 141 | 58 | 22 | 69 | 41 | 407 | 11 |
|------|-----|----|----|----|----|-----|----|

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