



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz - Ensino Infantil - B1, B2 e B3

30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAL
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS INTEGRAL

2024

	Segunda - Feira	8-abr	Terça - Feira	9-abr	Quarta - Feira	10-abr	Quinta - Feira	11-abr	Sexta - Feira	12-abr	Média	%
Fruta 7:30h e 17:30h	Fruta (banana amassada ou em pedaços)		Fruta (Manga amassada ou em pedaços)		Fruta (mamão amassado ou em pedaços)		Fruta (pera raspada ou em pedaços)		Fruta (maçã raspada ou em pedaços)			
Refeição I Manhã 9h - 9:30h Tarde 15h - 15:30h	Sopa Canja (Frango desfiado; arroz; legumes, ex.: cenoura, chuchu, couve-flor, brócolis; tempero verde e salsa)		Feijão Preto cozido e amassado Arroz branco cozido e amassado Ovo cozido e amassado Salada de couve-flor cozido e amassado		Purê de taiá com cenoura cozida Carne de Panela (carne em cubos refogado, desfiado e ensopadinho com tomate e tempero verde) Salada de abobrinha refogada amassada		Polenta cozida Peito de frango (refogado e desfiado com tomate e legumes) Salada de vagem cozida e amassada		Arroz cozido e amassado com espinafre picadinho Carne moída refogada com legumes e tempero verde Salada de beterraba cozida e amassada Salada de brócolis cozido e amassado			
Refeição II 12h - 12:30h	Fruta: Maçã e goiaba cozidos (sem açúcar) e amassados		Fruta: Banana e abacate amassados (sem açúcar)		Fruta: Acabaxi cozido (sem açúcar) e amassado com manga		Fruta: Mamão amassado com suco de laranja lima e aveia		Fruta: Banana e pera amassados			
	Segunda - Feira	15-abr	Terça - Feira	16-abr	Quarta - Feira	17-abr	Quinta - Feira	18-abr	Sexta - Feira	19-abr	Média	%
Fruta 7:30h e 17:30h	Fruta (abacate amassado com banana sem açúcar)		Fruta (Banana amassada ou em pedaços)		Fruta (maçã e goiaba cozidos e amassados - sem açúcar)		Fruta (Manga amassada ou em pedaços)		Fruta (pera raspada ou em pedaços)			
Refeição I Manhã 9h - 9:30h Tarde 15h - 15:30h	Sopa de músculo desfiado com macarrão tipo padre nosso e legumes (ex.: cenoura, chuchu, couve-flor, brócolis; tempero verde e salsa)		Feijão Preto cozido e amassado Arroz branco cozido e amassado Salada de chuchu cozido e amassado Salada de abobrinha refogada amassada		Purê de Aipim (cozido e amassado) Carne de Panela (carne em cubos refogado, desfiado e ensopadinho com tomate e tempero verde) Salada de beterraba cozida e amassada		Feijão vermelho ou carioca cozido e amassado Arroz branco cozido e amassado Omelete de espinafre Salada de vagem cozida e amassada		Risoto de frango (servir separadamente o arroz cozido e o peito de frango refogado desfiado com legumes amassados e tempero verde) Purê de abóbora (abóbora cozida e amassada)			
Refeição II 12h - 12:30h	Fruta: Maçã e goiaba cozidos (sem açúcar) e amassados		Fruta: Banana e abacate amassados (sem açúcar)		Fruta: Acabaxi cozido (sem açúcar) e amassado com manga		Fruta: Mamão amassado com suco de laranja lima e aveia		Fruta: Banana e pera amassados			

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.

Oferecer entre as refeições água para as crianças.

Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.

Crianças de 0 a 4 meses: Servir somente fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança estiver em aleitamento materno, deverá receber somente o leite da mãe.

Crianças de 4 a 6 meses: Se a introdução de alimentos já ocorreu (pelos pais), servir a alimentação conforme o cardápio e a aceitação da criança em casa. Caso não, converse com a nutricionista.

Crianças de 6 a 8 meses: NUNCA LIQUIDIFICAR!!! Amassar os alimentos até a forma de purê. Crianças que consomem alimentos na forma triturada demoram mais para desenvolver a habilidade da mastigação. Crianças que encontrarem dificuldade em consumir a carne ou frango desfiado deve ser servido somente o molho desta preparação.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas.



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz - Ensino Infantil - B1, B2 e B3

30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAL

70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS INTEGRAL

2024

	Segunda - Feira	22-abr	Terça - Feira	23-abr	Quarta - Feira	24-abr	Quinta - Feira	25-abr	Sexta - Feira	26-abr	Média	%
Fruta 7:30h e 17:30h	Fruta (banana amassada ou em pedaços)		Fruta (Manga amassada ou em pedaços)		Fruta (mamão amassado ou em pedaços)		Fruta (pera raspada ou em pedaços)		Fruta (maçã raspada ou em pedaços)			
Refeição I Manhã 9h - 9:30h Tarde 15h - 15:30h	Sopão (Peito de frango, macarrão tipo aletria e legumes)		Creme de Milho feito na escola Arroz branco cozido e amassado Frango Assado (sobrecoxa) desfiado Salada de abobrinha refogada amassada		Feijão preto cozido e amassado Arroz branco cozido e amassado Ovo cozido e amassadinho Salada de vagem cozida e amassada		Polenta cozida Carne moída refogada com legumes e tomate Salada de Beterraba cozida e amassada Salada de couve-flor cozido e amassado		Purê de batata ou batata sauté (cozido e amassado) Carne de Panela (carne em cubos refogado, desfiado e ensopadinho com tomate e tempero verde) Refogado de legumes (ex.: cenoura; chuchu; espinafre; abobrinha; brócolis...) - amassadinho tipo purê			
Refeição II 12h - 12:30h	Fruta: Maçã e goiaba cozidos (sem açúcar) e amassados		Fruta: Banana e abacate amassados (sem açúcar)		Fruta: Acabaxi cozido (sem açúcar) e amassado com manga		Fruta: Mamão amassado com suco de laranja lima e aveia		Fruta: Banana e pera amassados			
	Segunda - Feira	29-abr	Terça - Feira	30-abr	Quarta - Feira	1-mai	Quinta - Feira	2-mai	Sexta - Feira	3-mai	Média	%
Fruta Integral e Parcial - 7:30h e 17:30h	Fruta (abacate amassado com banana sem açúcar)		Fruta (Banana amassada ou em pedaços)		FERIADO		Fruta (Manga amassada ou em pedaços)		Fruta (pera raspada ou em pedaços)			
Refeição I da Manhã Integral e Parcial - 9:30h Refeição I da Tarde Integral e Parcial - 15:30h	Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango desfiado)		Feijão preto cozido e amassado Arroz branco cozido e amassado Chuchu refogadinho e amassado Beterraba cozida e amassada				Polenta cozida Molho de frango refogado e e desfiado com legumes Abóbora (cozida e amassada)		Lentilha cozida e amassada Arroz branco cozido e amassado Omelete de espinafre Salada de vagem cozida e amassada			
Refeição II da Manhã e Tarde Integral - 11:30h Integral - 13:30h	Fruta: Maçã e goiaba cozidos (sem açúcar) e amassados		Fruta: Banana e abacate amassados (sem açúcar)				Fruta: Mamão amassado com suco de laranja lima e aveia		Fruta: Banana e pera amassados			

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.

Oferecer entre as refeições água para as crianças.

Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.

Crianças de 0 a 4 meses: Servir somente fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança estiver em aleitamento materno, deverá receber somente o leite da mãe.

Crianças de 4 a 6 meses: Se a introdução de alimentos já ocorreu (pelos pais), servir a alimentação conforme o cardápio e a aceitação da criança em casa. Caso não, converse com a nutricionista.

Crianças de 6 a 8 meses: NUNCA LIQUIDIFICAR!!! Amassar os alimentos até a forma de purê. Crianças que consomem alimentos na forma triturada demoram mais para desenvolver a habilidade da mastigação. Crianças que encontrarem dificuldade em consumir a carne ou frango desfiado deve ser servido somente o molho desta preparação.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas.