



# Alimentação Escolar

## CEI Isabel Longo Ensino Infantil

Zona urbana  
Faixa etária: 4 - 5 anos  
20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL  
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

# 2025

	Segunda - Feira	10-fev	Terça - Feira	11-fev	Quarta - Feira	12-fev	Quinta - Feira	13-fev	Sexta - Feira	14-fev	Média	%
<b>Café da Manhã (Integral)</b> 8h - 8h15	Sanduíche de queijo <i>(Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)</i> Fruta ( <i>banana</i> )		Bolo de laranja <i>(feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)</i> Fruta ( <i>maçã</i> )		Mascau <i>(Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo)</i> Rosquinha de polvilho Fruta ( <i>mamão</i> )		Bolo de chocolate saudável <i>(adoçado com açúcar mascavo e feito na escola)</i> Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )			
<b>Lanche da Manhã (Parcial)</b> 9h - 9h15	Sanduíche de queijo <i>(Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)</i> Fruta ( <i>banana</i> )		Arroz cozido Carne moída <i>refogada com legumes e tempero verde</i> Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Polenta cozida Peixe ensopado <i>com molho de tomate feito na escola</i> Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta ( <i>mamão</i> )		Feijão Preto cozido Arroz cozido Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de alface e couve-flor cozido Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )		Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo <i>(feito na escola)</i> Fruta ( <i>maçã</i> )			
<b>Almoço (Integral)</b> 11h - 11h30	Macarrão cozido Frango <i>refogado com legumes e molho de tomate</i> Salada de vagem Salada de pepino Salada de cenoura		Arroz cozido Taiá cozido Carne moída <i>refogada com legumes e tempero verde</i> Salada de brócolis cozido Salada de Repolho		Polenta cozida Peixe ensopado <i>com molho de tomate feito na escola</i> Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Salada mista de acelga		Feijão Preto cozido Arroz cozido Ovo mexido Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de alface e couve-flor cozido		Purê de batatinha Arroz cozido Frango assado <i>(coxa e sobrecoxa)</i> <i>Salada de repolho</i> Salada alface			
<b>Lanche da Tarde (Integral)</b> 14h45 - 15h	Sanduíche de frango <i>(pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)</i> Fruta ( <i>banana</i> )		Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i> Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Pão pizza <i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</i> Fruta ( <i>mamão</i> )		Sanduíche de Ovo <i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i> Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )		Bauru frio <i>(Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate)</i> Fruta ( <i>maçã</i> )			
<b>Lanche da Tarde (Parcial)</b> 15h15 - 15h30	Sanduíche de queijo <i>(Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)</i> Fruta ( <i>banana</i> )		Arroz cozido Carne moída <i>refogada com legumes e tempero verde</i> Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido		Polenta cozida Peixe ensopado <i>com molho de tomate feito na escola</i> Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta ( <i>mamão</i> )		Feijão Preto cozido Arroz cozido Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de alface e couve-flor cozido Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )		Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo <i>(feito na escola)</i> Fruta ( <i>maçã</i> )			



# Alimentação Escolar

## CEI Isabel Longo Ensino Infantil

Zona urbana  
Faixa etária: 4 - 5 anos  
20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL  
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

# 2025

	Segunda - Feira	17-fev	Terça - Feira	18-fev	Quarta - Feira	19-fev	Quinta - Feira	20-fev	Sexta - Feira	21-fev	Média	%
<b>Café da Manhã (Integral)</b> 8h - 8h15	Sanduíche de queijo <i>(Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)</i>	Fruta (maçã)	Waffle de Banana <i>(feito na escola)</i>	Fruta (mamão)	Leite morno com um toque de canela Rosquinha de polvilho	Fruta (banana)	Bolo mesclado simples <i>(feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)</i>	Fruta (melancia ou melão)	Sanduíche de Ovo <i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i>	Fruta (banana)		
<b>Lanche da Manhã (Parcial)</b> 9h - 9h15	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha	Fruta (mamão)	Aipim cozido ou Purê de Aipim <i>Opção: Arroz integral cozido</i>	Carne de Panela ao molho de tomate Salada de beterraba e salada de repolho	Fruta (melancia ou melão)	Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de alface	Fruta (maçã)	Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i> Salada de vagem e Salada de Acelga	Fruta (laranja ou tangerina)	Sanduíche de Ovo <i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i>	Fruta (banana)	
<b>Almoço (Integral)</b> 11h - 11h30	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha Torradinhas de pão		Aipim cozido ou Purê de Aipim Arroz integral cozido Carne de Panela ao molho de tomate Salada de beterraba e salada de repolho Salada de acelga		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de alface Salada de cenoura		Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i> Salada de vagem e Salada de Acelga Salada de brócolis		Batata doce cozida Arroz cozido Carne moída refogada com legumes e molho de tomate Salada de tomate Salada de beterraba			
<b>Lanche da Tarde (Integral)</b> 14h45 - 15h	Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i>	Fruta (mamão)	Pão pizza <i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</i>	Fruta (melancia ou melão)	Sanduíche de frango <i>(pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)</i>	Fruta (maçã)	Bauru frio <i>(Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate)</i>	Fruta (laranja ou tangerina)	Waffle salgado de polvilho com queijo <i>(feito na escola)</i>	Fruta (banana)		
<b>Lanche da Tarde (Parcial)</b> 15h15 - 15h30	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha	Fruta (mamão)	Aipim cozido ou Purê de Aipim <i>Opção: Arroz integral cozido</i>	Carne de Panela ao molho de tomate Salada de beterraba e salada de repolho	Fruta (melancia ou melão)	Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de alface	Fruta (maçã)	Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i> Salada de vagem e Salada de Acelga	Fruta (laranja ou tangerina)	Sanduíche de Ovo <i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i>	Fruta (banana)	



# Alimentação Escolar

## CEI Isabel Longo Ensino Infantil

Zona urbana  
Faixa etária: 4 - 5 anos  
20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL  
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

# 2025

	Segunda - Feira 24-fev	Terça - Feira 25-fev	Quarta - Feira 26-fev	Quinta - Feira 27-fev	Sexta - Feira 28-fev	Média	%
<b>Café da Manhã (Integral)</b> 8h - 8h15	Mascau (Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo) Rosquinha de polvilho Fruta ( <i>banana</i> )	Bolo de laranja <i>(feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)</i> Fruta ( <i>maçã</i> )	Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola) Fruta ( <i>mamão</i> )	Bolo de chocolate saudável <i>(adoçado com açúcar mascavo e feito na escola)</i> Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )	Sanduíche de Queijo <i>(Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)</i> Fruta ( <i>laranja</i> )		
<b>Lanche da Manhã (Parcial)</b> 9h - 9h15	Macarrão cozido Carne moída <i>refogada com legumes e molho de tomate</i> Salada de Pepino Salada de alface Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )	Purê de batata ou batata sautéé <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Peixe ensopado <i>com molho de tomate</i> Salada de repolho branco e roxo Fruta ( <i>mamão</i> )	Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de vagem e Salada Acelga Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )	Polenta cozida Frango <i>refogado com legumes e molho de tomate</i> Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Fruta ( <i>maçã</i> )	Sanduíche de Queijo <i>(Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)</i> Fruta ( <i>banana</i> )		
<b>Almoço (Integral)</b> 11h - 11h30	Macarrão cozido Carne moída <i>refogada com legumes e molho de tomate</i> Salada de Pepino Salada de alface Salada de repolho	Purê de batata ou batata sautéé Arroz integral cozido Peixe ensopado <i>com molho de tomate</i> Salada de repolho branco e roxo Salada de chuchu	Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de vagem Salada de acelga	Polenta cozida Frango <i>refogado com legumes e molho de tomate</i> Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Salada de beterraba	Feijão Carioca cozido Arroz cozido Carne de panela Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de alface e couve-flor cozido		
<b>Lanche da Tarde (Integral)</b> 14h45 - 15h	Sanduíche de frango <i>(pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)</i> Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )	Pão pizza <i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</i> Fruta ( <i>mamão</i> )	Sanduíche de Ovo <i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i> Fruta ( <i>maçã</i> )	Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i> Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )	Leite morno com um toque de baunilha Rosquinha de polvilho Fruta ( <i>banana</i> )		
<b>Lanche da Tarde (Parcial)</b> 15h15 - 15h30	Macarrão cozido Carne moída <i>refogada com legumes e molho de tomate</i> Salada de Pepino Salada de alface Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )	Purê de batata ou batata sautéé <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Peixe ensopado <i>com molho de tomate</i> Salada de repolho branco e roxo Fruta ( <i>mamão</i> )	Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> ) Salada de vagem e Salada Acelga Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )	Polenta cozida Frango <i>refogado com legumes e molho de tomate</i> Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Fruta ( <i>maçã</i> )	Sanduíche de Queijo <i>(Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)</i> Fruta ( <i>banana</i> )		



# Alimentação Escolar

## CEI Isabel Longo Ensino Infantil

Zona urbana  
Faixa etária: 4 - 5 anos  
20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL  
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

# 2025

	Segunda - Feira	3-mar	Terça - Feira	4-mar	Quarta - Feira	5-mar	Quinta - Feira	6-mar	Sexta - Feira	7-mar	Média	%
<b>Café da Manhã (Integral)</b> 8h - 8h15	Sanduíche de queijo <i>(Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)</i>  Fruta (maçã)		Waffle de Banana <i>(feito na escola)</i>  Fruta (mamão)		Leite morno com um toque de canela  Rosquinha de polvilho  Fruta (banana)		Bolo mesclado simples <i>(feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)</i>  Fruta (melancia ou melão)		Waffle salgado de polvilho com queijo <i>(feito na escola)</i>  Fruta (laranja)			
<b>Lanche da Manhã (Parcial)</b> 9h - 9h15	Arroz cozido  Frango refogado com legumes e molho de tomate  Salada de abobrinha Salada de repolho com tomate Fruta (mamão)		Feijão vermelho  Arroz cozido  Omelete de espinafre Salada de vagem Fruta (maçã)		Batata doce cozida  Arroz cozido  Carne de Panela Salada de cenoura e chuchu Fruta (banana)		Sopa de legumes <i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)</i>  Fruta (melancia ou melão)		Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i>  Fruta (laranja ou tangerina)			
<b>Almoço (Integral)</b> 11h - 11h30	Arroz cozido  Frango refogado com legumes e molho de tomate  Salada de abobrinha  Salada de repolho com tomate  Salada de cenoura		Feijão vermelho  Arroz cozido  Omelete de espinafre  Salada de vagem  Salada de beterraba		Batata doce cozida  Arroz cozido  Carne de Panela  Salada de cenoura  Salada de Chuchu		Sopa de legumes <i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)</i>  Torradas de pão		Feijão Preto com carne  Arroz cozido  Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura)</i>  Salada de couve-flor			
<b>Lanche da Tarde (Integral)</b> 14h45 - 15h	Sanduíche de frango <i>(pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)</i>  Fruta (mamão)		Sanduíche de Ovo <i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i>  Fruta (maçã)		Bauru frio <i>(Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate)</i>  Fruta (banana)		Pão pizza <i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</i>  Fruta (melancia ou melão)		Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i>  Fruta (laranja ou tangerina)			
<b>Lanche da Tarde (Parcial)</b> 15h15 - 15h30	Arroz integral cozido  Frango refogado com legumes e molho de tomate  Salada de abobrinha Salada de repolho com tomate Fruta (mamão)		Feijão vermelho  Arroz cozido  Omelete de espinafre Salada de vagem Fruta (maçã)		Batata doce cozida  Arroz cozido  Carne de Panela Salada de cenoura e chuchu Fruta (banana)		Sopa de legumes <i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)</i>  Fruta (melancia ou melão)		Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i>  Fruta (laranja ou tangerina)			