



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz Creche - B3 e B4

Zona urbana
Faixa etária das turmas B3 e B4
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
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 | % |
|---|---|--------|---|--------|--|--------|--|--------|--|--------|-------|---|
| Fruta 7:30h e 12h | <p><u>Sanduíche de Ovo</u> (Pão de integral com manteiga e ovo mexido ou cozido fatiado e alface) Obs: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio .</p> | | <p>Waffle de pão de queijo saudável feito na escola Obs.: Fazer a receita de pão de queijo e colocar na máquina de Waffle (pág. 54 ou pág. 68 do livro de receitas)</p> | | <p><u>Sanduíche de Queijo</u> (Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado e tomate em rodela - servir QUINTINHO) Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.</p> | | <p><u>Bolo de Banana</u> com aveia sem açúcar - adoçado com purê de uvas passas ou ameixa (feito na Creche - pág. 49 ou pág. 67 do livro de receitas)</p> | | <p>"Cachorro-quente" de frango (pão mini integral com molho de peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada, tomate e tempero verde - fazer úmido e servir QUINTINHO) - pág. 91 do livro de receitas. Obs.: Oferecer só pão aos alunos que não quiserem recheio.</p> | | | |
| Refeição I Manhã 9h - 9:30h Tarde 15h - 15:30h | <p>Sopa de Frango com legumes (Frango desfiado; macarrão tipo aletria; legumes, ex.: cenoura, chuchu, couve-flor, brócolis; tempero verde e salsinha)</p> | | <p>Purê de taiá com cenoura cozida Opção: Arroz integral cozido Carne de Panela (carne em cubos refogado, desfiado e ensopadinho com tomate e tempero verde) Salada de abobrinha refogada amassada</p> | | <p>Feijão Preto cozido e amassado Arroz branco cozido e amassado OVO cozido e amassado Salada de couve-flor cozido e amassado</p> | | <p>Polenta cozida Opção: Arroz integral cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde Salada de vagem cozida e amassada</p> | | <p>Arroz cozido e amassado com espinafre picadinho Peito de frango (refogado e desfiado com tomate e legumes) Salada de beterraba cozida e amassada Salada de brócolis cozido e amassado</p> | | | |
| Refeição II 17:30h | Fruta (banana amassada ou em pedaços) | | Fruta (Laranja ou tangerina em pedaços) | | Fruta (mamão ou manga em pedaços) | | Fruta (pera ou melão em pedaços) | | Fruta (maçã ou melancia em pedaços) | | | |

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.



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz Creche - B3 e B4

Zona urbana
Faixa etária das turmas B3 e B4
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS 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 | % |
|---|--|--------|--|--------|--|--------|---|--------|---|--------|-------|---|
| Fruta 7:30h e 12h | Sanduíche de Queijo Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado - servir QUENTINHO) Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio. | | Bolo simples (sem açúcar) - feito na creche - pág. 57 do livro de receitas | | Sanduíche de patê de frango com cenoura (pão de mistura com peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada e temperos naturais - pág. 43 do livro de receitas) | | Waffle saudável feito na escola - pág. 56 do livro de receitas Opção: Rosquinha de polvilho | | Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO) | | | |
| 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 salsinha) | | Feijão Preto cozido e amassado Arroz branco cozido e amassado Purê de abóbora (abóbora cozida e amassada) Salada de abobrinha refogada amassada | | Purê de Aipim (cozido e amassado) Opção: Arroz integral cozido Carne de Panela (carne em cubos refogado, desfiado e ensopadinho com tomate e tempero) 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 | | Arroz cozido e amassado com espinafre picadinho Carne moída refogada com legumes e tempero verde Purê de grão de bico Salada de chuchu cozido e amassado | | | |
| Refeição II 17:30h | Fruta (manga ou mamão em pedaços) | | Fruta (Caqui ou melancia em pedaços) | | Fruta (banana em pedaços) | | Fruta (laranja ou tangerina em pedaços) | | Fruta (pera ou melão em pedaços) | | | |

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.



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz Creche - B3 e B4

Zona urbana
Faixa etária das turmas B3 e B4
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
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 | % |
|---|--|-------|--|-------|--|-------|---|-------|--|-------|-------|---|
| Fruta 7:30h e 12h | <u>Sanduíche de Ovo</u> (Pão de integral com manteiga e ovo mexido ou cozido fatiado e alface) Obs: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio . | | <u>Waffle de pão de queijo</u> saudável feito na escola Obs.: Fazer a receita de pão de queijo e colocar na máquina de Waffle (pág. 54 ou pág. 68 do livro de receitas) | | <u>Sanduíche de Queijo</u> (Pão de mistura com requeijão saudável (pág. 43 do livro de receitas) e queijo mussarela fatiado e tomate em rodela - servir QUENTINHO) Obs.: Oferecer só pão com o requeijão saudável ou só pão aos alunos que não quiserem recheio. | | <u>Bolo de Maçã</u> (feito na Creche) - pág. 60 do livro de receitas - adoçado com purê de uvas passas ou ameixa | | <u>"Cachorro-quente" de frango</u> (pão mini integral com molho de peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada, tomate e tempero verde - fazer úmido e servir QUENTINHO) - pág. 91 do livro de receitas. Obs.: Oferecer só pão aos alunos que não quiserem recheio. | | | |
| 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 | | Polenta cozida Opção: Arroz integral cozido Carne moída refogada com legumes e tomate Salada de Beterraba cozida e amassada Salada de couve-flor cozido e amassado | | Feijão preto cozido e amassado Arroz branco cozido e amassado Ovo cozido e amassadinho Salada de vagem cozida e amassada | | Purê de batata ou batata cozida (amassada) Opção: Arroz integral cozido Filé de tilápia desfiado e ensopado Refogado de legumes (ex.: cenoura; chuchu; espinafre; abobrinha; brócolis...) - amassadinho | | | |
| Refeição II 17:30h | Fruta (banana amassada ou em pedaços) | | Fruta (Laranja ou tangerina em pedaços) | | Fruta (mamão ou manga em pedaços) | | Fruta (pera ou melão em pedaços) | | Fruta (maçã ou melancia em pedaços) | | | |

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.



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz Creche - B3 e B4

Zona urbana
Faixa etária das turmas B3 e B4
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2025

| | Segunda - Feira | 10-mar | Terça - Feira | 11-mar | Quarta - Feira | 12-mar | Quinta - Feira | 13-mar | Sexta - Feira | 14-mar | Média | % |
|---|--|--------|---|--------|---|--------|---|--------|--|--------|-------|---|
| Fruta 7:30h e 12h | <p><u>Sanduíche de Queijo</u> Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado - servir QUENTINHO) Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.</p> | | <p><u>Bolo de laranja</u> (sem açúcar) - feito na creche - pág. 63 do livro de receitas</p> | | <p><u>Sanduíche de patê de frango com cenoura</u> (pão mini integral com peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada e temperos naturais - pág. 43 do livro de receitas)</p> | | <p><u>Waffle saudável</u> feito na escola - pág. 56 do livro de receitas Opção: Rosquinha de polvilho</p> | | <p><u>Pão pizza</u> (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</p> | | | |
| Refeição I da Manhã Integral e Parcial - 9:30h Refeição I da Tarde Integral e Parcial - 15:30h | <p>Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango desfiado)</p> | | <p>Feijão preto cozido e amassado Arroz branco cozido e amassado Legumes cozidos (ex.: cenoura; chuchu; espinafre; abobrinha; brócolis...) - amassadinho Beterraba cozida e amassada</p> | | <p>Batata doce cozida e amassada Opção: Arroz integral cozido Carne de Panela (carne em cubos refogado, desfiado e ensopadinho com tomate e tempero verde) Salada de cenoura cozida e amassada</p> | | <p>Polenta cozida Opção: Arroz integral cozido Molho de frango refogado e e desfiado com legumes Abóbora (cozida e amassada)</p> | | <p>Lentilha cozida e amassada Arroz branco cozido e amassado Omelete de espinafre Salada de vagem cozida e amassada</p> | | | |
| Refeição II 17:30h | Fruta (manga ou mamão em pedaços) | | Fruta (Caqui ou melancia em pedaços) | | Fruta (banana em pedaços) | | Fruta (laranja ou tangerina em pedaços) | | Fruta (pera ou melão em pedaços) | | | |

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.