



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz Creche - B5, B6 e Maternais

Zona urbana
Faixa etária acima de 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAL
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2025

	Segunda - Feira	7-jul	Terça - Feira	8-jul	Quarta - Feira	9-jul	Quinta - Feira	10-jul	Sexta - Feira	11-jul	Média	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (mamão)		Fruta (melão)		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 7h30min (B5/B6/M1) 8h (M2/M3/M4)	<u>Sanduíche de Ovo</u> (Pão de integral com manteiga e ovo mexido 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>Leite morno com baunilha</u>	<u>Sanduíche de Queijo</u> Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado e tomate em rodela - servir QUENTINHO) Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.		<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) <u>Leite morno</u> (aquecido com canela em pau POUCO)		<u>"Cachorro-quente"</u> de frango (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.					
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>Macarrão penne ou rigatoni</u> <u>cozido</u> <u>Molho de frango desfiado</u> com legumes bem picadinhos ou ralados <u>Salada</u> de vagem Salada de tomate <u>Fruta</u> (pêra)	<u>Feijão</u> Preto cozido <u>Arroz</u> parboilizado cozido <u>Farofa colorida</u> (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura <u>Salada</u> de alface e couve-flor cozido <u>Fruta</u> (Tangerina ou Laranja)	<u>Purê de batatinha</u> com cenoura cozida <u>Opção: Arroz integral cozido</u> <u>Carne de Panela</u> (refogado com tomate e tempero verde) <u>Salada</u> de pepino cru <u>Fruta</u> (manga)		<u>Polenta cozida mole</u> <u>Opção: Arroz integral cozido</u> <u>Filé de tilápia refogado com</u> <u>molho de tomate</u> comerem com a polenta - páq. 80 do <u>Salada</u> de repolho branco e roxo <u>Fruta</u> (melancia)		<u>Feijão</u> vermelho cozido <u>Arroz cozido</u> <u>Bolo de Carne moída Assado</u> <u>no forno</u> <u>Salada</u> de beterraba Salada de brócolis cozido <u>Fruta</u> (Caqui)					

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 - B5, B6 e Maternais

Zona urbana
Faixa etária acima de 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAL
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2025

	Segunda - Feira	14-jul	Terça - Feira	15-jul	Quarta - Feira	16-jul	Quinta - Feira	17-jul	Sexta - Feira	18-jul	Média	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (manga)		Fruta (Caqui)		Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 7h30min (B5/B6/M1) 8h (M2/M3/M4)	<u>Sanduíche de Queijo</u> Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado - servir QUINTINHO) Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.		<u>Bolo simples (sem açúcar)</u> - feito na creche - pág. 57 do livro de receitas <u>Leite morno</u> (com cacau em pó)		<u>Sanduíche de patê de frango</u> <u>com cenoura</u> (pão de mistura com peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada e temperos naturais - pág. 43 do livro de receitas)		<u>Waffle saudável</u> feito na escola - pág. 56 do livro de receitas <u>Opção: Rosquinha de</u> <u>polvilho</u> <u>Leite morno com baunilha</u>		<u>Pão pizza</u> (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUINTINHO)			
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>Sopa de músculo</u> com macarrão (letrinha, padre nosso ou aletria) e legumes bem picadinhos ou ralados (ex.: cenoura, chuchu, couve-flor, brócolis; tempero verde e salsinha) <u>Torradinhas de pão</u> <u>Fruta</u> (mamão)		<u>Feijão</u> Preto cozido <u>Arroz</u> parboilizado cozido <u>Farofa</u> de milho (feita com farinha de Biju, couve e cenoura ralada) <u>Salada</u> de alface e abobrinha <u>Fruta</u> (Tangerina ou Laranja)		<u>Aipim</u> cozido Obs.: se o aipim não cozinhar bem, bater no processador <u>Opção: Arroz integral cozido</u> <u>Carne de Panela</u> picadinha ao molho de tomate feito na creche <u>Salada</u> de beterraba e salada de repolho <u>Fruta</u> (melancia)		<u>Feijão</u> carioca cozido <u>Arroz</u> parboilizado cozido <u>Omelete</u> de espinafre <u>Salada</u> de vagem e Salada de tomate <u>Fruta</u> (melão)		<u>"Risoto de frango"</u> Servir separado <u>Arroz</u> cozido <u>Peito de frango</u> picadinho e refogado ao molho de tomate feito na escola <u>Abóbora</u> cozida e <u>Salada</u> de acelga <u>Fruta</u> (pêra)			

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 - B5, B6 e Maternais

Zona urbana
Faixa etária acima de 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2025

	Segunda - Feira	21-jul	Terça - Feira	22-jul	Quarta - Feira	23-jul	Quinta - Feira	24-jul	Sexta - Feira	25-jul	Média	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Fruta (mamão)	Fruta (melão)	Fruta (maçã)					
Café da Manhã 7h30min (B5/B6/M1) 8h (M2/M3/M4)					<u>Sanduíche de Ovo</u> (Pão de integral com manteiga e ovo mexido e alface) Obs: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio .	<u>Bolo de Maçã</u> sem açúcar (feito na Creche) - pág. 60 do livro de receitas <u>Leite morno</u> (aquecido com canela em pau POUCO)	"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 QUENTINHO) - pág. 91 do livro de receitas. Obs.: Oferecer só pão aos alunos que não quiserem recheio.					
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)					<u>Macarrão</u> integral cozido <u>Carne moída</u> refogada e ao molho tomate com legumes picadinhos ou ralados <u>Salada</u> de couve-flor cozida e Salada de Alface <u>Fruta</u> (Caqui)	<u>Polenta</u> cozida mole Opção: Arroz integral cozido <u>Peito de frango</u> picadinho e refogado ao molho de tomate feito na escola <u>Salada</u> de Beterraba e Salada de Brócoli <u>Fruta</u> (melão)	<u>Batatinha</u> cozida tipo sauté Opção: Arroz integral cozido <u>File de tilápia</u> assada Obs.: Fazer <u>molho de tomate</u> à parte para comerem com a Salada de acelga e Salada de tomate <u>Fruta</u> (pêra)					

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 - B5, B6 e Maternais

Zona urbana
Faixa etária acima de 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2025

	Segunda - Feira	28-jul	Terça - Feira	29-jul	Quarta - Feira	30-jul	Quinta - Feira	31-jul	Sexta - Feira	1-ago	Média	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (mamão)		Fruta (Caqui)		Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 7h30min (B5/B6/M1) 8h (M2/M3/M4)	<u>Sanduíche de Queijo</u> <i>Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado - servir QUINTINHO</i> <i>Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.</i>		<u>Bolo de laranja</u> (sem açúcar) - feito na creche - pág. 63 do livro de receitas <u>Leite morno</u> (com cacau em pó)		<u>Sanduíche de patê de frango com cenoura</u> <i>(pão de mistura com peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada e temperos naturais - pág. 43 do livro de receitas)</i>		<u>Waffle saudável</u> feito na escola - pág. 56 do livro de receitas <i>Opção: Rosquinha de polvilho</i> <u>Leite morno com baunilha</u>		<u>Pão pizza</u> <i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUINTINHO)</i>			
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>Sopa de legumes</u> <i>(com macarrão (letrinha, padre nosso ou aletria), legumes bem picadinhos/ralados e peito de frango)</i> <u>Torradinhas de pão</u> <u>Fruta</u> (manga)		<u>Arroz cozido</u> <u>Feijão</u> preto cozido <u>Farofa colorida</u> <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura</i> <u>Salada</u> de repolho branco e roxo e Salada de pepino		<u>Batata doce</u> assada no forno <i>Opção: Arroz integral cozido</i> <u>Carne de Panela</u> picadinha ao molho de tomate feito na creche <u>Salada</u> de chuchu e Salada de cenoura		<u>Polenta cozida mole</u> <i>Opção: Arroz integral cozido</i> <u>Carne moída</u> <i>refogada e ao molho tomate com legumes picadinhos ou</i> <u>Salada</u> de alface e abóbora cozida		<u>Lentilha cozida</u> <u>Arroz</u> parboilizado cozido <u>Omelete</u> de espinafre <u>Salada</u> de vagem e Salada de tomate			

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.