



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	30-jun	Terça - Feira	1-jul	Quarta - Feira	2-jul	Quinta - Feira	3-jul	Sexta - Feira	4-jul	Média	%
Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15	Sanduíche de queijo <i>(Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)</i>		Bolo de laranja <i>(feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)</i>		Mascau <i>(Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo)</i>		Bolo de chocolate saudável <i>(adoçado com açúcar mascavo e feito na escola)</i>		Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>			
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15	Macarrão cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate		Arroz cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde		Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola		Feijão Preto cozido Arroz cozido		Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo <i>(feito na escola)</i>			
	Salada de vagem Salada de pepino Fruta <i>(banana)</i>		Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido Fruta <i>(melancia ou melão)</i>		Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta <i>(mamão)</i>		Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i> Salada de alface e couve-flor cozido Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>		Fruta <i>(maçã)</i>			
Almoço (Integral) 11h - 11h30	Macarrão cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate		Arroz cozido Taiá cozido		Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola		Feijão Preto cozido Arroz cozido		Purê de batatinha Arroz cozido Frango assado (coxa e sobrecoxa) Salada de repolho			
	Salada de vagem Salada de pepino Salada de cenoura		Carne moída refogada com legumes e tempero verde Salada de brócolis cozido Salada de Repolho		Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Salada mista de acelga		Ovo mexido Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i> Salada de alface e couve-flor cozido		Salada de alface			
Lanche da Tarde (Integral) 14h45 - 15h	Sanduíche de frango <i>(pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)</i>		Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i>		Pão pizza <i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</i>		Sanduíche de Ovo <i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i>		Bauru frio <i>(Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate)</i>			
	Fruta <i>(banana)</i>		Fruta <i>(melancia ou melão)</i>		Fruta <i>(mamão)</i>		Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>		Fruta <i>(maçã)</i>			
Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30	Macarrão cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate		Arroz cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde		Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola		Feijão Preto cozido Arroz cozido		Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo <i>(feito na escola)</i>			
	Salada de vagem Salada de pepino Fruta <i>(banana)</i>		Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido		Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta <i>(mamão)</i>		Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i> Salada de alface e couve-flor cozido Fruta <i>(laranja ou tangerina)</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	7-jul	Terça - Feira	8-jul	Quarta - Feira	9-jul	Quinta - Feira	10-jul	Sexta - Feira	11-jul	Média	%
Café da Manhã (Integral) 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)			
Lanche da Manhã (Parcial) 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)			
Almoço (Integral) 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			
Lanche da Tarde (Integral) 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)			
Lanche da Tarde (Parcial) 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 14-jul	Terça - Feira 15-jul	Quarta - Feira 16-jul	Quinta - Feira 17-jul	Sexta - Feira 18-jul	Média	%
Café da Manhã (Integral) 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>)	Sanduíche de Queijo <i>(Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)</i> Fruta (<i>laranja</i>)	Bolo de chocolate saudável <i>(adoçado com açúcar mascavo e feito na escola)</i> Fruta (<i>melancia ou melão</i>)	Waffle salgado de polvilho com queijo <i>(feito na escola)</i> Fruta (<i>mamão</i>)		
Lanche da Manhã (Parcial) 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 sauté <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Peixe ensopado <i>com molho de tomate</i> Salada de repolho branco e roxo Fruta (<i>mamão</i>)	Sanduíche de Queijo <i>(Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)</i> Fruta (<i>banana</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>)	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>)		
Almoço (Integral) 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 sauté Arroz integral cozido Peixe ensopado <i>com molho de tomate</i> Salada de repolho branco e roxo Salada de chuchu	Sopa de legumes <i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)</i> Torradas de pão	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 preto Arroz cozido Farofa colorida (<i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i>) Salada de vagem Salada de acelga		
Lanche da Tarde (Integral) 14h45 - 15h	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>)	Leite morno com um toque de baunilha Rosquinha de polvilho Fruta (<i>banana</i>)	Sanduíche de frango <i>(pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)</i> Fruta (<i>laranja ou tangerina</i>)	Sanduíche de Ovo <i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i> Fruta (<i>maçã</i>)		
Lanche da Tarde (Parcial) 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 sauté <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Peixe ensopado <i>com molho de tomate</i> Salada de repolho branco e roxo Fruta (<i>mamão</i>)	Sanduíche de Queijo <i>(Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)</i> Fruta (<i>banana</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>)	Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida (<i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i>) Salada de vagem e Salada Acelga Fruta (<i>banana</i>)		

