



# 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	4-ago	Terça - Feira	5-ago	Quarta - Feira	6-ago	Quinta - Feira	7-ago	Sexta - Feira	8-ago	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	Macarrão cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de vagem Salada de pepino Fruta ( <i>banana</i> )		Arroz cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola 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 refogado com legumes e molho de tomate Salada de vagem Salada de pepino Salada de cenoura		Arroz cozido Taiá cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde Salada de brócolis cozido Salada de Repolho		Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola 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 (coxa e sobrecoxa) <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	Macarrão cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de vagem Salada de pepino Fruta ( <i>banana</i> )		Arroz cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido		Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola 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	11-ago	Terça - Feira	12-ago	Quarta - Feira	13-ago	Quinta - Feira	14-ago	Sexta - Feira	15-ago	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 (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)  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 (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)  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 (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)  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 18-ago	Terça - Feira 19-ago	Quarta - Feira 20-ago	Quinta - Feira 21-ago	Sexta - Feira 22-ago	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 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> )	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 sauté 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	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>maçã</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> )	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 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> )	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	25-ago	Terça - Feira	26-ago	Quarta - Feira	27-ago	Quinta - Feira	28-ago	Sexta - Feira	29-ago	Média	%
<b>Café da Manhã (Integral)</b> 8h - 8h15	Sanduíche de queijo <i>(Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)</i>		Waffle de Banana <i>(feito na escola)</i>		Leite morno com um toque de canela Rosquinha de polvilho		Bolo mesclado simples <i>(feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)</i>		Waffle salgado de polvilho com queijo <i>(feito na escola)</i>			
	Fruta ( <i>maçã</i> )		Fruta ( <i>mamão</i> )		Fruta ( <i>banana</i> )		Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Fruta ( <i>laranja</i> )			
<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 ( <i>mamão</i> )		Feijão vermelho Arroz cozido Omelete de espinafre Salada de vagem Fruta ( <i>maçã</i> )		Batata doce cozida Arroz cozido Carne de Panela Salada de cenoura e chuchu Fruta ( <i>banana</i> )		Sopa de legumes <i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)</i> Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i> Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )			
<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 ( <i>mamão</i> )		Sanduíche de Ovo <i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i> Fruta ( <i>maçã</i> )		Bauru frio <i>(Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate)</i> Fruta ( <i>banana</i> )		Pão pizza <i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</i> Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i> Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )			
<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 ( <i>mamão</i> )		Feijão vermelho Arroz cozido Omelete de espinafre Salada de vagem Fruta ( <i>maçã</i> )		Batata doce cozida Arroz cozido Carne de Panela Salada de cenoura e chuchu Fruta ( <i>banana</i> )		Sopa de legumes <i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)</i> Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )		Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i> Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> )			