



# 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                                                                                                                                               | 1-set | Terça - Feira                                                                                                                                                                    | 2-set | Quarta - Feira                                                                                                                                                 | 3-set | Quinta - Feira                                                                                                                                                                                       | 4-set | Sexta - Feira                                                                                                                    | 5-set | Média | % |
|---------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------|---|
| <b>Café da Manhã (Integral)</b><br>8h - 8h15      | Sanduíche de queijo<br><i>(Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)</i><br>Fruta <i>(banana)</i>                                       |       | Bolo de laranja<br><i>(feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)</i><br>Fruta <i>(maçã)</i>                                                                                  |       | Mascau<br><i>(Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo)</i><br>Rosquinha de polvilho<br>Fruta <i>(mamão)</i>                                                 |       | Bolo de chocolate saudável<br><i>(adoçado com açúcar mascavo e feito na escola)</i><br>Fruta <i>(melancia ou melão)</i>                                                                              |       | Leite morno com um toque de baunilha<br>Waffle salgado de polvilho com queijo<br>Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>             |       |       |   |
| <b>Lanche da Manhã (Parcial)</b><br>9h - 9h15     | Macarrão cozido<br><i>Frango refogado com legumes e molho de tomate</i><br>Salada de vagem<br>Salada de pepino<br>Fruta <i>(banana)</i>                       |       | Arroz cozido<br><i>Carne moída refogada com legumes e tempero verde</i><br>Salada de cenoura ralada e beterraba<br>Salada de brócolis cozido<br>Fruta <i>(melancia ou melão)</i> |       | Polenta cozida<br><i>Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola</i><br>Abobrinha refogada<br>Salada de repolho branco e roxo<br>Fruta <i>(mamão)</i>   |       | Feijão Preto cozido<br>Arroz cozido<br><i>Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i><br>Salada de alface e couve-flor cozido<br>Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i> |       | Leite morno com um toque de baunilha<br>Waffle salgado de polvilho com queijo<br><i>(feito na escola)</i><br>Fruta <i>(maçã)</i> |       |       |   |
| <b>Almoço (Integral)</b><br>11h - 11h30           | Macarrão cozido<br><i>Frango refogado com legumes e molho de tomate</i><br>Salada de vagem<br>Salada de pepino<br>Salada de cenoura                           |       | Arroz cozido<br>Taiá cozido<br><i>Carne moída refogada com legumes e tempero verde</i><br>Salada de brócolis cozido<br>Salada de Repolho                                         |       | Polenta cozida<br><i>Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola</i><br>Abobrinha refogada<br>Salada de repolho branco e roxo<br>Salada mista de acelga |       | Feijão Preto cozido<br>Arroz cozido<br>Ovo mexido<br><i>Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i><br>Salada de alface e couve-flor cozido                          |       | Purê de batatinha<br>Arroz cozido<br>Frango assado<br><i>(coxa e sobrecoxa)</i><br><i>Salada de repolho</i><br>Salada alface     |       |       |   |
| <b>Lanche da Tarde (Integral)</b><br>14h45 - 15h  | Sanduíche de frango<br><i>(pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)</i><br>Fruta <i>(banana)</i> |       | Buraco Negro<br><i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i><br>Fruta <i>(melancia ou melão)</i>                                                                           |       | Pão pizza<br><i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</i><br>Fruta <i>(mamão)</i>                                      |       | Sanduíche de Ovo<br><i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i><br>Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>                                                                  |       | Bauru frio<br><i>(Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate)</i><br>Fruta <i>(maçã)</i>                         |       |       |   |
| <b>Lanche da Tarde (Parcial)</b><br>15h15 - 15h30 | Macarrão cozido<br><i>Frango refogado com legumes e molho de tomate</i><br>Salada de vagem<br>Salada de pepino<br>Fruta <i>(banana)</i>                       |       | Arroz cozido<br><i>Carne moída refogada com legumes e tempero verde</i><br>Salada de cenoura ralada e beterraba<br>Salada de brócolis cozido                                     |       | Polenta cozida<br><i>Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola</i><br>Abobrinha refogada<br>Salada de repolho branco e roxo<br>Fruta <i>(mamão)</i>   |       | Feijão Preto cozido<br>Arroz cozido<br><i>Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i><br>Salada de alface e couve-flor cozido<br>Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i> |       | Leite morno com um toque de baunilha<br>Waffle salgado de polvilho com queijo<br><i>(feito na escola)</i><br>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 | 8-set | Terça - Feira                                                                                                  | 9-set | Quarta - Feira                                                                                                                                          | 10-set | Quinta - Feira                                                                                                                                                                                     | 11-set | Sexta - Feira                                                                                                                                          | 12-set | Média | % |
|-----------------------------------------------|-----------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|---|
| Café da Manhã<br>(Integral)<br>8h - 8h15      | RECESSO ESCOLAR |       | Sanduíche de queijo<br>(Pão integral fatiado com manteiga e/ou<br>queijo muçarela fatiado)<br><br>Fruta (maçã) |       | Leite morno com um toque de<br>canela<br><br>Rosquinha de polvilho<br><br>Fruta (banana)                                                                |        | Bolo mesclado simples<br>(feito na escola e adoçado com açúcar<br>mascavo)<br><br>Fruta (melancia ou melão)                                                                                        |        | Sanduíche de Ovo<br>(Pão tipo minuto integral com manteiga<br>e/ou ovo mexido ou cozido)<br><br>Fruta (banana)                                         |        |       |   |
| Lanche da Manhã<br>(Parcial)<br>9h - 9h15     |                 |       | Sopa de lentilha<br>com carne desfiada, legumes e<br>batatinha<br><br>Fruta (mamão)                            |       | Polenta cozida<br><br>Frango refogado com legumes e molho<br>de tomate<br><br>Salada de alface<br><br>Fruta (maçã)                                      |        | Feijão Vermelho<br><br>Arroz cozido<br><br>Farofa colorida (farinha de mandioca;<br>espinafre; couve; cenoura ralada)<br><br>Salada de vagem e<br>Salada de Acelga<br>Fruta (laranja ou tangerina) |        | Sanduíche de Ovo<br>(Pão tipo minuto integral com manteiga<br>e/ou ovo mexido ou cozido)<br><br>Fruta (banana)                                         |        |       |   |
| Almoço<br>(Integral)<br>11h - 11h30           |                 |       | Sopa de lentilha<br>com carne desfiada, legumes e<br>batatinha<br><br>Torradinhas de pão                       |       | Polenta cozida<br><br>Frango refogado com legumes e molho<br>de tomate<br><br>Salada de alface<br><br>Salada de cenoura                                 |        | Feijão Vermelho<br><br>Arroz cozido<br><br>Farofa colorida (farinha de mandioca;<br>espinafre; couve; cenoura ralada)<br><br>Salada de vagem e<br>Salada de Acelga<br>Salada de brócolis           |        | Batata doce cozida<br><br>Arroz cozido<br><br>Carne moída refogada com legumes e<br>molho de tomate<br><br>Salada de tomate<br><br>Salada de beterraba |        |       |   |
| Lanche da Tarde<br>(Integral)<br>14h45 - 15h  |                 |       | Buraco Negro<br>(Pão tipo francês com molho de carne<br>moída)<br><br>Fruta (mamão)                            |       | Sanduíche de frango<br>(pão mini com molho de peito de frango<br>desfiado refogado com legumes - fazer<br>úmido e servir QUENTINHO)<br><br>Fruta (maçã) |        | Bauru frio<br>(Pão fatiado com manteiga, queijo<br>muçarela fatiado e tomate)<br><br>Fruta (laranja ou tangerina)                                                                                  |        | Waffle salgado de polvilho com<br>queijo<br>(feito na escola)<br><br>Fruta (banana)                                                                    |        |       |   |
| Lanche da Tarde<br>(Parcial)<br>15h15 - 15h30 |                 |       | Sopa de lentilha<br>com carne desfiada, legumes e<br>batatinha<br><br>Fruta (mamão)                            |       | Polenta cozida<br><br>Frango refogado com legumes e molho<br>de tomate<br><br>Salada de alface<br><br>Fruta (maçã)                                      |        | Feijão Vermelho<br><br>Arroz cozido<br><br>Farofa colorida (farinha de mandioca;<br>espinafre; couve; cenoura ralada)<br><br>Salada de vagem e<br>Salada de Acelga<br>Fruta (laranja ou tangerina) |        | Sanduíche de Ovo<br>(Pão tipo minuto integral com manteiga<br>e/ou ovo mexido ou cozido)<br><br>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                                                                                                                                     | 15-set | Terça - Feira                                                                                                                                                     | 16-set | Quarta - Feira                                                                                                                                                                               | 17-set | Quinta - Feira                                                                                                                                                         | 18-set | Sexta - Feira                                                                                                                                                                        | 19-set | Média | % |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|---|
| <b>Café da Manhã (Integral)</b><br>8h - 8h15      | Mascau<br>(Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo)<br>Rosquinha de polvilho<br>Fruta ( <i>banana</i> )                                          |        | Bolo de laranja<br>(feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)<br>Fruta ( <i>maçã</i> )                                                                        |        | Waffle salgado de polvilho com queijo<br>(feito na escola)<br>Fruta ( <i>mamão</i> )                                                                                                         |        | Bolo de chocolate saudável<br>(adoçado com açúcar mascavo e feito na escola)<br>Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )                                                     |        | Sanduíche de Queijo<br>(Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)<br>Fruta ( <i>laranja</i> )                                                                       |        |       |   |
| <b>Lanche da Manhã (Parcial)</b><br>9h - 9h15     | Macarrão cozido<br>Carne moída refogada com legumes e molho de tomate<br>Salada de Pepino<br>Salada de alface<br>Fruta ( <i>melancia ou melão</i> ) |        | Purê de batata ou batata sauté<br>Opção: Arroz integral cozido<br>Peixe ensopado com molho de tomate<br>Salada de repolho branco e roxo<br>Fruta ( <i>mamão</i> ) |        | Feijão preto<br>Arroz cozido<br>Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> )<br>Salada de vagem e Salada Acelga<br>Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> ) |        | Polenta cozida<br>Frango refogado com legumes e molho de tomate<br>Salada de Beterraba<br>Salada de brócolis e couve-flor<br>Fruta ( <i>maçã</i> )                     |        | Sanduíche de Queijo<br>(Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)<br>Fruta ( <i>banana</i> )                                                                        |        |       |   |
| <b>Almoço (Integral)</b><br>11h - 11h30           | Macarrão cozido<br>Carne moída refogada com legumes e molho de tomate<br>Salada de Pepino<br>Salada de alface<br>Salada de repolho                  |        | Purê de batata ou batata sauté<br>Arroz integral cozido<br>Peixe ensopado com molho de tomate<br>Salada de repolho branco e roxo<br>Salada de chuchu              |        | Feijão preto<br>Arroz cozido<br>Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> )<br>Salada de vagem<br>Salada de acelga                                      |        | Polenta cozida<br>Frango refogado com legumes e molho de tomate<br>Salada de Beterraba<br>Salada de brócolis e couve-flor<br>Salada de beterraba                       |        | Feijão Carioca cozido<br>Arroz cozido<br>Carne de panela<br>Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> )<br>Salada de alface e couve-flor cozido |        |       |   |
| <b>Lanche da Tarde (Integral)</b><br>14h45 - 15h  | Buraco Negro<br>(Pão tipo francês com molho de carne moída)<br>Fruta ( <i>melancia ou melão</i> )                                                   |        | Pão pizza<br>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)<br>Fruta ( <i>mamão</i> )                                              |        | Sanduíche de Ovo<br>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)<br>Fruta ( <i>maçã</i> )                                                                               |        | Sanduíche de frango<br>(pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)<br>Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> ) |        | Leite morno com um toque de baunilha<br>Rosquinha de polvilho<br>Fruta ( <i>banana</i> )                                                                                             |        |       |   |
| <b>Lanche da Tarde (Parcial)</b><br>15h15 - 15h30 | Macarrão cozido<br>Carne moída refogada com legumes e molho de tomate<br>Salada de Pepino<br>Salada de alface<br>Fruta ( <i>melancia ou melão</i> ) |        | Purê de batata ou batata sauté<br>Opção: Arroz integral cozido<br>Peixe ensopado com molho de tomate<br>Salada de repolho branco e roxo<br>Fruta ( <i>mamão</i> ) |        | Feijão preto<br>Arroz cozido<br>Farofa colorida ( <i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i> )<br>Salada de vagem e Salada Acelga<br>Fruta ( <i>laranja ou tangerina</i> ) |        | Polenta cozida<br>Frango refogado com legumes e molho de tomate<br>Salada de Beterraba<br>Salada de brócolis e couve-flor<br>Fruta ( <i>maçã</i> )                     |        | Sanduíche de Queijo<br>(Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)<br>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                                                                                                                                                  | 22-set | Terça - Feira                                                                                                           | 23-set | Quarta - Feira                                                                                                       | 24-set | Quinta - Feira                                                                                                                            | 25-set | Sexta - Feira                                                                                                                                         | 26-set | Média | % |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|---|
| <b>Café da Manhã (Integral)</b><br>8h - 8h15      | Sanduíche de queijo<br><i>(Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)</i><br><br>Fruta <i>(maçã)</i>                                        |        | Waffle de Banana<br><i>(feito na escola)</i><br><br>Fruta <i>(mamão)</i>                                                |        | Leite morno com um toque de canela<br><br>Rosquinha de polvilho<br><br>Fruta <i>(banana)</i>                         |        | Bolo mesclado simples<br><i>(feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)</i><br><br>Fruta <i>(melancia ou melão)</i>                    |        | Waffle salgado de polvilho com queijo<br><i>(feito na escola)</i><br><br>Fruta <i>(laranja)</i>                                                       |        |       |   |
| <b>Lanche da Manhã (Parcial)</b><br>9h - 9h15     | Arroz cozido<br><br>Frango refogado com legumes e molho de tomate<br><br>Salada de abobrinha<br>Salada de repolho com tomate<br>Fruta <i>(mamão)</i>             |        | Feijão vermelho<br><br>Arroz cozido<br><br>Omelete de espinafre<br>Salada de vagem<br>Fruta <i>(maçã)</i>               |        | Batata doce cozida<br><br>Arroz cozido<br><br>Carne de Panela<br>Salada de cenoura e chuchu<br>Fruta <i>(banana)</i> |        | Sopa de legumes<br><i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)</i><br><br>Fruta <i>(melancia ou melão)</i>                  |        | Buraco Negro<br><i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i><br><br>Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>                                         |        |       |   |
| <b>Almoço (Integral)</b><br>11h - 11h30           | Arroz cozido<br><br>Frango refogado com legumes e molho de tomate<br><br>Salada de abobrinha<br><br>Salada de repolho com tomate<br><br>Salada de cenoura        |        | Feijão vermelho<br><br>Arroz cozido<br><br>Omelete de espinafre<br><br>Salada de vagem<br><br>Salada de beterraba       |        | Batata doce cozida<br><br>Arroz cozido<br><br>Carne de Panela<br><br>Salada de cenoura<br><br>Salada de Chuchu       |        | Sopa de legumes<br><i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)</i><br><br>Torradas de pão                                   |        | Feijão Preto com carne<br><br>Arroz cozido<br><br>Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura)</i><br><br>Salada de couve-flor |        |       |   |
| <b>Lanche da Tarde (Integral)</b><br>14h45 - 15h  | Sanduíche de frango<br><i>(pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)</i><br><br>Fruta <i>(mamão)</i> |        | Sanduíche de Ovo<br><i>(Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)</i><br><br>Fruta <i>(maçã)</i> |        | Bauru frio<br><i>(Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate)</i><br><br>Fruta <i>(banana)</i>       |        | Pão pizza<br><i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</i><br><br>Fruta <i>(melancia ou melão)</i> |        | Buraco Negro<br><i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i><br><br>Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>                                         |        |       |   |
| <b>Lanche da Tarde (Parcial)</b><br>15h15 - 15h30 | Arroz integral cozido<br><br>Frango refogado com legumes e molho de tomate<br><br>Salada de abobrinha<br>Salada de repolho com tomate<br>Fruta <i>(mamão)</i>    |        | Feijão vermelho<br><br>Arroz cozido<br><br>Omelete de espinafre<br>Salada de vagem<br>Fruta <i>(maçã)</i>               |        | Batata doce cozida<br><br>Arroz cozido<br><br>Carne de Panela<br>Salada de cenoura e chuchu<br>Fruta <i>(banana)</i> |        | Sopa de legumes<br><i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)</i><br><br>Fruta <i>(melancia ou melão)</i>                  |        | Buraco Negro<br><i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i><br><br>Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>                                         |        |       |   |