



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

| | Segunda - Feira 29 | -set | Terça - Feira | 30-set | Quarta - Feira | 1-out | Quinta - Feira | 2-out | Sexta - Feira | 3-out | Média | % |
|---|--|------|--|--------------|---|--|--|---|---|-----------------------|-------|---|
| Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15 | Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado) Fruta (banana) | | Bolo de laranja (feito na escola e adoçado com açúcar mascavo) Fruta (maçã) | | Mascau (Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo) Rosquinha de polvilho Fruta (mamão) | | Bolo de chocolate saudável (adoçado com açúcar mascavo e feito na escola) Fruta (melancia ou melão) | | Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo Fruta (laranja ou tangerina) | | | |
| Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15 | Macarrão cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate Manhã (Parcial) Macarrão cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de vagem | | Arroz cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido Fruta (melancia ou melão) | | Polenta cozid Peixe ensopado com mol feito na escola Abobrinha refog Salada de repolho brai Fruta (mamão | a ho de tomate ada nco e roxo | Feijão Preto coz Arroz cozido Farofa colorida (farinha d espinafre; couve; cenou Salada de alface e couve Fruta (laranja ou tar | zido de mandioca; ra ralada) e-flor cozido ngerina) | Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo | | | |
| Almoço (Integral) 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 cozid Peixe ensopado com mol. feito na escola Abobrinha refog Salada de repolho brai | ada nco e roxo | Feijão Preto coz Arroz cozido Ovo mexido Farofa colorida (farinha d espinafre; couve; cenou Salada de alface e couve | de mandioca; ra ralada) | Purê de batatinha Arroz cozido Frango assado (coxa e sobrecoxa) Salada de repolho Salada alface | | | |
| Lanche da Tarde (Integral) 14h45 - 15h | (Integral) desfiado refogado com legumes - fa | | Buraco Negro (Pão tipo francês com carne moída) Fruta (melancia ou r | molho de | Pão pizza (pão integral fatiado assado tomate e orégano - servir C Fruta (mamão | UENTINHO) | Sanduíche de C (Pão tipo minuto integral co e/ou ovo mexido ou co Fruta (laranja ou tar | om manteiga cozido) | lo) muçarela fatiado e tomate) | | | |
| Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30 | de tomate | | Arroz cozido arne moída <i>refogada co</i> <i>tempero verde</i> Salada de cenoura r beterraba | om legumes e | Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola Abobrinha refogada | | Arroz cozido bauni Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Waffle salgado de | | Leite morno com um baunilha Waffle salgado de pol queijo | toque de vilho com | | |
| | Salada de pepino Fruta <i>(banana)</i> | | Salada de brócolis o | cozido | Salada de repolho brai Fruta <i>(mamão</i> | | Salada de alface e couve Fruta <i>(laranja ou tar</i> | | (feito na escol Fruta <i>(maçã)</i> | , | | |





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

| | Segunda - Feira 6-out | Terça - Feira 7-out | Quarta - Feira 8-out | Quinta - Feira 9-out | Sexta - Feira 10-out | Média % |
|---|--|---|---|---|--|---------|
| Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15 | Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado) | Waffle de Banana (feito na escola) | Leite morno com um toque de canela Rosquinha de polvilho | Bolo mesclado simples (feito na escola e adoçado com açúcar mascavo) | Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido) | |
| | Fruta <i>(maçã)</i> | Fruta <i>(mamão)</i> | Fruta <i>(banana)</i> | Fruta (melancia ou melão) | Fruta <i>(banana)</i> | |
| Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15 | Sopa de lentilha | Aipim cozido ou Purê de Aipim Opção: Arroz integral cozido | Polenta cozida | Feijão Vermelho Arroz cozido | Suco de uva integral | |
| | com carne desfiada, legumes e batatinha | Carne de Panela ao molho de tomate | Frango refogado com legumes e molho de tomate | Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) | Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga | |
| | | Salada de beterraba e salada de repolho | Salada de alface | Salada de vagem e Salada de Acelga | e/ou ovo mexido ou cozido) | |
| | Fruta <i>(mamão)</i> | Fruta (melancia ou melão) | Fruta (maçã) | Fruta (laranja ou tangerina) | Fruta (banana) | |
| Almoço (Integral) | | Aipim cozido ou Purê de Aipim Arroz integral cozido | Polenta cozida | Feijão Vermelho Arroz cozido | Batata doce cozida Arroz cozido | |
| | Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha | Carne de Panela ao molho de tomate | Frango refogado com legumes e molho de tomate | Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) | Carne moída refogada com legumes e molho de tomate | |
| 11h - 11h30 | Datatiiiia | Salada de beterraba e salada de repolho | Salada de alface | Salada de vagem e Salada de Acelga | Salada de tomate | |
| | Torradinhas de pão | Salada de acelga | Salada de cenoura | Salada de brócolis | Salada de beterraba | |
| Lanche da Tarde (Integral) 14h45 - 15h | Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) | Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO) | Sanduíche de frango (pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO) | Bauru frio (Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate) | Suco de uva integral Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola) | |
| | Fruta <i>(mamão)</i> | Fruta (melancia ou melão) | Fruta <i>(maçã)</i> | Fruta (laranja ou tangerina) | Fruta (banana) | |
| Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30 | Sopa de lentilha | | | Feijão Vermelho Arroz cozido | Suco de uva integral | |
| | com carne desfiada, legumes e batatinha | Carne de Panela ao molho de tomate Salada de beterraba e salada de | Frango refogado com legumes e molho de tomate | Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de vagem e | Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido) | |
| | Fruta <i>(mamão)</i> | repolho Fruta (melancia ou melão) | Salada de alface Fruta <i>(maçã)</i> | Salada de Vagem e Salada de Acelga Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i> | e/ou ovo mexido ou cozido) Fruta (banana) | |
| | Trata (mamao) | Traca (metaneta da metad) | Trata (maça) | Traca paranja oa tangermaj | Trata (banana) | |



Alimentação Escolar

CEI Isabel Longo

Ensino Infantil

Zona urbana Faixa etária: 4 - 5 anos árias - PERÍODO PARCIAI

20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL 70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

| | Segunda - Feira 13-out | Terça - Feira 14-out | Quarta - Feira 15-out | Quinta - Feira 16-out | Sexta - Feira 17-out | 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 (feito na escola e adoçado com açúcar mascavo) Fruta (macã) | Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola) Fruta (mamão) | Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela) Fruta (laranja) | | | |
| Lanche da Manhã | Macarrão cozido | Purê de batata ou batata sauteé | Feijão preto | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | | | コ |
| | Carne moída refogada com legumes e molho de tomate | Opção: Arroz integral cozido | Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; | Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga | | | |
| (Parcial) 9h - 9h15 | Salada de Pepino | Peixe ensopado com molho de tomate | espinafre; couve; cenoura ralada) | e/ou queijo mussarela) | | | |
| | Salada de alface | Salada de repolho branco e roxo | Salada de vagem e Salada Acelga | | | | |
| | Fruta (melancia ou melão) | Fruta <i>(mamão)</i> | Fruta (laranja ou tangerina) | Fruta <i>(banana)</i> | | | _ |
| | Macarrão cozido | Purê de batata ou batata sauteé | Feijão preto | Feijão Carioca cozido | | | |
| | Carne moída refogada com legumes e molho de tomate | Arroz integral cozido | Arroz cozido | Arroz cozido | | | |
| Almoço (Integral) | Salada de Pepino | Peixe ensopado com molho de tomate | Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) | Carne de panela | RECESSO ESCOLAR | | |
| 11h - 11h30 | Salada de alface | Salada de repolho branco e roxo | Salada de vagem | Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) | | | |
| | Salada de repolho | Salada de chuchu | Salada de acelga | Salada de alface e couve-flor cozido | | | |
| Lanche da Tarde | Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne | Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, | Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga | Leite morno com um toque de baunilha | | | |
| (Integral) 14h45 - 15h | moída) | tomate e orégano - servir QUENTINHO) | e/ou ovo mexido ou cozido) | Rosquinha de polvilho Fruta <i>(banana)</i> | | | |
| | Fruta (melancia ou melão) | Fruta <i>(mamão)</i> | Fruta <i>(maçã)</i> | | | | |
| | Macarrão cozido | Purê de batata ou batata sauteé | Feijão preto | | | | |
| Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30 | Carne moída refogada com legumes e molho de tomate | Opção: Arroz integral cozido | Arroz cozido | Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga | | | |
| | Salada de Pepino | Peixe ensopado com molho de tomate | Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) | e/ou queijo mussarela) | | | |
| | Salada de alface | Salada de repolho branco e roxo | Salada de vagem e Salada Acelga | | | | |
| | Fruta (melancia ou melão) | Fruta <i>(mamão)</i> | Fruta (laranja ou tangerina) | Fruta <i>(banana)</i> | | | \sqcup |





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

| | Segunda - Feira | 20-out | Terça - Feira | 21-out | Quarta - Feira | 22-out | Quinta - Feira | 23-out | Sexta - Feira | 24-out | Média | % |
|---|--|--------|---|------------|--|--------|--|--------|--|----------|-------|---|
| Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15 | Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado) | | Waffle de Banana (feito na escola) | | Leite morno com um toque de canela Rosquinha de polvilho | | Bolo mesclado simples (feito na escola e adoçado com açúcar mascavo) | | Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola) | | | |
| | Fruta <i>(maçã)</i> | | Fruta <i>(mamão)</i> | | Fruta <i>(banana)</i> | | Fruta (melancia ou melão) | | Fruta (laranja) | | | |
| | Arroz cozido | | Feijão vermelho | | Batata doce co | zida | | | | | | |
| Lanche da Manhã | Frango refogado com legumes e molho de tomate | | Arroz cozido | | Arroz cozido Carne de Panela | | Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango) | | Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) | | | |
| (Parcial) 9h - 9h15 | Salada de abobrinha | | Omelete de espinafre | | | | | | | | | |
| 911-91115 | Salada de repolho com tomate Fruta (mamão) | | Salada de vagem Fruta <i>(maçã)</i> | | Salada de cenoura e Fruta <i>(banan</i> | | Fruta (melancia ou melão) | | Fruta (laranja ou tangerina) | | | |
| | Arroz cozido | | Feijão vermelh | | Batata doce co | zida | , | | | | | |
| Almoço (Integral) 11h - 11h30 | Frango refogado com legumes e molho de tomate | | Arroz cozido | | Arroz cozido | o | Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes | | Feijão Preto com carne | | | |
| | Salada de abobrinha | | Omelete de espinafre | | Carne de Pan | ela | | | Arroz cozido |) | | |
| | Salada de repolho com tomate | | Salada de vage | m | Salada de cenc | ura | variados e frango) | | Farofa colorida (farinha o espinafre; couve; cer | , | | |
| | Salada de cenoura | | Salada de beterraba | | Salada de Chu | chu | Torradas de pão | | Salada de couve | -flor | | |
| Lanche da Tarde (Integral) 14h45 - 15h | Sanduíche de frango (pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO) Fruta (mamão) | | Sanduíche de O (Pão tipo minuto integral co e/ou ovo mexido ou co | m manteiga | Bauru frio (Pão fatiado com mante muçarela fatiado e t | | Pão pizza (pão integral fatiado assado tomate e orégano - servir C | | Buraco Negro (Pão tipo francês com mol moída) | | | |
| | | | Fruta <i>(maçã)</i> | | Fruta (banan | a) | Fruta (melancia ou melão) | | Fruta (laranja ou tangerina) | | | |
| Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30 | Arroz integral cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate | | Feijão vermelh Arroz cozido | 00 | Batata doce co Arroz cozido | | Sopa de legum (macarrão tipo "letrinhas | | Buraco Negro (Pão tipo francês com mol | | | |
| | Salada de abobrinha Salada de repolho com tomate Fruta <i>(mamão)</i> | | Omelete de espin Salada de vage Fruta <i>(maçã)</i> | m | Carne de Pano Salada de cenoura e Fruta <i>(banan</i> o | chuchu | variados e frango) Fruta (melancia ou melão) | | moída) Fruta (laranja ou tar | naerina) | | |
| | Fruta (mumuo) | | riula (iiiuçu) | | ri uta (Dullullu) | | Traca (meiancia da meiad) | | Traca (laranja ba tar | igerina) | | |