



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	27-out	Terça - Feira	28-out	Quarta - Feira	29-out	Quinta - Feira	30-out	Sexta - Feira	31-out	Média	%
Café da Manhã (Integral) 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>							
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15	Macarrão cozido <i>Frango refogado com legumes e molho de tomate</i> Salada de vagem Salada de pepino Fruta <i>(banana)</i>	Arroz cozido <i>Carne moída refogada com legumes e tempero verde</i> Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido Fruta <i>(melancia ou melão)</i>	Polenta cozida <i>Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola</i> Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta <i>(mamão)</i>	Feijão Preto cozido Arroz cozido <i>Farofa colorida (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>							
Almoço (Integral) 11h - 11h30	Macarrão cozido <i>Frango refogado com legumes e molho de tomate</i> Salada de vagem Salada de pepino Salada de cenoura	Arroz cozido Taiá cozido <i>Carne moída refogada com legumes e tempero verde</i> Salada de brócolis cozido Salada de Repolho	Polenta cozida <i>Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola</i> Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Salada mista de acelga	Feijão Preto cozido Arroz cozido Ovo mexido <i>Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i> Salada de alface e couve-flor cozido	Purê de batatinha Arroz cozido Frango assado <i>(coxa e sobrecoxa)</i> <i>Salada de repolho</i> Salada 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> 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>							
Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30	Macarrão cozido <i>Frango refogado com legumes e molho de tomate</i> Salada de vagem Salada de pepino Fruta <i>(banana)</i>	Arroz cozido <i>Carne moída refogada com legumes e tempero verde</i> Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido	Polenta cozida <i>Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola</i> Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta <i>(mamão)</i>	Feijão Preto cozido Arroz cozido <i>Farofa colorida (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	3-nov	Terça - Feira	4-nov	Quarta - Feira	5-nov	Quinta - Feira	6-nov	Sexta - Feira	7-nov	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 (maçã)		Fruta (mamão)		Fruta (banana)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (banana)			
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha		Aipim cozido ou Purê de Aipim Opção: Arroz integral cozido Carne de Panela ao molho de tomate Salada de beterraba e salada de repolho		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de alface		Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de vagem e Salada de Acelga		Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)			
	Fruta (mamão)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (maçã)		Fruta (laranja ou tangerina)		Fruta (banana)			
Almoço (Integral) 11h - 11h30	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha		Aipim cozido ou Purê de Aipim Arroz integral cozido Carne de Panela ao molho de tomate Salada de beterraba e salada de repolho		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de alface		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			
	Torradinhas de pão		Salada de acelga		Salada de cenoura				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)		Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola)			
	Fruta (mamão)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (maçã)		Fruta (laranja ou tangerina)		Fruta (banana)			
Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha		Aipim cozido ou Purê de Aipim Opção: Arroz integral cozido Carne de Panela ao molho de tomate Salada de beterraba e salada de repolho		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de alface		Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de vagem e Salada de Acelga		Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)			
	Fruta (mamão)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (maçã)		Fruta (laranja ou tangerina)		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	10-nov	Terça - Feira	11-nov	Quarta - Feira	12-nov	Quinta - Feira	13-nov	Sexta - Feira	14-nov	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 (<i>maçã</i>)		Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola) Fruta (<i>mamão</i>)		Bolo de chocolate saudável (adoçado com açúcar mascavo e feito na escola) Fruta (<i>melancia ou melão</i>)		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela) Fruta (<i>laranja</i>)			
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15	Macarrão cozido Carne moída refogada com legumes e molho de tomate Salada de Pepino Salada de alface Fruta (<i>melancia ou melão</i>)		Purê de batata ou batata sauté Opção: Arroz integral cozido Peixe ensopado com molho de tomate 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 refogado com legumes e molho de tomate Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Fruta (<i>maçã</i>)		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela) Fruta (<i>banana</i>)			
Almoço (Integral) 11h - 11h30	Macarrão cozido Carne moída refogada com legumes e molho de tomate Salada de Pepino Salada de alface Salada de repolho		Purê de batata ou batata sauté Arroz integral cozido Peixe ensopado com molho de tomate 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 refogado com legumes e molho de tomate 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			
Lanche da Tarde (Integral) 14h45 - 15h	Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (<i>melancia ou melão</i>)		Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO) Fruta (<i>mamão</i>)		Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido) Fruta (<i>maçã</i>)		Sanduíche de frango (pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO) Fruta (<i>laranja ou tangerina</i>)		Leite morno com um toque de baunilha Rosquinha de polvilho Fruta (<i>banana</i>)			
Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30	Macarrão cozido Carne moída refogada com legumes e molho de tomate Salada de Pepino Salada de alface Fruta (<i>melancia ou melão</i>)		Purê de batata ou batata sauté Opção: Arroz integral cozido Peixe ensopado com molho de tomate 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 refogado com legumes e molho de tomate Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Fruta (<i>maçã</i>)		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela) 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	17-nov	Terça - Feira	18-nov	Quarta - Feira	19-nov	Quinta - Feira	20-nov	Sexta - Feira	21-nov	Média	%
Café da Manhã (Integral) 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		FERIADO		Waffle salgado de polvilho com queijo <i>(feito na escola)</i> Fruta <i>(laranja)</i>			
Lanche da Manhã (Parcial) 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>				Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i> Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>			
Almoço (Integral) 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				Feijão Preto com carne Arroz cozido Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura)</i> Salada de couve-flor			
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> 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>				Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i> Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>			
Lanche da Tarde (Parcial) 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>				Buraco Negro <i>(Pão tipo francês com molho de carne moída)</i> Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>			