



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz Creche - B5, B6 e Maternais

Zona urbana
Faixa etária acima de 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS 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	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (mamão)		Fruta (melão)		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 7h30min (B5/B6/M1) 8h (M2/M3/M4)	Sanduíche de Ovo (Pão de integral com manteiga e ovo mexido e alface) Obs: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio .		Waffle de pão de queijo saudável feito na escola Obs.: Fazer a receita de pão de queijo e colocar na máquina de Waffle (pág. 54 ou pág. 68 do livro de receitas) <u>Leite morno com baunilha</u>		Sanduíche de Queijo Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado e tomate em rodela - servir QUENTINHO) Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.		Bolo de Banana com aveia sem açúcar - adoçado com purê de uvas passas ou ameixa (feito na Creche - pág. 49 ou pág. 67 do livro de receitas) <u>Leite morno</u> (aquecido com canela em pau POUÇO)		"Cachorro-quente" de frango (pão mini integral com molho de peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada, tomate e tempero verde - fazer úmido e servir QUENTINHO) - pág. 91 do livro de receitas. Obs.: Oferecer só pão aos alunos que não quiserem recheio.			
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>Macarrão penne ou rigatoni cozido</u> <u>Molho de frango desfiado</u> com legumes bem picadinhos ou ralados <u>Salada</u> de vagem Salada de tomate <u>Fruta</u> (pêra)		<u>Feijão Preto cozido</u> <u>Arroz parboilizado cozido</u> <u>Farofa colorida</u> (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura <u>Salada</u> de alface e couve-flor cozido <u>Fruta</u> (Tangerina ou Laranja)		<u>Purê de batatinha</u> com cenoura cozida <u>Opção: Arroz integral cozido</u> <u>Carne de Panela</u> (refogado com tomate e tempero verde) <u>Salada</u> de pepino cru <u>Fruta</u> (manga)		<u>Polenta cozida mole</u> <u>Opção: Arroz integral cozido</u> <u>Filé de tilápia refogado com</u> <u>molho de tomate</u> comerem com a polenta - pág. 80 do <u>Salada</u> de repolho branco e roxo <u>Fruta</u> (melancia)		<u>Feijão vermelho cozido</u> <u>Arroz cozido</u> <u>Bolo de Carne moída Assado</u> <u>no forno</u> <u>Salada</u> de beterraba Salada de brócolis cozido <u>Fruta</u> (Caqui)			

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.
Oferecer entre as refeições água para as crianças.
Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz Creche - B5, B6 e Maternais

Zona urbana
Faixa etária acima de 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
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	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (manga)		Fruta (Maçã)		Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 7h30min (B5/B6/M1) 8h (M2/M3/M4)	<u>Sanduíche de Queijo</u> <u>Pão de mistura manteiga e</u> <u>queijo mussarela fatiado -</u> <u>servir QUINTINHO)</u> Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.		<u>Bolo simples (sem açúcar) -</u> feito na creche - pág. 57 do livro de receitas		<u>Sanduíche de patê de frango</u> <u>com cenoura</u> (pão de mistura com peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada e temperos naturais - pág. 43 do livro de receitas)		<u>Waffle saudável</u> feito na escola - pág. 56 do livro de receitas Opção: Rosquinha de polvilho <u>Leite morno com baunilha</u>		<u>Pão pizza</u> (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUINTINHO)			
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>Polenta cozida</u> <u>Carne moída</u> refogada e ao molho tomate com legumes picadinhos ou ralados <u>Salada de couve-flor cozida e</u> Salada de Alface <u>Fruta</u> (mamão)		<u>Feijão Preto cozido</u> <u>Arroz parboilizado cozido</u> <u>Farofa de milho</u> (feita com farinha de Biju, couve e cenoura ralada) <u>Salada de alface e abobrinha</u>		<u>Aipim cozido</u> Obs.: se o aipim não cozinhar bem, bater no Opção: Arroz integral cozido <u>Carne de Panela picadinha ao</u> molho de tomate feito na creche <u>Salada de beterraba e salada</u> de repolho		<u>Feijão carioca cozido</u> <u>Arroz parboilizado cozido</u> <u>Omelete de espinafre</u> <u>Salada de vagem e Salada de</u> tomate		<u>"Risoto de frango"</u> Servir separado <u>Arroz cozido</u> <u>Peito de frango picadinho e</u> refogado ao molho de tomate feito na escola <u>Abóbora cozida e</u> <u>Salada de acelga</u> <u>Fruta</u> (pêra)			

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.

Oferecer entre as refeições água para as crianças.

Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz Creche - B5, B6 e Maternais

Zona urbana
Faixa etária acima de 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS 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	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (mamão)		Fruta (melão)		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 7h30min (B5/B6/M1) 8h (M2/M3/M4)	<u>Sanduíche de Ovo</u> (Pão de integral com manteiga e ovo mexido e alface) Obs: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio .		<u>Waffle de pão de queijo</u> saudável feito na escola Obs.: Fazer a receita de pão de queijo e colocar na máquina de Waffle (pág. 54 ou pág. 68 do livro de receitas) <u>Leite morno com baunilha</u>		<u>Sanduíche de Queijo</u> (Pão de mistura com requeijão saudável (pág. 43 do livro de receitas) e queijo mussarela fatiado e tomate em rodela - servir QUENTINHO) Obs.: Oferecer só pão com o requeijão saudável ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.		<u>Bolo de Maçã</u> sem açúcar (feito na Creche) - pág. 60 do livro de receitas <u>Leite morno</u> (aquecido com canela em pau POUÇO)		<u>"Cachorro-quente"</u> de frango (pão mini integral com molho de peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada, tomate e tempero verde - fazer úmido e servir QUENTINHO) - pág. 91 do livro de receitas. Obs.: Oferecer só pão aos alunos que não quiserem recheio.			
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>Macarrão penne ou rigatoni cozido</u> <u>Carne moída</u> refogada e ao molho tomate com legumes picadinhos ou ralados <u>Salada</u> de vagem Salada de tomate <u>Fruta</u> (maçã)		<u>Creme de Milho</u> feito na escola <u>Arroz</u> parboilizado cozido <u>Frango Assado</u> (sobrecoxa) <u>Salada</u> de repolho branco e roxo <u>Fruta</u> (melancia)		<u>Feijão</u> preto cozido <u>Arroz</u> parboilizado cozido <u>Farofa colorida</u> (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura <u>Salada</u> de vagem e Salada de pepino <u>Fruta</u> (manga)		<u>Polenta</u> cozida mole <u>Opção: Arroz integral cozido</u> <u>Peito de frango</u> picadinho e refogado ao molho de tomate feito na escola <u>Salada</u> de Beterraba e Salada de Brócoli <u>Fruta</u> (melão)		<u>Batatinha</u> cozida tipo sauté <u>Opção: Arroz integral cozido</u> <u>Filé de tilápia</u> assada Obs.: Fazer <u>molho de tomate à parte para</u> <u>Salada</u> de acelga e Salada de tomate <u>Fruta</u> (pêra)			

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.

Oferecer entre as refeições água para as crianças.

Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz Creche - B5, B6 e Maternais

Zona urbana
Faixa etária acima de 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
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	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (mamão)		Fruta (Caqui)		Fruta (banana)		FERIADO		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 7h30min (B5/B6/M1) 8h (M2/M3/M4)	Sanduíche de Queijo Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado - servir QUINTINHO) Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.		Bolo de laranja (sem açúcar) - feito na creche - pág. 63 do livro de receitas Leite morno (com cacau em pó)		Sanduíche de patê de frango com cenoura (pão de mistura com peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada e temperos naturais - pág. 43 do livro de receitas)				Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUINTINHO)			
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	Polenta cozida mole Opção: Arroz integral cozido Molho de frango desfiado com legumes bem picadinhos ou ralados Salada de vagem Salada de tomate Fruta (manga)		Arroz cozido Feijão preto cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura Salada de repolho branco e roxo e Salada de pepino Fruta (melancia)		Batata doce assada no forno Opção: Arroz integral cozido Carne de Panela picadinha ao molho de tomate feito na creche Salada de chuchu e Salada de cenoura Fruta (tangerina)				Lentilha cozida Arroz parboilizado cozido Omelete de espinafre Salada de vagem e Salada de tomate Fruta (pêra)			

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.
Oferecer entre as refeições água para as crianças.
Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.