



Alimentação Escolar

CEI Criança Feliz Creche - B3 e B4

Zona urbana

Faixa etária das turmas B3 e B4

30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAL

70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2026

	Segunda - Feira Fruta 7:30h e 12h	16-fev <u>Sanduíche de Ovo</u> (Pão de integral com manteiga e ovo mexido ou cozido fatiado e alface) <i>Obs: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio .</i>	Terça - Feira Refeição I Manhã 9h - 9:30h Tarde 15h - 15:30h	17-fev <u>Waffle de pão de queijo</u> saudável feito na escola <i>Obs.: Fazer a receita de pão de queijo e colocar na máquina de Waffle (pág. 54 ou pág. 68 do livro de receitas)</i>	Quarta - Feira Refeição I Manhã 9h - 9:30h Tarde 15h - 15:30h	18-fev <u>Sanduíche de Queijo</u> (Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado e tomate em rodelas - servir QUENTINHO) <i>Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.</i>	Quinta - Feira Refeição I Manhã 9h - 9:30h Tarde 15h - 15:30h	19-fev <u>Bolo de Banana</u> com aveia sem açúcar - adoçado com purê de uvas passas ou ameixa (feito na Creche - pág. 49 ou pág. 67 do livro de receitas)	Sexta - Feira Refeição I Manhã 9h - 9:30h Tarde 15h - 15:30h	20-fev <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. <i>Obs.: Oferecer só pão aos alunos que não quiserem recheio.</i>	Média	%

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 - B3 e B4

Zona urbana

Faixa etária das turmas B3 e B4

30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAL

70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2026

	Segunda - Feira 23-fev	Terça - Feira 24-fev	Quarta - Feira 25-fev	Quinta - Feira 26-fev	Sexta - Feira 27-fev	Média	%
Fruta 7:30h e 12h	<u>Sanduíche de Queijo</u> <u>Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado - servir QUENTINHO</u> <u>Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.</u>	<u>Bolo simples (sem açúcar)</u> - feito na creche - pág. 57 do livro de receitas	<u>Sanduíche de patê de frango com cenoura</u> <u>(pão de mistura com peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada e temperos naturais - pág. 43 do livro de receitas)</u>	<u>Waffle saudável</u> feito na escola - pág. 56 do livro de receitas <u>Opção: Rosquinha de polvilho</u>	<u>Pão pizza</u> <u>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</u>		
Refeição I Manhã 9h - 9:30h Tarde 15h - 15:30h	<u>Sopa de músculo desfiado com macarrão tipo padre nosso e legumes (ex.: cenoura, chuchu, couve-flor, brócolis; tempero verde e salsinha)</u>	<u>Feijão Preto cozido e amassado</u> <u>Arroz branco cozido e amassado</u> <u>Purê de abóbora (abóbora cozida e amassada)</u> <u>Salada de abobrinha refogada amassada</u>	<u>Purê de Aipim (cozido e amassado)</u> <u>Opção: Arroz integral cozido</u> <u>Carne de Panela (carne em cubos refogado, desfiado e ensopadinho com tomate e tempero verde)</u> <u>Salada de beterraba cozida e amassada</u>	<u>Feijão vermelho ou carioca cozido e amassado</u> <u>Arroz branco cozido e amassado</u> <u>Omelete de espinafre</u> <u>Salada de vagem cozida e amassada</u>	<u>Arroz cozido e amassado com espinafre picadinho</u> <u>Carne moída refogada com legumes e tempero verde</u> <u>Purê de grão de bico</u> <u>Salada de chuchu cozido e amassado</u>		
Refeição II 17:30h	<u>Fruta (manga ou mamão em pedaços)</u>	<u>Fruta (Caqui ou melancia em pedaços)</u>	<u>Fruta (banana em pedaços)</u>	<u>Fruta (laranja ou tangerina em pedaços)</u>	<u>Fruta (pera ou melão em pedaços)</u>		

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 - B3 e B4

Zona urbana

Faixa etária das turmas B3 e B4

30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAL

70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2026

	Segunda - Feira 2-mar	Terça - Feira 3-mar	Quarta - Feira 4-mar	Quinta - Feira 5-mar	Sexta - Feira 6-mar	Média	%
Fruta 7:30h e 12h	<u>Sanduíche de Ovo</u> <i>(Pão de integral com manteiga e ovo mexido ou cozido fatiado e alface)</i> <i>Obs: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio .</i>	<u>Waffle de pão de queijo</u> saudável feito na escola <i>Obs.: Fazer a receita de pão de queijo e colocar na máquina de Waffle (pág. 54 ou pág. 68 do livro de receitas)</i>	<u>Sanduíche de Queijo</u> <i>(Pão de mistura com requeijão saudável (pág. 43 do livro de receitas) e queijo mussarela fatiado e tomate em rodelas - servir QUENTINHO)</i> <i>Obs.: Oferecer só pão com o requeijão saudável ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.</i>	<u>Bolo de Maçã</u> <i>(feito na Creche) - pág. 60 do livro de receitas - adoçado com purê de uvas passas ou ameixa</i>	<u>"Cachorro-quente" de frango</u> <i>(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.</i> <i>Obs.: Oferecer só pão aos alunos que não quiserem recheio.</i>		
Refeição I Manhã 9h - 9:30h Tarde 15h - 15:30h	Sopão <i>(Peito de frango, macarrão tipo aletria e legumes)</i>	Creme de Milho feito na escola Arroz branco <i>cozido e amassado</i> Frango Assado (<i>sobrecoxa</i>) <i>desfiado</i> Salada de abobrinha <i>refogada amassada</i>	Polenta cozida <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Carne moída <i>refogada com legumes e tomate</i> Salada de Beterraba <i>cozida e amassada</i> Salada de couve-flor <i>cozido e amassado</i>	Feijão preto <i>cozido e amassado</i> Arroz branco <i>cozido e amassado</i> Ovo cozido e amassadinho Salada de vagem <i>cozida e amassada</i>	Purê de batata ou batata cozida (<i>amassada</i>) <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Filé de tilápia <i>desfiado e ensopado</i> Refogado de legumes (<i>ex.: cenoura; chuchu; espinafre; abobrinha; brócolis...</i>) - <i>amassadinho</i>		
Refeição II 17:30h	Fruta (banana amassada ou em pedaços)	Fruta (Laranja ou tangerina em pedaços)	Fruta (mamão ou manga em pedaços)	Fruta (pera ou melão em pedaços)	Fruta (maçã ou melancia em pedaços)		

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 - B3 e B4

Zona urbana

Faixa etária das turmas B3 e B4

30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAL

70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2026

	Segunda - Feira 9-mar	Terça - Feira 10-mar	Quarta - Feira 11-mar	Quinta - Feira 12-mar	Sexta - Feira 13-mar	Média	%
Fruta 7:30h e 12h	<u>Sanduíche de Queijo</u> <i>Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado - servir QUENTINHO</i> <i>Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.</i>	<u>Bolo de laranja</u> <i>(sem açúcar) - feito na creche - pág. 63 do livro de receitas</i>	<u>Sanduíche de patê de frango com cenoura</u> <i>(pão mini integral com peito de frango desfiado refogado com cenoura ralada e temperos naturais - pág. 43 do livro de receitas)</i>	<u>Waffle saudável</u> feito na escola - pág. 56 do livro de receitas <i>Opção: Rosquinha de polvilho</i>	<u>Pão pizza</u> <i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)</i>		
Refeição I da Manhã Integral e Parcial - 9:30h Refeição I da Tarde Integral e Parcial - 15:30h	Sopa de legumes <i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango desfiado)</i>	Feijão preto <i>cozido e amassado</i> Arroz branco <i>cozido e amassado</i> Legumes cozidos (ex.: cenoura; chuchu; espinafre; abobrinha; brócolis...) - <i>amassadinho</i> Beterraba <i>cozida e amassada</i>	Batata doce <i>cozida e amassada</i> <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Carne de Panela <i>(carne em cubos refogado, desfiado e ensopadinho com tomate e tempero verde)</i> Salada de cenoura <i>cozida e amassada</i>	Polenta cozida <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Molho de frango <i>refogado e e desfiado com legumes</i> Abóbora <i>(cozida e amassada)</i>	Lentilha <i>cozida e amassada</i> Arroz branco <i>cozido e amassado</i> Omelete de espinafre Salada de vagem <i>cozida e amassada</i>		
Refeição II 17:30h	Fruta <i>(manga ou mamão em pedaços)</i>	Fruta <i>(Caqui ou melancia em pedaços)</i>	Fruta <i>(banana em pedaços)</i>	Fruta <i>(laranja ou tangerina em pedaços)</i>	Fruta <i>(pera ou melão em pedaços)</i>		

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.