

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

2026

	Segunda - Feira Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15	9-fev Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado) Fruta (banana)	Terça - Feira Bolo de laranja (feito na escola e adoçado com açúcar mascavo) Fruta (maçã)	10-fev Quarta - Feira Mascau (Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo) Rosquinha de polvilho Fruta (mamão)	11-fev Quinta - Feira Bolo de chocolate saudável (adoçado com açúcar mascavo e feito na escola) Fruta (melancia ou melão)	12-fev Sexta - Feira Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo Fruta (laranja ou tangerina)	13-fev	Média	%
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15	Macarrão cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de vagem Salada de pepino Fruta (banana)	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 cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta (mamão)	Feijão Preto cozido Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de alface e couve-flor cozido Fruta (laranja ou tangerina)	Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola) Fruta (maçã)				
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 cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Salada mista de acelga	Feijão Preto cozido Arroz cozido Ovo mexido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de alface e couve-flor cozido	Purê de batatinha Arroz cozido Frango assado (coxa e sobrecoxa) Salada de repolho Salada alface				
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 (banana)	Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (melancia ou melão)	Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO) Fruta (mamão)	Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido) Fruta (laranja ou tangerina)	Bauru frio (Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate) Fruta (maçã)				
Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30	Macarrão cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de vagem Salada de pepino Fruta (banana)	Arroz cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido	Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta (mamão)	Feijão Preto cozido Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de alface e couve-flor cozido Fruta (laranja ou tangerina)	Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola) Fruta (maçã)				



CEI Isabel Longo

Ensino Infantil

Zona urbana
Faixa etária: 4 - 5 anos

2026

	Segunda - Feira	16-fev	Terça - Feira	17-fev	Quarta - Feira	18-fev	Quinta - Feira	19-fev	Sexta - Feira	20-fev	Média	%
Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15	Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado) Fruta (maçã)	Waffle de Banana (feito na escola) Fruta (mamão)	Leite morno com um toque de canela Rosquinha de polvilho Fruta (banana)	Bolo mesclado simples (feito na escola e adoçado com açúcar mascavo) Fruta (melancia ou melão)	Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido) Fruta (banana)							
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha Fruta (mamão)	Aipim cozido ou Purê de Aipim Opção: Arroz integral cozido Carne de Panela ao molho de tomate Salada de beterraba e salada de repolho Fruta (melancia ou melão)	Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de alface Fruta (maçã)	Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de vagem e Salada de Acelga Fruta (laranja ou tangerina)	Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido) Fruta (banana)							
Almoço (Integral) 11h - 11h30	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha Torradinhas de pão	Aipim cozido ou Purê de Aipim Arroz integral cozido Carne de Panela ao molho de tomate Salada de beterraba e salada de repolho Salada de acelga	Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de alface Salada de cenoura	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 Salada de beterraba							
Lanche da Tarde (Integral) 14h45 - 15h	Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (mamão)	Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO) Fruta (melancia ou melão)	Sanduíche de frango (pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO) Fruta (maçã)	Bauru frio (Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate) Fruta (laranja ou tangerina)	Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola) Fruta (banana)							
Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha Fruta (mamão)	Aipim cozido ou Purê de Aipim Opção: Arroz integral cozido Carne de Panela ao molho de tomate Salada de beterraba e salada de repolho Fruta (melancia ou melão)	Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de alface Fruta (maçã)	Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de vagem e Salada de Acelga Fruta (laranja ou tangerina)	Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido) Fruta (banana)							



	Segunda - Feira	23-fev	Terça - Feira	24-fev	Quarta - Feira	25-fev	Quinta - Feira	26-fev	Sexta - Feira	27-fev	Média	%
Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15	Mascau (Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo) Rosquinha de polvilho Fruta (banana)		Bolo de laranja (feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)		Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola)		Bolo de chocolate saudável (adoçado com açúcar mascavo e feito na escola)		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)			
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15	Macarrão cozido Carne moída refogada com legumes e molho de tomate Salada de Pepino Salada de alface Fruta (melancia ou melão)		Purê de batata ou batata sautéé <i>Opção: Arroz integral cozido</i>		Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de Beterraba		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)			
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 sautéé Arroz integral cozido Peixe ensopado com molho de tomate Salada de repolho branco e roxo Salada de chuchu		Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor		Feijão Carioca cozido Arroz cozido Carne de panela Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)			
Lanche da Tarde (Integral) 14h45 - 15h	Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (melancia ou melão)		Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO)		Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)		Sanduíche de frango (pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)		Leite morno com um toque de baunilha Rosquinha de polvilho Fruta (banana)			
Lanche da Tarde (Parcial) 15h15 - 15h30	Macarrão cozido Carne moída refogada com legumes e molho de tomate Salada de Pepino Salada de alface Fruta (melancia ou melão)		Purê de batata ou batata sautéé <i>Opção: Arroz integral cozido</i>		Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela)			



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

2026

	Segunda - Feira Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15	Terça - Feira 2-mar Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado) Fruta (maçã)	Quarta - Feira 3-mar Waffle de Banana (feito na escola) Fruta (mamão)	5-mar Leite morno com um toque de canela Rosquinha de polvilho Fruta (banana)	Quinta - Feira 4-mar Bolo mesclado simples (feito na escola e adoçado com açúcar mascavo) Fruta (melancia ou melão)	Sexta - Feira 6-mar Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola) Fruta (laranja)	Média	%
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 (mamão)	Feijão vermelho Arroz cozido Omelete de espinafre Salada de vagem Fruta (maçã)	Batata doce cozida Arroz cozido Carne de Panela Salada de cenoura e chuchu Fruta (banana)	Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)	Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída)			
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	Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)	Feijão Preto com carne Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura) 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 Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido) Fruta (maçã)	Bauru frio (Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate) Fruta (banana)	Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO) Fruta (melancia ou melão)	Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (laranja ou tangerina)			
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 (mamão)	Feijão vermelho Arroz cozido Omelete de espinafre Salada de vagem Fruta (maçã)	Batata doce cozida Arroz cozido Carne de Panela Salada de cenoura e chuchu Fruta (banana)	Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)	Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (laranja ou tangerina)			