



# 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

# 2026

	Segunda - Feira	11-mai	Terça - Feira	12-mai	Quarta - Feira	13-mai	Quinta - Feira	14-mai	Sexta - Feira	15-mai	Média	%
<b>Fruta em sala</b> 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (mamão)		Fruta (melão)		Fruta (maçã)			
<b>Café da Manhã</b> 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.			
<b>Almoço</b> 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4)  <b>Jantar</b> 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 de vagem</u> 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 de alface e couve-flor</u> cozido  <u>Fruta</u> (Tangerina ou Laranja)		<u>Purê de batatinha com cenoura cozida</u>  <u>Opção: Arroz integral cozido</u>  <u>Carne de Panela</u> (refogado com tomate e tempero verde)  <u>Salada de pepino cru</u>  <u>Fruta</u> (manga)		<u>Polenta cozida mole</u>  <u>Opção: Arroz integral cozido</u>  <u>Filé de tilápia refogado com molho de tomate com</u> com a polenta - pág. 80 do <u>Salada de repolho branco e</u> roxos  <u>Fruta</u> (melancia)		<u>Feijão vermelho cozido</u>  <u>Arroz cozido</u>  <u>Bolo de Carne moída Assado</u> no forno  <u>Salada de beterraba</u> 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 PARCIAL  
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

# 2026

	Segunda - Feira	18-mai	Terça - Feira	19-mai	Quarta - Feira	20-mai	Quinta - Feira	21-mai	Sexta - Feira	22-mai	Média	%
<b>Fruta em sala</b> 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (manga)		Fruta (Caqui)		Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (maçã)			
<b>Café da Manhã</b> 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 simples (sem açúcar) - feito na creche - pág. 57 do livro de receitas  Leite morno (com cacau em pó)		Waffle saudável feito na escola - pág. 56 do livro de receitas  Opção: Rosquinha de polvilho  Leite morno com baunilha		Pão com doce 100% frutas orgânicas e sem açúcar adicionado (pão de mistura com geleia 100% frutas orgânicas (morango com tâmara ou banana, sem açúcar adicionado e/ou manteiga)  Leite morno (com cacau em pó)		Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUINTINHO)			
<b>Almoço</b> 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4)  <b>Jantar</b> 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	Sopa de músculo com macarrão (letrinha, padre nosso ou aletria) e legumes bem picadinhos ou ralados (ex.: cenoura, chuchu, couve-flor, brócolis; tempero verde e salsinha)  Torrinhas de pão  Fruta (mamão)		Feijão Preto cozido  Arroz parboilizado cozido  Farofa de milho (feita com farinha de Biju, couve e cenoura ralada)  Salada de alface e abobrinha		Aipim cozido Obs.: se o aipim não cozinhar bem, bater no  Opção: Arroz integral cozido  Carne de Panela picadinha ao molho de tomate feito na creche  Salada de beterraba e salada de repolho  Fruta (melancia)		Feijão carioca cozido  Arroz parboilizado cozido  Omelete de espinafre  Salada de vagem e Salada de tomate  Fruta (melão)		"Risoto de frango" Servir separado  Arroz cozido  Peito de frango picadinho e refogado ao molho de tomate feito na escola  Abóbora cozida e Salada de acelga  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.



# 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

# 2026

	Segunda - Feira	25-mai	Terça - Feira	26-mai	Quarta - Feira	27-mai	Quinta - Feira	28-mai	Sexta - Feira	29-mai	Média	%	
<b>Fruta em sala</b> 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (mamão)		Fruta (melão)		Fruta (maçã)				
<b>Café da Manhã</b> 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.				
<b>Almoço</b> 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4)  <b>Jantar</b> 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>Macarrão</u> integral cozido  <u>Carne moída</u> refogada e ao molho tomate com legumes picadinhos ou ralados  <u>Salada</u> de couve-flor cozida e Salada de Alface  <u>Fruta</u> (Caqui)		<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>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>Polenta</u> cozida mole  Opção: <u>Arroz integral</u> cozido  <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>Batatinha</u> cozida tipo sauté  Opção: <u>Arroz integral</u> cozido  <u>Filé de tilápia</u> assada Obs.: Fazer <u>molho de tomate</u> à parte para  <u>Salada</u> de acelga e Salada de tomate				

**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

# 2026

	Segunda - Feira	1-jun	Terça - Feira	2-jun	Quarta - Feira	3-jun	Quinta - Feira	4-jun	Sexta - Feira	5-jun	Média	%	
<b>Fruta em sala</b> 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (mamão)		Fruta (Caqui)		Fruta (banana)				Fruta (maçã)				
<b>Café da Manhã</b> 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 de laranja</u> (sem açúcar) - feito na creche - pág. 63 do livro de receitas  <u>Leite morno</u> (com cacau em pó)		<u>Waffle saudável</u> feito na escola - pág. 56 do livro de receitas  <u>Opção: Rosquinha de</u> <u>polvilho</u>  <u>Leite morno com baunilha</u>		<b>FERIADO</b>		<u>Pão com doce 100% frutas</u> <u>orgânicas e sem açúcar</u> <u>adicionado</u> (pão de mistura com geleia 100% frutas orgânicas (morango com tâmara ou banana, sem açúcar adicionado e/ou manteiga)  <u>Leite morno</u> (com cacau em pó)				
<b>Almoço</b> 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4)	<u>Sopa de legumes</u> (com macarrão (letrinha, padre nosso ou aletria), legumes bem picadinhos/ralados e peito de frango)		<u>Arroz cozido</u>  <u>Feijão preto cozido</u>  <u>Farofa colorida</u> (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura <u>Salada de repolho branco e</u> roxo e Salada de pepino		<u>Batata doce</u> assada no forno  <u>Opção: Arroz integral cozido</u>  <u>Carne de Panela</u> picadinha ao molho de tomate feito na creche <u>Salada de chuchu e Salada de</u> cenoura				<u>Lentilha cozida</u>  <u>Arroz parboilizado cozido</u>  <u>Omelete de espinafre</u>  <u>Salada de vagem e Salada de</u> tomate				
<b>Jantar</b> 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>Torradinhas de pão</u>  <u>Fruta</u> (manga)		<u>Fruta</u> (melancia)		<u>Fruta</u> (tangerina)				<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.