



# 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	3-ago	Terça - Feira	4-ago	Quarta - Feira	5-ago	Quinta - Feira	6-ago	Sexta - Feira	7-ago	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 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.		<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)  <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 penne ou rigatoni</u> <u>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 PARCIAL  
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

# 2026

	Segunda - Feira	10-ago	Terça - Feira	11-ago	Quarta - Feira	12-ago	Quinta - Feira	13-ago	Sexta - Feira	14-ago	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)	<u>Sanduíche de Queijo</u> <u>Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado - servir QUINTINHO</u> <i>Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.</i>		<u>Bolo simples (sem açúcar)</u> - feito na creche - pág. 57 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  <i>Opção: Rosquinha de polvilho</i>  <u>Leite morno com baunilha</u>		<u>Pão com doce 100% frutas orgânicas e sem açúcar adicionado</u> <i>(pão de mistura com geleia 100% frutas orgânicas (morango com tâmara ou banana, sem açúcar adicionado e/ou manteiga)</i>  <u>Leite morno</u> (com cacau em pó)		<u>Pão pizza</u> <i>(pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUINTINHO)</i>			
<b>Almoço</b> 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4)  <b>Jantar</b> 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>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)</u>  <u>Torradinhas de pão</u>  <u>Fruta</u> (mamão)		<u>Feijão Preto cozido</u>  <u>Arroz</u> parboilizado cozido  <u>Farofa</u> de milho <i>(feita com farinha de Biju, couve e cenoura ralada)</i>  <u>Salada</u> de alface e abobrinha  <u>Fruta</u> (Tangerina ou Laranja)		<u>Aipim</u> cozido <i>Obs.: se o aipim não cozinhar bem, bater no</i>  <i>Opção: Arroz integral cozido</i>  <u>Carne de Panela</u> picadinha ao molho de tomate feito na creche  <u>Salada</u> de beterraba e salada de repolho  <u>Fruta</u> (melancia)		<u>Feijão</u> carioca cozido  <u>Arroz</u> parboilizado cozido  <u>Omelete</u> de espinafre  <u>Salada</u> de vagem e Salada de tomate  <u>Fruta</u> (melão)		<u>"Risoto de frango"</u> <i>Servir separado</i>  <u>Arroz</u> cozido  <u>Peito de frango</u> picadinho e refogado ao molho de tomate feito na escola  <u>Abóbora</u> cozida e <u>Salada</u> de acelga  <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

# 2026

	Segunda - Feira	17-ago	Terça - Feira	18-ago	Quarta - Feira	19-ago	Quinta - Feira	20-ago	Sexta - Feira	21-ago	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>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  <i>Opção: Arroz integral cozido</i>  <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  <i>Opção: Arroz integral cozido</i>  <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  <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

# 2026

	Segunda - Feira	24-ago	Terça - Feira	25-ago	Quarta - Feira	26-ago	Quinta - Feira	27-ago	Sexta - Feira	28-ago	Média	%
<b>Fruta em sala</b> 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (mamão)		Fruta (Caqui)		Fruta (banana)		Fruta (laranja)		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 queijo mussarela fatiado - 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  Opção: <u>Rosquinha de polvilho</u>  <u>Leite morno com baunilha</u>		<u>Pão com doce 100% frutas orgânicas e sem açúcar 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)		<u>Pão pizza</u> (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)	<u>Sopa de legumes</u> (com macarrão (letrinha, padre nosso ou aletria), legumes bem picadinhos/ralados e peito de frango)  <u>Torradinhas de pão</u>  <u>Fruta</u> (manga)		<u>Arroz cozido</u>  <u>Feijão</u> preto cozido  <u>Farofa colorida</u> (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura <u>Salada</u> de repolho branco e roxo e Salada de pepino  <u>Fruta</u> (melancia)		<u>Batata doce</u> assada no forno  Opção: <u>Arroz integral cozido</u>  <u>Carne de Panela</u> picadinha ao molho de tomate feito na creche <u>Salada</u> de chuchu e Salada de cenoura  <u>Fruta</u> (tangerina)		<u>Polenta cozida mole</u>  Opção: <u>Arroz integral cozido</u>  <u>Carne moída</u> refogada e ao molho tomate com legumes picadinhos ou <u>Salada</u> de alface e abóbora cozida  <u>Fruta</u> (melão)		<u>Lentilha</u> cozida  <u>Arroz</u> parboilizado cozido  <u>Omelete</u> de espinafre <u>Salada</u> de vagem 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.