



Alimentação Escolar

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	28-set	Terça - Feira	29-set	Quarta - Feira	30-set	Quinta - Feira	1-out	Sexta - Feira	2-out	Média	%
Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15	Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)		Waffle de Banana (feito na escola)		Mascau (Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo)		Bolo de chocolate saudável (adoçado com açúcar mascavo e feito na escola)		Leite morno com um toque de baunilha Pão de mistura com geleia 100% fruta e ou/ manteiga			
	Fruta (banana)		Fruta (maçã)		Rosquinha de polvilho Fruta (mamão)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (laranja ou tangerina)			
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15	Macarrão cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde		Arroz cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate		Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola		Feijão Preto cozido Arroz cozido		Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola)			
	Salada de vagem		Salada de cenoura ralada e beterraba		Abobrinha refogada		Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)		Fruta (maçã)			
	Salada de pepino		Salada de brócolis cozido		Salada de repolho branco e roxo		Salada de alface e couve-flor cozido		Fruta (laranja ou tangerina)			
	Fruta (banana)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (mamão)		Fruta (laranja ou tangerina)		Fruta (maçã)			
Almoço (Integral) 11h - 11h30	Macarrão cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde		Arroz cozido Batata doce cozida		Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola		Feijão Preto cozido Arroz cozido		Purê de batatinha Arroz cozido			
	Salada de vagem		Frango refogado com legumes e molho de tomate		Abobrinha refogada		Ovo mexido		Frango assado (coxa e sobrecoxa)			
	Salada de pepino		Salada de brócolis cozido		Salada de repolho branco e roxo		Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)		Salada de repolho			
	Salada de cenoura		Salada de Repolho		Salada mista de acelga		Salada de alface e couve-flor cozido		Salada alface			
Lanche da Tarde (Parcial) 14h45- 15h	Macarrão cozido Carne moída refogada com legumes e tempero verde		Arroz cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate		Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola		Feijão Preto cozido Arroz cozido		Leite morno com um toque de baunilha Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola)			
	Salada de vagem		Salada de cenoura ralada e beterraba		Abobrinha refogada		Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)		Fruta (maçã)			
	Salada de pepino		Salada de brócolis cozido		Salada de repolho branco e roxo		Salada de alface e couve-flor cozido		Fruta (laranja ou tangerina)			
	Fruta (banana)				Fruta (mamão)		Fruta (laranja ou tangerina)		Fruta (maçã)			
Lanche da Tarde (Integral) 15h15 - 15h30	Sanduíche tipo buraco quente (pão mini com molho carne moída - servir QUENTINHO)		Sanduíche de frango (Pão tipo francês com molho de Frango refogado)		Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)		Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)		Mascau (Leite com chocolate em pó e Waffle salgado de polvilho com queijo)			
	Fruta (banana)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (mamão)		Fruta (laranja ou tangerina)		Fruta (maçã)			
Energia (kcal)	858,1		889,6		907,2		1039,1		969,8		932,8	98,7%
Cho (g)	128,0		134,0		135,4		149,8		124,8		134,4	94,6%
Ptn (g)	32,4		33,7		27,7		26,2		30,3		30,0	100,1%
Lip (g)	25,3		25,6		29,5		37,7		38,5		31,3	97,9%

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



Alimentação Escolar

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	5-out	Terça - Feira	6-out	Quarta - Feira	7-out	Quinta - Feira	8-out	Sexta - Feira	9-out	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)		Batata inglesa cozida 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		Batata inglesa cozida 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 (Parcial) 14h45 - 15h	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha Fruta (mamão)		Batata inglesa cozida 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)			
Lanche da Tarde (Integral) 15h15 - 15h30	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)			
Energia (kcal)	1031,9		838,7		919,1		995,4		827,1		895,1	94,7%
Cho (g)	153,6		118,4		125,4		148,9		116,8		127,4	89,7%
Ptn (g)	31,8		27,7		36,1		23,3		23,0		27,5	91,7%
Lip (g)	33,8		29,7		31,3		35,2		31,2		31,9	99,6%

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



	Segunda - Feira	12-out	Terça - Feira	13-out	Quarta - Feira	14-out	Quinta - Feira	15-out	Sexta - Feira	16-out	Média	%
					Cardápio Especial Dia das Crianças - Jardins 1; 2; 3; 4; 5; e, turmas integrais		Cardápio Especial Dia das Crianças - Prés 1; 2; 3; 4; e 5.					
					Demais alunos o lanche é igual ao almoço dos alunos de período integral							
Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15	FERIADO		Mascau (Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo)		Suco de amora natural		Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola)		Bolo de chocolate saudável (adoçado com açúcar mascavo e feito na escola)			
			Rosquinha de polvilho									
			Fruta (banana)		Frutas (morango e uva)		Fruta (mamão)		Fruta (melancia ou melão)			
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15			Macarrão cozido		Suco de amora natural		Suco de amora natural		Leite morno com um toque de baunilha			
			Carne moída refogada com legumes e molho de tomate		Sanduíche de Queijo (Pão de minuto mini com manteiga e/ou queijo mussarela)		Sanduíche de Queijo (Pão de minuto mini com manteiga e/ou queijo mussarela)		Rosquinha de polvilho salgado ou biscoito caseiro			
		Salada de Pepino										
		Salada de alface		Frutas (morango e uva)		Frutas (morango e uva)		Fruta (laranja ou tangerina)				
		Fruta (melancia ou melão)										
Almoço (Integral) 11h - 11h30		Macarrão cozido		Feijão preto		Polenta cozida		Feijão Carioca cozido				
		Carne moída refogada com legumes e molho de tomate		Arroz cozido		Frango refogado com legumes e molho de tomate		Arroz cozido				
		Salada de Pepino		Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)		Salada de Beterraba		Carne de panela				
		Salada de alface		Salada de vagem		Salada de brócolis e couve-flor		Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)				
		Salada de repolho		Salada de acelga		Salada de beterraba		Salada de alface e couve-flor cozido				
Lanche da Tarde (Parcial) 14h45- 15h		Macarrão cozido		Suco de amora natural		Suco de amora natural		Leite morno com um toque de baunilha				
		Carne moída refogada com legumes e molho de tomate		Sanduíche de Queijo (Pão de minuto mini com manteiga e/ou queijo mussarela)		Sanduíche de Queijo (Pão de minuto mini com manteiga e/ou queijo mussarela)		Rosquinha de polvilho salgado ou biscoito caseiro				
		Salada de Pepino										
		Salada de alface		Frutas (morango e uva)		Frutas (morango e uva)		Fruta (laranja ou tangerina)				
		Fruta (melancia ou melão)										
Lanche da Tarde (Integral) 15h15 - 15h30		Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída)		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)		Leite morno com um toque de baunilha				
		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (mamão)		Fruta (banana)		Rosquinha de polvilho salgado ou biscoito caseiro				
								Fruta (maçã)				
Energia (kcal)			328,2		410,5		319,2		9,8		267,0	28,2%
Cho (g)			43,6		65,9		49,6		671,4		207,6	146,2%
Ptn (g)			9,6		6,2		12,5		110,4		34,7	115,6%
Lip (g)			13,6		14,6		9,5		342,4		95,0	296,9%



Alimentação Escolar

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	19-out	Terça - Feira	20-out	Quarta - Feira	21-out	Quinta - Feira	22-out	Sexta - Feira	23-out	Média	%
Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15	Leite morno com um toque de baunilha Pão de mistura com geleia 100% fruta e ou/ manteiga Fruta (<i>laranja ou tangerina</i>)		Waffle de Banana (feito na escola) Fruta (<i>mamão</i>)		Leite morno com um toque de canela Rosquinha de polvilho Fruta (<i>banana</i>)		Bolo mesclado simples (feito na escola e adoçado com açúcar mascavo) Fruta (<i>melancia ou melão</i>)		Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado) Fruta (<i>maçã</i>)			
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 (<i>mamão</i>)		Feijão vermelho Arroz cozido Omelete de espinafre Salada de vagem Fruta (<i>maçã</i>)		Batata doce cozida Arroz cozido Carne de Panela Salada de cenoura e chuchu Fruta (<i>banana</i>)		Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango) Fruta (<i>melancia ou melão</i>)		Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (<i>laranja ou tangerina</i>)			
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) Torradas de pão		Feijão Preto com carne Arroz cozido Farofa colorida (<i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura</i>) Salada de couve-flor			
Lanche da Tarde (Parcial) 14h45 - 15h	Arroz integral cozido Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de abobrinha Salada de repolho com tomate Fruta (<i>mamão</i>)		Feijão vermelho Arroz cozido Omelete de espinafre Salada de vagem Fruta (<i>maçã</i>)		Batata doce cozida Arroz cozido Carne de Panela Salada de cenoura e chuchu Fruta (<i>banana</i>)		Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango) Fruta (<i>melancia ou melão</i>)		Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (<i>laranja ou tangerina</i>)			
Lanche da Tarde (Integral) 15h15 - 15h30	Sanduíche de frango (pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO) Fruta (<i>mamão</i>)		Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido) Fruta (<i>maçã</i>)		Bauru frio (Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate) Fruta (<i>banana</i>)		Pão pizza (pão integral fatiado assado com queijo, tomate e orégano - servir QUENTINHO) Fruta (<i>melancia ou melão</i>)		Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (<i>laranja ou tangerina</i>)			
Energia (kcal)	939,2		856,6		898,2		982,6		1001,4		935,6	99,0%
Cho (g)	122,8		119,5		136,7		160,8		132,6		134,5	94,7%
Ptn (g)	37,8		24,3		24,1		30,0		30,8		29,4	98,0%
Lip (g)	32,4		32,6		28,5		24,3		39,5		31,5	98,3%

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