



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	26-out	Terça - Feira	27-out	Quarta - Feira	28-out	Quinta - Feira	29-out	Sexta - Feira	30-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)		Leite morno com um toque de baunilha Pão de mistura com geleia 100%		RECESSO ESCOLAR			
	Fruta (banana)		Fruta (maçã)		Rosquinha de polvilho Fruta (mamão)		fruta e ou/ manteiga Fruta (laranja ou tangerina)					
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15	Macarrão cozido		Arroz cozido		Polenta cozida		Leite morno com um toque de baunilha					
	Carne moída refogada com legumes e tempero verde		Frango refogado com legumes e molho de tomate		Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola		Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola)					
	Salada de vagem		Salada de cenoura ralada e beterraba		Abobrinha refogada							
	Salada de pepino		Salada de brócolis cozido		Salada de repolho branco e roxo							
	Fruta (banana)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (mamão)		Fruta (maçã)					
Almoço (Integral) 11h - 11h30	Macarrão cozido		Arroz cozido		Polenta cozida		Purê de batatinha		RECESSO ESCOLAR			
	Carne moída refogada com legumes e tempero verde		Batata doce cozida		Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola		Arroz cozido					
	Salada de vagem		Frango refogado com legumes e molho de tomate		Abobrinha refogada		Frango assado (coxa e sobrecoxa)					
	Salada de pepino		Salada de brócolis cozido		Salada de repolho branco e roxo		Salada de repolho					
	Salada de cenoura		Salada de Repolho		Salada mista de acelga		Salada alface					
Lanche da Tarde (Parcial) 14h45- 15h	Macarrão cozido		Arroz cozido		Polenta cozida		Leite morno com um toque de baunilha					
	Carne moída refogada com legumes e tempero verde		Frango refogado com legumes e molho de tomate		Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola		Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola)					
	Salada de vagem		Salada de cenoura ralada e beterraba		Abobrinha refogada							
	Salada de pepino		Salada de brócolis cozido		Salada de repolho branco e roxo							
	Fruta (banana)				Fruta (mamão)		Fruta (maçã)					
Lanche da Tarde (Integral) 15h15 - 15h30	Sanduíche tipo buraco quente (pão mini com molho carne moída - servir QUEENTINHO)		Sanduíche de frango (Pão tipo francês com molho de Frango refogado)		Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)		Mascau (Leite com chocolate em pó e açúcar Waffle salgado de polvilho com queijo)					
	Fruta (banana)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (mamão)		Fruta (maçã)					
Energia (kcal)	858,1		889,6		907,2		1039,1				923,5	97,7%
Cho (g)	128,0		134,0		135,4		149,8				136,8	96,3%
Ptn (g)	32,4		33,7		27,7		26,2				30,0	99,9%
Lip (g)	25,3		25,6		29,5		37,7				29,5	92,3%

*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	2-nov	Terça - Feira	3-nov	Quarta - Feira	4-nov	Quinta - Feira	5-nov	Sexta - Feira	6-nov	Média	%
Café da Manhã (Integral) 8h - 8h15	FERIADO		Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado)		Leite morno com um toque de canela Rosquinha de polvilho		Bolo mesclado simples (feito na escola e adoçado com açúcar mascavo)		Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)			
			Fruta (maçã)		Fruta (banana)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (banana)			
Lanche da Manhã (Parcial) 9h - 9h15			Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate		Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)		Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)			
			Fruta (mamão)		Salada de alface Fruta (maçã)		Salada de vagem e Salada de Acelga Fruta (laranja ou tangerina)		Fruta (banana)			
Almoço (Integral) 11h - 11h30			Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate		Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)		Batata doce cozida Arroz cozido Carne moída refogada com legumes e molho de tomate			
			Torradinhas de pão		Salada de alface Salada de cenoura		Salada de vagem e Salada de Acelga Salada de brócolis		Salada de tomate Salada de beterraba			
Lanche da Tarde (Parcial) 14h45- 15h			Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate		Feijão Vermelho Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)		Sanduíche de Ovo (Pão tipo minuto integral com manteiga e/ou ovo mexido ou cozido)			
			Fruta (mamão)		Salada de alface Fruta (maçã)		Salada de vagem e Salada de Acelga Fruta (laranja ou tangerina)		Fruta (banana)			
Lanche da Tarde (Integral) 15h15 - 15h30			Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída)		Sanduíche de frango (pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO)		Bauru frio (Pão fatiado com manteiga, queijo muçarela fatiado e tomate)		Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola)			
			Fruta (mamão)		Fruta (maçã)		Fruta (laranja ou tangerina)		Fruta (banana)			
Energia (kcal)			838,7		919,1		995,4		827,1		895,1	94,7%
Cho (g)			118,4		125,4		148,9		116,8		127,4	89,7%
Ptn (g)			27,7		36,1		23,3		23,0		27,5	91,7%
Lip (g)			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.



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	9-nov	Terça - Feira	10-nov	Quarta - Feira	11-nov	Quinta - Feira	12-nov	Sexta - Feira	13-nov	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) Fruta (maçã)		Waffle salgado de polvilho com queijo (feito na escola) Fruta (mamão)		Bolo de chocolate saudável (adoçado com açúcar mascavo e feito na escola) Fruta (melancia ou melão)		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela) Fruta (laranja)			
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 Opção: Arroz integral cozido Peixe ensopado com molho de tomate Salada de repolho branco e roxo Fruta (mamão)		Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de vagem e Salada Acelga Fruta (laranja ou tangerina)		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Fruta (maçã)		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela) Fruta (banana)			
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) Salada de vagem Salada de acelga		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Salada de beterraba		Feijão Carioca cozido Arroz cozido Carne de panela Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de alface e couve-flor cozido			
Lanche da Tarde (Parcial) 14h45- 15h	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 Opção: Arroz integral cozido Peixe ensopado com molho de tomate Salada de repolho branco e roxo Fruta (mamão)		Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de vagem e Salada Acelga Fruta (laranja ou tangerina)		Polenta cozida Frango refogado com legumes e molho de tomate Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Fruta (maçã)		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura fatiado com manteiga e/ou queijo mussarela) Fruta (banana)			
Lanche da Tarde (Integral) 15h15 - 15h30	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 (maçã)		Sanduíche de frango (pão mini com molho de peito de frango desfiado refogado com legumes - fazer úmido e servir QUENTINHO) Fruta (laranja ou tangerina)		Leite morno com um toque de baunilha Rosquinha de polvilho Fruta (banana)			
Energia (kcal)	979,3		914,5		858,3		937,5		1044,3		946,8	100,2%
Cho (g)	140,8		129,4		123,1		138,5		147,3		135,8	95,6%
Ptn (g)	31,4		24,2		16,5		36,8		26,9		27,2	90,6%
Lip (g)	32,3		34,1		34,7		27,0		38,8		33,4	104,4%

*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	16-nov	Terça - Feira	17-nov	Quarta - Feira	18-nov	Quinta - Feira	19-nov	Sexta - Feira	20-nov	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 (laranja ou tangerina)		Waffle de Banana (feito na escola) Fruta (mamão)		Leite morno com um toque de canela Rosquinha de polvilho Fruta (banana)		Sanduíche de queijo (Pão integral fatiado com manteiga e/ou queijo muçarela fatiado) Fruta (maçã)		FERIADO			
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)		Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (laranja ou tangerina)					
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		Feijão Preto com carne Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura) 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 (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)		Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (laranja ou tangerina)					
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 (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)		Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída) Fruta (laranja ou tangerina)					
Energia (kcal)	939,2		856,6		898,2		982,6					919,1
Cho (g)	122,8		119,5		136,7		160,8				134,9	95,0%
Ptn (g)	37,8		24,3		24,1		30,0				29,0	96,8%
Lip (g)	32,4		32,6		28,5		24,3				29,4	92,0%

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