



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	28-set	Terça - Feira	29-set	Quarta - Feira	30-set	Quinta - Feira	1-out	Sexta - Feira	2-out	Média	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (mamão)		Fruta (melão)		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 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 POUCO)		"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.					
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 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</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 molho de tomate</u> comerem com a polenta - páq. 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 PARCIAIS
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	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (manga)		Fruta (Caqui)		Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 7h30min (B5/B6/M1) 8h (M2/M3/M4)	<u>Sanduíche de Queijo</u> <i>Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado - servir QUINTINHO)</i> <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>			
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>Sopa de músculo</u> <i>com macarrão (letrinha, padre nosso ou aletria) e legumes bem picadinhos ou ralados (ex.: cenoura, chuchu, couve-flor, brócolis; tempero verde e salsinha)</i> <u>Torradinhas de pão</u> <u>Fruta</u> (mamão)		<u>Feijão</u> Preto cozido <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 PARCIAIS
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2026

	Segunda - Feira	12-out	Terça - Feira	13-out	Quarta - Feira	14-out	Quinta - Feira	15-out	Sexta - Feira	16-out	Média	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	FERIADO		Fruta (banana)		Fruta (mamão)		Fruta (melão)		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 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>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 POUCO)		<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.			
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 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>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 <u>Opção: Arroz integral cozido</u> <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 <u>Opção: Arroz integral cozido</u> <u>Filé de tilápia</u> assada Obs.: Fazer <u>molho de</u> <u>tomate à parte para</u> <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	19-out	Terça - Feira	20-out	Quarta - Feira	21-out	Quinta - Feira	22-out	Sexta - Feira	23-out	Média	%
Fruta em sala 13h - 13h30min e 17h30min	Fruta (mamão)		Fruta (Caqui)		Fruta (banana)		Fruta (laranja)		Fruta (maçã)			
Café da Manhã 7h30min (B5/B6/M1) 8h (M2/M3/M4)	<u>Sanduíche de Queijo</u> <i>Pão de mistura manteiga e queijo mussarela fatiado - servir QUENTINHO)</i> <i>Obs.: Oferecer só pão com manteiga ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.</i>		<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 <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 QUENTINHO)</i>			
Almoço 10h (B5/B6/M1) 11h (M2/M3/M4) Jantar 15h (B5/B6/M1) 15h30min (M2/M3/M4)	<u>Sopa de legumes</u> <i>(com macarrão (letrinha, padre nosso ou aletria), legumes bem picadinhos/ralados e peito de frango)</i> <u>Torradinhas de pão</u> <u>Fruta</u> (manga)		<u>Arroz cozido</u> <u>Feijão preto cozido</u> <u>Farofa colorida</u> <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura)</i> <u>Salada</u> de repolho branco e roxo e Salada de pepino <u>Fruta</u> (melancia)		<u>Batata doce</u> assada no forno <i>Opção: Arroz integral cozido</i> <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> <i>Opção: Arroz integral cozido</i> <u>Carne moída</u> <i>refogada e ao molho tomate com legumes picadinhos ou</i> <u>Salada</u> de alface e abóbora cozida <u>Fruta</u> (melão)		<u>Lentilha cozida</u> <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.