

CMEI RAO DE LUZ
OUTUBRO /2025

Berçário A 6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1 08:30 Lanche 2 10:00
Lanche 3 12:00 Lanche 4 15:00 Lanche 5 16:00

Segunda feira

Terça feira

Quarta feira 01/10

Quinta feira 02/10

Sexta feira – 03/10

Lanche 1: Banana

Lanche 2: Arroz, feijão, frango ao molho e salada de brócolis

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Macarrão com molho de carne moída e salada de couve flor

Lanche 5: Manga

Lanche 1: Pera

Lanche 2: Arroz, feijão, picadinho de gado com batata e cenoura picadinha

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com molho de frango e abóbora cozida

Lanche 5: Melão

Lanche 1: Abacaxi

Lanche 2: Arroz, feijão, carne de porco picadinho e salada de tomate

Lanche 3: Leite

Lanche 4: risoto de frango com salada de repolho

Lanche 5: Laranja

Todas as frutas e verduras estão sujeitas a alteração conforme demanda local
No CMEI Raio de luz, as preparações da cozinha são livres glúten e lactose.

Nutricionista: Michele Negri
Crn8 10790/ RT PNAE

CMEI RAI DE LUZ
OUTUBRO/2025

Berçário A 6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1 08:30 Lanche 2 10:00
Lanche 3 12:00 Lanche 4 15:00 Lanche 5 16:00

Segunda feira – 06/10

Lanche 1: Abacaxi

Lanche 2 Arroz, feijão,
carne moída com cenoura

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de
frango e salada de tomate

Lanche 5: Melancia

Terça feira – 07/10

Lanche 1: Pêssego

Lanche 2: Arroz, feijão,
ovo cozido e laranja em
rodela

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Canja de
frango.

Lanche 5: Melão

Quarta feira – 08/10

Lanche 1: maçã

Lanche 2: Arroz, feijão,
frango grelhado e salada
de brócolis

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro
e salada de repolho.

Lanche 5: Banana

Quinta feira – 09/10

Lanche 1: mamão

Lanche 2: Arroz, feijão,
carne de porco picadinho
e salada de abobrinha

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Macarronada
com molho de carne
moída e salada de
cenoura

Lanche 5: Salada de frutas

Sexta feira -10/10

Lanche 1: melancia

Lanche 2 Arroz, feijão,
frango em molho e salada
de beterraba

Lanche 3: Leite

Lanche 4: polenta com
molho de carne moída e
salada de abobora

Lanche 5: laranja

Todas as frutas e verduras estão sujeitas a alteração conforme demanda local
No CMEI Raio de luz, as preparações da cozinha são livres glúten e lactose.

Nutricionista: Michele Negri
Crn8 10790/ RT PNAE

CMEI RAI DE LUZ
OUTUBRO/2025

Berçário A 6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1 08:30 Lanche 2 10:00
Lanche 3 12:00 Lanche 4 15:00 Lanche 5 16:00

Segunda feira – 13/10

Lanche 1: maçã

Lanche 2: Arroz, feijão,
ovo mexido e beterraba

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de
legumes com macarrão e
frango

Lanche 5: melancia

Terça feira – 14/10

Lanche 1: Banana

Lanche 2: Arroz, feijão,
guisado de cabotian,
carne de gado e salada de
chuchu.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de
frango com salada de
cenoura

Lanche 5: melão

Quarta feira – 15/10

Recesso escolar

Quinta feira – 16/10

Lanche 1: Pera

Lanche 2: arroz, feijão,
frango grelhado e salada
de brócolis

Lanche 3: Leite

Lanche 4: : Arroz, omelete
com espinafre e salada de
tomate

Lanche 5: laranja

Sexta feira -17/10

Lanche 1: Abacaxi

Lanche 2: Arroz, feijão,
mandioca, carne moída
ao molho e salada acelga.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: macarronada
com molho de frango e
abóbora refogada

Lanche 5: pêssego

Todas as frutas e verduras estão sujeitas a alteração conforme demanda local

No CMEI Raio de luz, as preparações da cozinha são livres glúten e lactose.

Nutricionista: Michele Negri
Crn8 10790/ RT PNAE

CMEI RAIOS DE LUZ
OUTUBRO/2025

Berçário A 6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1 08:30 Lanche 2 10:00
Lanche 3 12:00 Lanche 4 15:00 Lanche 5 16:00

Segunda feira – 20/10

Lanche 1: melão

Lanche 2: Arroz, feijão,
frango grelhado e salada
de abobora

Lanche 3: Leite

Lanche 4: risoto de frango
com beterraba

Lanche 5: maçã

Terça feira – 21/10

Lanche 1: ovo mexido

Lanche 2: Arroz, feijão,
picadinho de carne de
gado com batata e
cenoura.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Macarronada
com molho de frango e
salada de cabotian

Lanche 5: Abacaxi

Quarta feira – 22/10

Lanche 1: morango

Lanche 2: Arroz, feijão,
mandioca e carne de
porco e salada de
brócolis.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: sopa de feijão
com legumes e frango

Lanche 5: Banana

Quinta feira – 23/10

Lanche 1: laranja

Lanche 2: Arroz, feijão,
carne moída e salada de
chuchu

Lanche 3: Leite

Lanche 4: polenta com
molho de carne moída e
salada de chuchu

Lanche 5: mamão

Sexta feira – 24/10

Lanche 1: melancia

Lanche 2: Arroz, feijão,
ovo cozido, salada de
beterraba, laranja

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro
com legumes

Lanche 5: Pera

Todas as frutas e verduras estão sujeitas a alteração conforme demanda local
No CMEI Raios de luz, as preparações da cozinha são livres glúten e lactose.

Nutricionista: Michele Negri
Crn8 10790/ RT PNAE

CMEI RAI DE LUZ
OUTUBRO/2025

Berçário A 6 a 12 meses

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1 08:30 Lanche 2 10:00
Lanche 3 12:00 Lanche 4 15:00 Lanche 5 16:00

Segunda feira – 27/10

Lanche 1: Pera

Lanche 2: Arroz, feijão,
carne moída com cenoura

Lanche 3: Leite

Lanche 4: canja de frango
com batata e cenoura

Lanche 5: melão

Terça-feira 28/10

Lanche 1: pêssego

Lanche 2: Arroz, feijão
carne de porco com
salada de abobrinha

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de
frango e chuchu

Lanche 5: Abacaxi

Quarta-feira – 29/10

Lanche 1: mamão

Lanche 2: Arroz, feijão, de
frango ao molho com
batata salsa e salada de
brócolis.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro
com legumes

Lanche 5: Banana

Quinta-feira -30/10

Lanche 1: Laranja

Lanche 2: Arroz, feijão,
ovo mexido e salada de
beterraba

Lanche 3: leite

Lanche 4: macarronada
com molho de carne
moída e couve flor

Lanche 5: kiwi

Sexta-feira -31/10

Lanche 1: manga

Lanche 2: Arroz, feijão,
picadinho de carne
bovina com batata e
cenoura.

Lanche 3: leite

Lanche 4: quirera com
carne de porco e abobora
cabotian

Lanche 5: Melancia

Todas as frutas e verduras estão sujeitas a alteração conforme demanda local

No CMEI Raio de luz, as preparações da cozinha são livres glúten e lactose.

Nutricionista: Michele Negri
Crn8 10790/ RT PNAE

CMEI RAI DE LUZ

OUTUBRO /2025

BERÇÁRIO B e C MATERNAL D e E

1 A 3 ANOS E 11 MESES

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1 08:30 Lanche 2 10:00

Lanche 3 12:00 Lanche 4 15:00 Lanche 5 16:00

Segunda feira

Terça feira

Quarta feira 01/10

Quinta feira 02/10

Sexta feira – 03/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, frango ao molho e salada de brócolis

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Macarrão com molho de carne moída e salada de couve flor

Lanche 5: Manga

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, picadinho de gado com batata e cenoura picadinha

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Polenta com molho de frango e abóbora cozida

Lanche 5: Melão

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, carne de porco picadinha e salada de tomate

Lanche 3: Leite

Lanche 4: risoto de frango com salada de repolho

Lanche 5: Laranja

*Todas as frutas e verduras estão sujeitas a alteração conforme demanda local
No CMEI Raio de luz, as preparações da cozinha são livres glúten e lactose.*

**Nutricionista: Michele Negri
Crn8 10790/ RT PNAE**

CMEI RAIOS DE LUZ

OUTUBRO/2025

BERÇÁRIO B e C MATERNAL D e E

1 A 3 ANOS E 11 MESES

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1 08:30 Lanche 2 10:00

Lanche 3 12:00 Lanche 4 15:00 Lanche 5 16:00

Segunda feira – 06/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2 Arroz, feijão,
carne moída com cenoura

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de
frango e salada de tomate

Lanche 5: Melancia

Terça feira – 07/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão,
ovo cozido e laranja em
rodela

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Canja de
frango.

Lanche 5: Melão

Quarta feira – 08/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão,
frango grelhado e salada
de brócolis

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro
e salada de repolho.

Lanche 5: Banana

Quinta feira – 09/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão,
carne de porco picadinho
e salada de abobrinha

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Macarronada
com molho de carne
moída e salada de
cenoura

Lanche 5: Salada de frutas

Sexta feira -10/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2 Arroz, feijão,
frango em molho e salada
de beterraba

Lanche 3: Leite

Lanche 4: polenta com
molho de carne moída e
salada de abóbora

Lanche 5: laranja

Todas as frutas e verduras estão sujeitas a alteração conforme demanda local

No CMEI Raios de Luz, as preparações da cozinha são livres glúten e lactose.

Nutricionista: Michele Negri
Crn8 10790/ RT PNAE

CMEI RAI DE LUZ

OUTUBRO/2025

BERÇÁRIO B e C MATERNAL D e E

1 A 3 ANOS E 11 MESES

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1 08:30 Lanche 2 10:00

Lanche 3 12:00 Lanche 4 15:00 Lanche 5 16:00

Segunda feira – 13/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, ovo mexido e beterraba

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Sopa de legumes com macarrão e frango

Lanche 5: melancia

Terça feira – 14/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, guisado de cabotian, carne de gado e salada de chuchu.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de frango com salada de cenoura

Lanche 5: melão

Quarta feira – 15/10

Recesso escolar

Quinta feira – 16/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: arroz, feijão, frango grelhado e salada de brócolis

Lanche 3: Leite

Lanche 4: : Arroz, omelete com espinafre e salada de tomate

Lanche 5: laranja

Sexta feira -17/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, mandioca, carne moída ao molho e salada acelga.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: macarronada com molho de frango e abóbora refogada

Lanche 5: pêssego

Todas as frutas e verduras estão sujeitas a alteração conforme demanda local

No CMEI Raio de luz, as preparações da cozinha são livres glúten e lactose.

Nutricionista: Michele Negri
Crn8 10790/ RT PNAE

CMEI RAIOS DE LUZ

OUTUBRO/2025

BERÇÁRIO B e C MATERNAL D e E

1 A 3 ANOS E 11 MESES

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1 08:30 Lanche 2 10:00

Lanche 3 12:00 Lanche 4 15:00 Lanche 5 16:00

Segunda feira – 20/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, frango grelhado e salada de abobora

Lanche 3: Leite

Lanche 4: risoto de frango com beterraba

Lanche 5: maçã

Terça feira – 21/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, picadinho de carne de gado com batata e cenoura.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Macarronada com molho de frango e salada de cabotian

Lanche 5: Abacaxi

Quarta feira – 22/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, mandioca e carne de porco e salada de brócolis.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: sopa de feijão com legumes e frango

Lanche 5: Banana

Quinta feira – 23/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, carne moída e salada de chuchu

Lanche 3: Leite

Lanche 4: polenta com molho de carne moída e salada de chuchu

Lanche 5: mamão

Sexta feira – 24/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, ovo cozido, salada de beterraba, laranja

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro com legumes

Lanche 5: Pera

Todas as frutas e verduras estão sujeitas a alteração conforme demanda local
No CMEI Raios de luz, as preparações da cozinha são livres glúten e lactose.

Nutricionista: Michele Negri
Crn8 10790/ RT PNAE

CMEI RAI DE LUZ

OUTUBRO/2025

BERÇÁRIO B e C MATERNAL D e E

1 A 3 ANOS E 11 MESÊS

PERÍODO INTEGRAL: Lanche 1 08:30 Lanche 2 10:00

Lanche 3 12:00 Lanche 4 15:00 Lanche 5 16:00

Segunda feira – 27/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, carne moída com cenoura

Lanche 3: Leite

Lanche 4: canja de frango com batata e cenoura

Lanche 5: melão

Terça-feira 28/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão carne de porco com salada de abobrinha

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Risoto de frango e chuchu

Lanche 5: Abacaxi

Quarta-feira – 29/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, de frango ao molho com batata salsa e salada de brócolis.

Lanche 3: Leite

Lanche 4: Arroz carreteiro com legumes

Lanche 5: Banana

Quinta-feira -30/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, ovo mexido e salada de beterraba

Lanche 3: leite

Lanche 4: macarronada com molho de carne moída e couve flor

Lanche 5: kiwi

Sexta-feira -31/10

Lanche 1: Leite

Lanche 2: Arroz, feijão, picadinho de carne bovina com batata e cenoura.

Lanche 3: leite

Lanche 4: quirera com carne de porco e abobora cabotian

Lanche 5: Melancia

Todas as frutas e verduras estão sujeitas a alteração conforme demanda local

No CMEI Raio de luz, as preparações da cozinha são livres glúten e lactose.

**Nutricionista: Michele Negri
Crn8 10790/ RT PNAE**