



**CARDÁPIO ESCOLA**  
**Educação Infantil e Fundamental I**

**02/09/2024 á 06/09/24**  
**CARDÁPIO 1**

Dra. Samara A.T. Kinoshita  
Nutricionista CRN 8-7108  
Departamento de Educação e Esportes de Uniflor  
[e-mail:nutricaouniflor@gmail.com](mailto:nutricaouniflor@gmail.com)

| <b>Refeições</b>  | <b>Café da Manhã</b>               | <b>Lanche</b>  | <b>Lanche da Tarde</b>   |
|---|------------------------------------|--|--|
| <b>Horários</b>   | <b>07:00</b>                       | <b>9:45 / 10:00</b>  | <b>14:30/ 14:45</b>  |
| <b>Segunda-feira</b>  | Leite com biscoito doce            | Arroz com feijão + omelete com legumes e salada alface +maça         | Arroz com feijão + omelete com legumes e salada alface +maça         |
| <b>Terça-feira</b>  | Chá mate e bolo simples            | Arroz +feijão + coxa de frango assada e vagem salada repolho + mamão | Arroz +feijão + coxa de frango assada e vagem salada repolho + mamão |
| <b>Quarta-feira</b>   | Leite com pão caseiro com manteiga | Macarrão com carne bovina+ chuchu cozido+ salada de couve +melão     | Macarrão com carne bovina+ chuchu cozido+ salada de couve +melão     |
| <b>Quinta-feira</b>   | Chá mate e bolo simples            | Arroz +feijão + peixe cozido e cenoura cozida+ repolho + banana      | Arroz +feijão + peixe cozido e cenoura cozida+ repolho + banana      |
| <b>Sexta-feira</b>  | Leite com pão caseiro com manteiga | Arroz +fubá + carne suína cozida e vagem+ salada de alface + maça    | Arroz +fubá + carne suína cozida e vagem+ salada de alface + maça    |
| <p>*Cardápio sujeito a alteração sem aviso prévio (de acordo com a disponibilidade de alimentos), intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos. As trocas ou substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo alimentar, não altrando significativamente a composição nutricional da refeição.</p> |                                    |  |  |
| <p><b>Ofertar frutas para as crianças as 13:00</b></p>  |                                    |  |  |