



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

16/09/2024 á 20/09/2024
Cardápio 3

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

Refeições	Café da Manhã	Lanche	Lanche da tarde
Horários	07:00	9:30 / 9:45	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Leite e Biscoito doce	arroz+ feijão+ovo mexido com legumes+salada de alface + melão	arroz+ feijão+ovo mexido com legumes+salada de alface + melão
Terça-feira	Chá mate e Pão caseiro e manteiga	Arroz+mandioca cozida + tilápia assada + vagem cozida + salada de couve+ maça	Arroz+mandioca cozida + tilápia assada + vagem cozida + salada de couve+ maça
Quarta-feira	Leite e Bolo simples	Arroz + feijão +carne bovina cozida+ cenoura cozida + salada de alface+ Banana	Arroz + feijão +carne bovina cozida+ cenoura cozida + salada de alface+ Banana
Quinta-feira	Chá mate e Pão caseiro com manteiga	Arroz + Purê de batata + coxa e sobrecoxa assada + salada de repolho+ mamão	Arroz + Purê de batata + coxa e sobrecoxa assada + salada de repolho+ mamão
Sexta-feira	Leite e Bolo simples	arroz+ feijão+carne suína +salada de cenoura ralada + Pêra	arroz+ feijão+carne suína +salada de cenoura ralada + Pêra
<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>Ofertar frutas para as crianças as 13:00</p>			