



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

30/09/24 Á 04/10/24
Cardápio 5

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)

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 com feijão+ omelete com legumes cozidos+ salada de alface+ melão	Arroz com feijão+ omelete com legumes cozidos+ salada de alface+ melão
Terça-feira	Chá mate e Pão caseiro com manteiga	Arroz + Feijão + carne suína + tomate+ couve + melão	Arroz + Feijão + carne suína + tomate+ couve + melão
Quarta-feira	Leite e Bolo simples	Arroz com mandioca cozida+ peito de frango + salada de repolho + maçã	Arroz com mandioca cozida+ peito de frango + salada de repolho + maçã
Quinta-feira	Chá mate e Pão caseiro com manteiga	Arroz com feijão +peixe em molho + chuchu cozido+ salada de alface +banana	Arroz com feijão +peixe em molho + chuchu cozido+ banana
Sexta-feira	Leite e Bolo simples	Macarrão com carne bovina + vagem cozida + salada de couve + maçã	Macarrão com carne bovina + vagem cozida + salada de couve + maçã
<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 alterando significativamente a composição nutricional da refeição.</p>			
<p>Ofertar frutas para as crianças as 13:00</p>			