



CARDÁPIO ESCOLA

04/07/2022 á 08/07/2022

Cardápio 4

Dra. Samara A.T. Kinoshita

Nutricionista CRN 8-7108

Especialista em nutrição clínica, metabolismo e esporte

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	Pão com leite e achocolatado	Arroz temperado + calabresa+salada e legumes	Arroz temperado + calabresa+salada e legumes
Terça-feira	Chá com Pão com manteiga	Arroz + feijão + peixe assado + salada e legumes	Arroz + feijão + peixe assado + salada e legumes
Quarta-feira	Bolo de chocolate e com leite	Arroz com carne de panela + legumes + feijão + salada	Arroz com carne de panela + legumes + feijão + salada
Quinta-feira	Chá mate com pão e manteiga	Arroz + feijão + peixe com molho branco + salada e legumes	Arroz + feijão + peixe com molho branco + salada e legumes
Sexta-feira	Biscoito doce com chá mate	Festa junina (pipoca+chocolate quente+bolo de fubá+arroz doce+maça do amor)	Festa junina (pipoca+chocolate quente+bolo de fubá+arroz doce+maça do amor)

*Cardápio sujeito a alteração sem aviso prévio (de acordo com a disponibilidade de alimentos)

Ofertar frutas sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa

Ofertar salada verde sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde