



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

**11/11/2024 á 14/11/2024**  
**CARDÁPIO 2**

Dra. Samara A.T. Kinoshita  
Nutricionista CRN 8-7108  
Departamento de Educação e Esportes de Uniflor  
e-mail: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>	Chá mate com biscoito doce	Mandioca cozida+arroz+ com ovo mexido +cenoura cozida + alface+ mamão	Mandioca cozida+arroz+ com ovo mexido +cenoura cozida + alface+ mamão
<b>Terça-feira</b>	Leite com pão e manteiga	Arroz com coxa e sobrecoxa de frango assado + salada de alface + maçã	Arroz com coxa e sobrecoxa de frango assado + salada de alface + maçã
<b>Quarta-feira</b>	Leite com bolo	Macarrão com carne de panela + chuchu cozido + salada de repolho+ banana	Macarrão com carne de panela + chuchu cozido + salada de repolho+ banana
<b>Quinta-feira</b>	Leite + pão com manteiga	Arroz + Feijão + tilápia assada + tomate + Salada de alface + melão	Arroz + Feijão + tilápia assada + tomate + Salada de alface + melão
<b>Sexta-feira</b>	FERIADO	FERIADO	FERIADO
<b>*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.</b>			
<b>Ofertar frutas para as crianças as 14:30-14:45</b>			