



CARDÁPIO CMEI
Educação Infantil - Maternal - Sem lactose
1 ano á 4 anos e 11 meses
25/11/2024 á 29/12/2024
Cardápio 4

Dra. Samara A.T. Kinoshita
Nutricionista CRN 8-7108
Especialista em nutrição clínica, metabolismo e esporte
[e-mail:nutricaouniflor@gmail.com](mailto:nutricaouniflor@gmail.com)

Refeições	Café da Manhã	Almoço	Lanche	Jantar
Horários	07:00	10:30	14:00	16:00
Segunda-feira	Biscoito doce +leite sem lactose	Arroz branco com carne bovina em molho e salada de alface+ mamão	Chá mate + pão com margarina + banana	Arroz com feijão + carne bovina músculo + salada de alface + cenoura cozida
Terça-feira	Bolo com chá mate	Arroz com filé de tilápia assado + tomate+ Feijão+salada de repolho + maçã	Bolo simples+ melão + chá mate	Sopa de macarrão com carne moída + batata + abóbora cozida
Quarta-feira	Leite sem lactose+ pão com margarina	Arroz+feijão + coxa e sobrecoxa assada+ salada couve+ tomate + maçã	Pão com margarina + leite sem lactose + mamão	arroz+ feijão com carne de panela em molho + cenoura cozida
Quinta-feira	Bolo com chá mate	Macarrão em molho + com carne bovina+ salada de alface + chuchu+ melão	Bolo simples + laranja + maçã	Polenta com carne de panela + salada de couve refogada
Sexta-feira	Pão com margarina +leite sem lactose	Arroz, feijão+ frango em molho+salada de couve e abóbora cozida+ mamão	Banana+ pão com margarina+ chá mate	Macarrão com molho de tomate+ carne bovina cozida + salada de alface + batata + cenoura cozidas

***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.**

Produtos alimentícios e as preparações culinárias dos alunos do CMEI, que são intolerantes a lactose, não poderá conter ingredientes como leite e derivados (leite, queijo, mussarela, brigadeiro, requeijão, manteiga, creme de leite, leite condensado, creme de leite, doce de leite, biscoitos recheados, patês). No entanto, se o rótulo do alimento ou produto alimentício, estiver descrito SEM LACTOSE, ai poderá ofertar.