



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I
Intolerante a lactose
10/03/2025 á 14/03/2025
CARDÁPIO 2

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	9:45 / 10:00	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Leite sem lactose com biscoito doce	Arroz +feijão + ovo mexido +salada alface e cenoura + maça	Arroz +feijão + ovo mexido +salada alface e cenoura + maça
Terça-feira	Chá mate e Pão caseiro e margarina	Macarrão com peito de frango cozido + cenoura cozida+ salada de alface +laranja	Macarrão com peito de frango cozido + cenoura cozida+ salada de alface +laranja
Quarta-feira	Leite sem lactose com Bolo simples	Arroz com feijão + carne bovina com milho e salada repolho + melão	Arroz com feijão + carne bovina com milho e salada repolho + melão
Quinta-feira	Chá mate e Pão caseiro com margarina	Arroz + purê de batata com frango em molho+ chuchu e salada couve + mamão	Arroz + purê de batata com frango em molho+ chuchu e salada couve + mamão
Sexta-feira	Leite sem lactose com Bolo simples	Arroz com feijão + peixe assado com chuchu e salada couve + mamão	Arroz com feijão + peixe assado com chuchu e salada couve + mamão
*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.			
Produtos alimentícios e as preparações culinárias dos alunos da escola, que são intolerantes a lactose, não poderá conter ingredientes como leite e derivados (leite, queijo, mussarella, 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.			