



**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

<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>	Leite sem lactose com biscoito doce	Arroz +feijão + ovo mexido +salada alface e cenoura + maça	Arroz +feijão + ovo mexido +salada alface e cenoura + maça
<b>Terça-feira</b>	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
<b>Quarta-feira</b>	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
<b>Quinta-feira</b>	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
<b>Sexta-feira</b>	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
<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 altrando significativamente a composição nutricional da refeição.</b>			
<b>Produtos alimentícios e as preparações culinárias dos alunos da escola, que são intolerantes a lactose, não poderá conter ingredientes</b>			

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.