



**CARDÁPIO ESCOLA**  
**Educação Infantil e Fundamental I**  
**Intolerante a Lactose**  
**17/03/2025 á 21/03/2025**  
**Cardápio 3**

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	Arroz + feijão+ ovo +salada alface e cenoura + banana	Arroz + feijão+ ovo +salada alface e cenoura + banana
<b>Terça-feira</b>	Chá mate e Bolo simples	Macarrão com molho de tomate + carne suína+ mamão + salada de alface com batata	Macarrão com molho de tomate + carne suína+ mamão + salada de alface com batata
<b>Quarta-feira</b>	Chá mate e Pão com margarina	Arroz com tilápia assada + chuchu + feijão + salada de repolho + mamão	Arroz com tilápia assada + chuchu + feijão + salada de repolho + mamão
<b>Quinta-feira</b>	Chá mate e Bolo simples	Polenta com arroz+carne bovina cozida + salada repolho + cenoura cozida+ mamão	Polenta com arroz+carne bovina cozida + salada repolho + cenoura cozida+ mamão
<b>Sexta-feira</b>	Chá mate e Pão com margarina	Arroz com coxa e sobrecoxa assada + chuchu + feijão + salada de couve + laranja	Arroz com coxa e sobrecoxa assada + chuchu + feijão + salada de couve + laranja

**\*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 do 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.**