



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I
Alérgico ao glúten
05/05/2025 á 09/05/2025
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	10:00/10:15	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Leite + Maça	Arroz com feijão +ovo mexido e salada alface + cenoura cozida +mamão	Arroz com feijão +ovo mexido e salada alface + cenoura cozida +mamão
Terça-feira	Leite + Banana	Arroz+feijão+ frango em molho+ chuchu cozido+ salada de repolho + Pêra	Arroz+feijão+ frango em molho+ chuchu cozido+ salada de repolho + Pêra
Quarta-feira	Leite + Mamão	Arroz com feijão + filé de tilápia assado com abóbora e salada couve + mamão	Arroz com feijão + filé de tilápia assado com abóbora e salada couve + mamão
Quinta-feira	Leite + Melão	Arroz +polenta + carne suína com chuchu e salada repolho + banana	Arroz +polenta + carne suína com chuchu e salada repolho + banana
Sexta-feira	Leite + Pêra	Arroz+feijão+ carne bovina com tomate+ salada de alface + maça	Arroz+feijão+ carne bovina com tomate+ salada de alface + maça
*Cardápio sujeito a alteração sem aviso prévio (de acordo com a disponibilidade de alimentos), intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos. Não utilizar alimentos com farinha de trigo, aveia e cevada (bolos, biscoito, pães, macarrão, panqueca). Para empanar peixes utilizar fubá.			
Ofertar frutas sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa			