



**CARDÁPIO ESCOLA**  
**Educação Infantil e Fundamental I**

**19/05/2025 á 23/05/2025**  
**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 e Biscoito doce	Arroz+feijão+omelete + cenoura cozida +salada de couve + banana	Arroz+feijão+omelete + cenoura cozida +salada de couve + banana
<b>Terça-feira</b>	Chá mate e Pão caseiro e manteiga	Macarrão com carne moída+chuchu+salada de alface+ mamão	Macarrão com carne moída+chuchu+salada de alface+ mamão
<b>Quarta-feira</b>	Chá mate e Bolo simples	Canjiquinha com frango+tomate+ arroz+ cenoura cozida+ maça	Canjiquinha com frango+tomate+ arroz+ cenoura cozida+ maça
<b>Quinta-feira</b>	Chá mate e Pão caseiro com manteiga	Arroz+feijão+peixe em molho + batata cozida +salada de repolho + banana	Arroz+feijão+peixe em molho + batata cozida +salada de repolho + banana
<b>Sexta-feira</b>	Chá mate e Bolo simples	Arroz com Polenta + carne bovina+ abobrinha + salada de alface+ melão	Arroz com Polenta + carne bovina+ abobrinha + salada de alface+ melão
<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>Ofertar frutas sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa</b>			