



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I
Alérgico ao glúten
19/05/2025 á 23/05/2025
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	Chá mate e Melão	Arroz+feijão+omelete + cenoura cozida +salada de couve + banana	Arroz+feijão+omelete + cenoura cozida +salada de couve + banana
Terça-feira	Chá mate e Maça	Arroz+feijão com carne moída+chuchu+salada de alface+ mamão	Arroz+feijão com carne moída+chuchu+salada de alface+ mamão
Quarta-feira	Chá mate e Mamão	Canjiquinha com frango+tomate+ arroz+ cenoura cozida+ maça	Canjiquinha com frango+tomate+ arroz+ cenoura cozida+ maça
Quinta-feira	Chá mate e Maça	Arroz+feijão+peixe em molho + batata cozida +salada de repolho + banana	Arroz+feijão+peixe em molho + batata cozida +salada de repolho + banana
Sexta-feira	Chá mate e Banana	Arroz com Polenta + carne bovina+ abobrinha + salada de alface+ melão	Arroz com Polenta + carne bovina+ abobrinha + salada de alface+ melão
*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			