



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I
Alérgico ao glúten
26/05/2025 á 30/05/2025
CARDÁPIO 5

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	9:45 / 10:00	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Chá mate e Melão	Arroz + feijão+ omelete +salada repolho + cenoura cozida + melancia	Arroz + feijão+ omelete +salada repolho + cenoura cozida + banana
Terça-feira	Chá mate e Maça	Arroz com polenta + carne moída+ chuchu + salada de couve + Banana	Arroz com polenta + carne moída+ chuchu + salada de couve + mamão
Quarta-feira	Chá mate e Mamão	Arroz+ feijão com molho de tomate + frango+ melão+ salada de alface com batata	Arroz+ feijão com molho de tomate + frango+ melão+ salada de alface com batata
Quinta-feira	Chá mate e Maça	Arroz + feijão+ carne suina +salada repolho + salada de batata e cenoura + mamão	Arroz + feijão+ carne suina +salada repolho + salada de batata e cenoura + banana
Sexta-feira	Chá mate e Banana	Arroz com tilápia assada + chuchu + feijão + salada de couve + Pera	Arroz com tilápia assada + chuchu + feijão + salada de couve + Pera
*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			