



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I
Alérgico ao glúten
02/06/2025 á 06/06/2025
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 temperado com cenoura cozida+ omelete + alface + melão	Arroz temperado com cenoura cozida+ omelete + alface + melão
Terça-feira	Leite + Banana	Polenta com carne bovina moída em molho com cenoura e salada de repolho+ melancia	Polenta com carne bovina moída em molho com cenoura e salada de repolho+ melancia
Quarta-feira	Leite + Mamão	Arroz com feijão+ frango em molho +salada de couve+ abobrinha+ mamão	Arroz com feijão+ frango em molho +salada de couve+ abobrinha+ mamão
Quinta-feira	Leite + Melão	Sopa de mandioca com carne suína + vagem cozida + chuchu cozido + maça	Sopa de mandioca com carne suína + vagem cozida + chuchu cozido + maça
Sexta-feira	Leite + Pêra	Arroz + Feijão + peixe assado + tomate+ alface + banana	Arroz + Feijão + peixe assado + tomate+ alface + banana
*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			