



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I
Alérgico ao glúten
09/06/2025 á 13/06/2025
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	9:45 / 10:00	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Leite + Maça	Arroz com cenoura +ovo mexido e salada alface + +mamão	Arroz com cenoura +ovo mexido e salada alface + +mamão
Terça-feira	Leite + Mamão	Purê de batata com frango em molho+ chuchu cozido+ salada de repolho + melão	Purê de batata com frango em molho+ chuchu cozido+ salada de repolho + melão
Quarta-feira	Leite + Banana	Arroz com canjiquinha+ carne moída com abóbora e salada couve + mamão	Arroz com canjiquinha+ carne moída com abóbora e salada couve + mamão
Quinta-feira	Leite + Melão	Arroz+ feijão+ carne suína com tomate+ salada de alface + banana	Arroz+ feijão+ carne suína com tomate+ salada de alface + banana
Sexta-feira	Leite + Banana	Arroz+ feijão + peixe assado+ tomate+ salada de repolho + mamão	Arroz+ feijão + peixe assado+ tomate+ salada de repolho + mamão
*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			