



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

23/06/2025 á 27/06/2025
Cardápio 3

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 Biscoito doce	Arroz temperado com milho e ervilha+omelete +salada de alface+ melão	Arroz temperado com milho e ervilha+omelete +salada de alface+ melão
Terça-feira	Leite e Pão caseiro e manteiga	Macarrão com carne moída+cenoura+salada de repolho+ mamão	Macarrão com carne moída+cenoura+salada de repolho+ mamão
Quarta-feira	Chá mate e Bolo simples	Arroz+feijão + coxa e sobrecoxa assada+ abobrinha cozida+ salada de couve+ banana	Arroz+feijão + coxa e sobrecoxa assada+ abobrinha cozida+ salada de couve+ banana
Quinta-feira	Leite e Pão caseiro com manteiga	Arroz+feijão+peixe assado + batata cozida +salada de repolho + melão	Arroz+feijão+peixe assado + batata cozida +salada de repolho + melão
Sexta-feira	Chá mate e Bolo simples	Canjiquinha com frango+tomate+ arroz+ cenoura cozida+ maçã	Canjiquinha com frango+tomate+ arroz+ cenoura cozida+ maçã
*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 alterando significativamente a composição nutricional da refeição.			
Ofertar frutas sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa			