



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

Intolerante a lactose
28/07/2025 á 01/08/2025
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	Chá mate com biscoito doce	arroz+ feijão+ omelete+cenoura+ maçã+ salada de alface	arroz+ feijão+ omelete+cenoura+ maçã+ salada de alface
Terça-feira	Chá mate com Bolo simples	Macarrão com carne moída+ tomate+ salada de repolho + mamão formosa	Macarrão com carne moída+ tomate+ salada de repolho + mamão formosa
Quarta-feira	Chá mate + Pão e manteiga	Arroz com feijão+ coxa e sobrecoxa de frango assado + salada de alface + abobrinha cozida+ banana	Arroz com feijão+ coxa e sobrecoxa de frango assado + salada de alface + abobrinha cozida+ banana
Quinta-feira	Chá mate com Bolo simples	Arroz + Feijão + tilápia assada +chuchu + Salada de alface + melão	Arroz + Feijão + tilápia assada +chuchu + Salada de alface + melão
Sexta-feira	Chá mate + Pão e manteiga	Canjiquinha + arroz+ com carne suína + salada de alface + melancia	Canjiquinha + arroz+ com carne suína + salada de alface + melancia

***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.**

Produtos alimentícios e as preparações culinárias dos alunos do escola, que são intolerantes a lactose, não poderá conter ingredientes como leite e derivados (leite, queijo, mussarella, brigadeiro, requeijão, manteiga, creme de leite, leite condensado, creme de leite, doce de leite, biscoitos recheados, patês). No entanto, se o rótulo do alimento ou produto alimentício, estiver descrito SEM LACTOSE, ai poderá ofertar.