



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I
Intolerante a Lactose
11/08/2025 á 15/08/2025
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 com biscoito doce	Pão com carne moída com suco de uva + mamão	Pão com carne moída com suco de uva + mamão
Terça-feira	Chá com pão e margarina	Arroz temperado com milho, ervilha e ovo + salada de repolho+ cenoura cozida + mamão	Arroz temperado com milho, ervilha e ovo + salada de repolho+ cenoura cozida + mamão
Quarta-feira	Chá com pão e margarina	Macarrão com carne bovina + abobrinha + salada de repolho+ banana	Macarrão com carne bovina + abobrinha + salada de repolho+ banana
Quinta-feira	Chá com pão e margarina	arroz+ Polenta com frango em molho+ cenoura cozida+ melancia+ salada de couve	arroz+ Polenta com frango em molho+ cenoura cozida+ melancia+ salada de couve
Sexta-feira	Chá com pão e margarina	Mandioca cozida+arroz+ com carne suína +vagem + alface+ Pêra	Mandioca cozida+arroz+ com carne suína +vagem + alface+ Pêra
*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, mussarela, 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.			