

**CARDÁPIO ESCOLA****Educação Infantil e Fundamental I****Alérgico ao glúten****25/08/2025 á 29/08/2025****CARDÁPIO 2**

Dra. Samara A.T. Kinoshita

Nutricionista CRN 8-7108

Departamento de Educação e Esportes de Uniflor

e-mail:nutricaouniflor@gmail.com

<b>Refeições</b>	<b>Café da Manhã</b>	<b>Lanche</b>	<b>Lanche da tarde</b>
<b>Horários</b>	<b>07:00</b>	<b>10:00 / 10:15</b>	<b>14:30/ 14:45</b>
<b>Segunda-feira</b>	Estudo e planejamento	Estudo e planejamento	Estudo e planejamento
<b>Terça-feira</b>	Chá mate+ melão	Arroz + feijão+ ovo +salada de alface + cenoura + banana	Arroz + feijão+ ovo +salada de alface + cenoura + banana
<b>Quarta-feira</b>	Chá mate + mamão	Arroz+feijão + frango em molho+ chuchu cozido + salada de couve + maçã	Arroz+feijão + frango em molho+ chuchu cozido + salada de couve + maçã
<b>Quinta-feira</b>	Leite + Maça	Arroz com feijão +peixe assado + salada de repolho e vagem+ mamão	Arroz com feijão +peixe assado + salada de repolho e vagem+ mamão
<b>Sexta-feira</b>	Leite + Banana	Arroz+feijão+ carne bovina em cubos + abobrinha + salada de alface + melão	Arroz+feijão+ carne bovina em cubos + abobrinha + salada de alface + melão
<b>*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.</b>			
<b>Ofertar frutas sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa</b>			