

**CARDÁPIO ESCOLA**

Educação Infantil e Fundamental I

Alérgico ao glúten

01/09/2025 á 05/09/2025

**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	10:00/10:15	14:30/ 14:45
<b>Segunda-feira</b>	Leite + Maça	Arroz com feijão + ovo+cenoura e salada repolho +melão	Arroz com feijão + ovo+cenoura e salada repolho +melão
<b>Terça-feira</b>	Leite + Banana	Arroz +feijão + coxa de frango assado+ chuchu cozido+ salada repolho + mamão	Arroz +feijão + coxa de frango assado+ chuchu cozido+ salada repolho + mamão
<b>Quarta-feira</b>	Leite + Mamão	Arroz+feijão com carne bovina+ quiabo cozido+ salada de alface +pêra	Arroz+feijão com carne bovina+ quiabo cozido+ salada de alface +pêra
<b>Quinta-feira</b>	Leite + Melão	Arroz +feijão + peixe assado e batata assada+ repolho + banana	Arroz +feijão + peixe assado e batata assada+ repolho + banana
<b>Sexta-feira</b>	Leite + Pêra	Arroz +fubá + carne suína cozida+ batata doce+ salada de alface + maça	Arroz +fubá + carne suína cozida+ batata doce+ salada de alface + maça
<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>			