



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

Intolerante a lactose
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	9:45 / 10:00	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Leite sem lactose com biscoito doce	Arroz com feijão + ovo+cenoura e salada repolho +melão	Arroz com feijão + ovo+cenoura e salada repolho +melão
Terça-feira	Chá mate e pão com margarina	Arroz +feijão + coxa de frango assado+ chuchu cozido+ salada repolho + mamão	Arroz +feijão + coxa de frango assado+ chuchu cozido+ salada repolho + mamão
Quarta-feira	Leite sem lactose com pão caseiro com margarina	Macarrão com carne bovina+ quiabo cozido+ salada de alface +pêra	Macarrão com carne bovina+ cenoura cozida+ salada de alface +pêra
Quinta-feira	Chá mate e pão com margarina	Arroz +feijão + peixe assado e batata assada+ repolho + banana	Arroz +feijão + peixe assado e batata assada+ repolho + banana
Sexta-feira	Leite sem lactose com pão caseiro com margarina	Arroz +fubá + carne suína cozida+ batata doce+ salada de alface + maça	Arroz +fubá + carne suína cozida+ batata doce+ salada de alface + maça

***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 altrando significativamente a composição nutricional da refeição.**

Produtos alimentícios e as preparações culinárias dos alunos da 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.