



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

15/09/2025 á 19/09/2025
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 | 9:30 / 9:45 | 14:30/ 14:45 |
| Segunda-feira | Leite e Biscoito doce | arroz+ feijão+ovo mexido com legumes+salada de alface + Pêra | arroz+ feijão+ovo mexido com legumes+salada de alface + melão |
| Terça-feira | Chá mate e Pão caseiro e manteiga | Arroz + Purê de batata + coxa e sobrecoxa assada + salada de repolho+ mamão | Arroz + Purê de batata + coxa e sobrecoxa assada + salada de repolho+ mamão |
| Quarta-feira | Leite e Bolo simples | Arroz + feijão +carne bovina cozida+ cenoura cozida + salada de alface+ Banana | Arroz + feijão +carne bovina cozida+ batata doce + salada de alface+ Banana |
| Quinta-feira | Chá mate e Pão caseiro com manteiga | Arroz+mandioca cozida + tilápia assada+ salada de repolho+ mamão | Arroz+mandioca cozida + tilápia assada+ salada de repolho+ mamão |
| Sexta-feira | Leite e Bolo simples | arroz+ feijão+carne suína +cenoura cozida + salada de repolho+Melancia | arroz+ feijão+carne suína +cenoura cozida + salada de repolho+Melancia |
| <p>*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.</p> | | | |
| <p>Ofertar frutas para as crianças as 13:00</p> | | | |