

**CARDÁPIO ESCOLA**

Educação Infantil e Fundamental I

Alérgico ao glúten

06/10/2025 á 10/10/2025

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 + omelete com cenoura e salada de tomate +mamão	Arroz com feijão + omelete com cenoura e salada de tomate +mamão
<b>Terça-feira</b>	Leite + Banana	Arroz com feijão+ tomate e peito de frango+ salada de alface + melão	Arroz com feijão+ tomate e peito de frango+ salada de alface + melão
<b>Quarta-feira</b>	Leite + Mamão	Arroz+feijão carne suína+ chuchu + salada de repolho+banana	Arroz+feijão carne suína+ chuchu + salada de repolho+banana
<b>Quinta-feira</b>	Leite + Melão	Purê com peixe em molho + arroz+ salada de couve + melancia	Purê com peixe em molho + arroz+ salada de couve + melancia
<b>Sexta-feira</b>	Leite + Pêra	Arroz com feijão+carne moída+salada de repolho+ maça	Arroz com feijão+carne moída+salada de repolho+ 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>			