



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

20/10/2025 á 24/10/2025
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	10:00 /10:15	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Leite e Biscoito doce	arroz+ feijão+ovo mexido com legumes +salada de repolho + melancia	arroz+ feijão+ovo mexido com legumes +salada de repolho + melancia
Terça-feira	Chá mate e Pão caseiro e manteiga	Macarrão+carne moída + chuchu cozido +salada de alface + maça	Macarrão+carne moída + chuchu cozido +salada de alface + maça
Quarta-feira	Leite e Pão caseiro e manteiga	Arroz+ feijão +carne bovina + cenoura cozida +salada de couve + banana	Arroz+ feijão +carne bovina + cenoura cozida +salada de couve + banana
Quinta-feira	Chá mate e Pão caseiro com manteiga	Arroz + Feijão +strogonoff de carne + salada de alface+ Melão	Arroz + Feijão +strogonoff de carne + salada de alface+ Melão
Sexta-feira	Leite e Pão caseiro e manteiga	Macarrão com frango desfiado +salada de cenoura ralada + mamão	Macarrão com frango desfiado +salada de cenoura ralada + mamão
*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.			
Ofertar frutas para as crianças as 14:30-14:45			