



CARDÁPIO ESCOLA

Educação Infantil e Fundamental I

Alérgico ao glúten e diabético

20/10/2025 á 24/10/2025

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
Segunda-feira	Leite + Banana	arroz+ feijão+ovo mexido com legumes +salada de repolho + melancia	arroz+ feijão+ovo mexido com legumes +salada de repolho + melancia
Terça-feira	Leite + Mamão	Arroz+feijão+carne moída + chuchu cozido +salada de alface + maçã	Arroz+feijão+carne moída + chuchu cozido +salada de alface + maçã
Quarta-feira	Leite + Banana	Arroz+ feijão +carne bovina + cenoura cozida +salada de couve + banana	Arroz+ feijão +carne bovina + cenoura cozida +salada de couve + banana
Quinta-feira	Leite + Melancia	Arroz + Feijão +strogonoff de carne + salada de alface+ Melão	Arroz + Feijão +strogonoff de carne + salada de alface+ Melão
Sexta-feira	Leite + Pêra	Arroz + feijão 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. Não utilizar alimentos com farinha de trigo, aveia e cevada (bolos, biscoito, pães, macarrão, panqueca). Para empanar peixes utilizar fubá. As crianças portadoras de Diabétes Melitos não devem repetir a preparação			
Ofertar frutas sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa			