



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

Alérgico ao glúten e diabético

27/10/2025 á 31/10/2025

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	Chá mate+ Maça	Ponto facultativo -Dia Servidor Público	Ponto facultativo -Dia Servidor Público
Terça-feira	Chá mate + mamão	Arroz com feijão +omelete com legumes + salada alface + banana	Arroz com feijão +omelete com legumes + salada alface + banana
Quarta-feira	Chá mate + banana	Arrox+feijão+ carne moída em molho+ maça + salada de abobrinha cozida	Arrox+feijão+ carne moída em molho+ maça + salada de abobrinha cozida
Quinta-feira	Leite + melão	Arroz com feijão +peixe assado + salada de couve+ chuchu cozido + Melancia	Arroz com feijão +peixe assado + salada de couve+ chuchu cozido + Melancia
Sexta-feira	Leite + melancia	Arroz + Feijão + frango em molho com brócolis cozido + salada repolho+ melão	Arroz + Feijão + frango em molho com brócolis cozido + salada repolho+ melão
*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			