



**CARDÁPIO ESCOLA**  
**Educação Infantil e Fundamental I**

**03/11/2025 á 07/11/25**  
**CARDÁPIO 1**

Dra. Samara A.T. Kinoshita  
Nutricionista CRN 8-7108  
Departamento de Educação e Esportes de Uniflor  
[e-mail:nutricaouniflor@gmail.com](mailto:nutricaouniflor@gmail.com)

<b>Refeições</b>	<b>Café da Manhã</b>	<b>Lanche</b>	<b>Lanche da Tarde</b>
<b>Horários</b>	<b>07:00</b>	<b>10:00 / 10:15</b>	<b>14:30/ 14:45</b>
<b>Segunda-feira</b>	Leite com Pão e manteiga	Arroz com feijão + omelete com cenoura e abobrinha + salada alface +maça	Arroz com feijão + omelete com cenoura e abobrinha + salada alface +maça
<b>Terça-feira</b>	Chá mate e bolo simples	Arroz +feijão + coxa de frango assada + tomate e salada repolho + melancia	Arroz +feijão + coxa de frango assada + tomate e salada repolho + melancia
<b>Quarta-feira</b>	Leite com pão caseiro com manteiga	Macarrão com carne bovina+ cenoura cozida+ salada de couve +melão	Macarrão com carne bovina+ cenoura cozida+ salada de couve +melão
<b>Quinta-feira</b>	Leite e Bolo simples	Arroz +feijão + peito de frango em molho +brócolis +salada alface + Pêra	Arroz +feijão + peito de frango em molho +brócolis +salada alface + Pêra
<b>Sexta-feira</b>	Leite e Bolo simples	Arroz + Feijão + carne bovina em molho + tomate+ alface + uva	Arroz + Feijão + carne bovina em molho + tomate+ alface + uva
<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. As trocas ou substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo alimentar, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.</b>			
<b>Ofertar frutas para as crianças as 14:30-14:45</b>			