



CARDÁPIO ESCOLA

Educação Infantil e Fundamental I

Alérgico ao glúten e diabético

03/11/2025 á 07/11/2025

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 + pêra	Arroz com feijão + omelete com cenoura e abobrinha + salada alface +maça	Arroz com feijão + omelete com cenoura e abobrinha + salada alface +maça
Terça-feira	Leite + Banana	Arroz +feijão + coxa de frango assada + tomate e salada repolho + melancia	Arroz +feijão + coxa de frango assada + tomate e salada repolho + melancia
Quarta-feira	Leite + Melancia	Arroz + feijão+carne bovina+ cenoura cozida+ salada de couve +melão	Arroz + feijão+carne bovina+ cenoura cozida+ salada de couve +melão
Quinta-feira	Leite + Uva	Arroz +feijão + peito de frango em molho +brócolis +salada alface + Pêra	Arroz +feijão + peito de frango em molho +brócolis +salada alface + Pêra
Sexta-feira	Leite + Pêra	Arroz + Feijão + carne bovina em molho + tomate+ alface + uva	Arroz + Feijão + carne bovina em molho + tomate+ alface + uva
*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			