



CARDÁPIO ESCOLA

Educação Infantil e Fundamental I

Alérgico ao glúten e diabético

10/11/2025 á 14/11/2025

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+ Feijão com ovo mexido +chuchu cozido + alface+ melão	Arroz+ Feijão com ovo mexido +chuchu cozido + alface+ melão
Terça-feira	Leite + Banana	Macarrão com peito de frango + cenoura cozida + salada de repolho+ banana	Macarrão com peito de frango + cenoura cozida + salada de repolho+ banana
Quarta-feira	Leite + Melancia	Arroz+feijão + abobrinha + carne suina cozida+ salada de alface+ maça	Arroz+feijão + abobrinha + carne suina cozida+ salada de alface+ maça
Quinta-feira	Leite + Uva	Arroz + Feijão + tilápia assada + tomate + Salada de repolho + Pêra	Arroz + Feijão + tilápia assada + tomate + Salada de repolho + Pêra
Sexta-feira	Leite + Pêra	Arroz com coxa e sobrecoxa de frango assado + brócolis cozido +salada de repolho + melancia	Arroz com coxa e sobrecoxa de frango assado + brócolis cozido +salada de repolho + melancia
*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 Diabetes Melitos não devem repetir a preparação.			
Ofertar frutas sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa			