



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I
Alérgico ao glúten e diabético
01/12/2025 á 05/12/2025
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 + omelete + tomate+ alface + melão	Arroz + Feijão + omelete + tomate+ alface + melão
Terça-feira	Leite + Banana	Arroz+feijão com peito de frango+ cenoura cozida+ salada de couve +manga	Arroz+feijão com peito de frango+ cenoura cozida+ salada de couve +manga
Quarta-feira	Leite + Melancia	Arroz +feijão + carne em cubos +Brócolis +salada alface+ mamão	Arroz +feijão + carne em cubos +Brócolis +salada alface+ mamão
Quinta-feira	Leite + Uva	Arroz com feijão + peixe em molho+ beterraba e salada de alface+ banana	Arroz com feijão + peixe em molho+ beterraba e salada de alface+ banana
Sexta-feira	Leite + Pêra	Arroz + Feijão + carne suína + Chuchu+ couve + melancia	Arroz + Feijão + carne suína + Chuchu+ couve + 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			