



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

Dra. Samara A.T. Kinoshita
Nutricionista CRN 8-7108

Departamento de Educação e Esportes de Uniflor
e-mail:nutricaouniflor@gmail.com

Alérgico a Proteína do Leite
15/12/2025 á 19/12/25

Refeições	Café da Manhã	Lanche	Lanche da tarde
Horários	07:00	10:00/10:15	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Chá mate e mamão	Arroz + feijão+ ovo mexido +salada de alface + cenoura + melancia	Arroz + feijão+ ovo mexido +salada de alface + cenoura + melancia
Terça-feira	Chá mate e banana	Arroz + feijão+ carne moída + chuchu + salada de couve + melão	Arroz + feijão+ carne moída + chuchu + salada de couve + melão
Quarta-feira	Chá mate e Pêra	Macarrão com molho de tomate + frango em molho + banana + salada de chuchu cozido	Macarrão com molho de tomate + frango em molho + banana + salada de chuchu cozido
Quinta-feira	Chá mate e Uva	Arroz com feijão +peixe assado + salada de repolho e pepino+ laranja	Arroz com feijão +peixe assado + salada de repolho e pepino+ laranja
Sexta-feira	Chá mate e banana	Arroz + feijão + carne em molho com cenoura + alface+mamão	Arroz + feijão + carne em molho com cenoura + alface+mamão
*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.			
Ofertar frutas para as crianças as 14:30-14:45			