



## CARDÁPIO ESCOLA

05/09/2022 á 09/09/22  
CARDÁPIO 1

Dra. Samara A.T. Kinoshita

Nutricionista CRN 8-7108

Especialista em nutrição clínica, metabolismo e esporte

[e-mail:nutricaouniflor@gmail.com](mailto:nutricaouniflor@gmail.com)

Refeições	Café da Manhã	Lanche	Lanche da Tarde
Horários	07:00	9:30 / 9:45	14:30/ 14:45
<b>Segunda-feira</b>	Leite com bolacha doce	Macarrão espaguete com carne de panela + chuchu	Macarrão espaguete com carne de panela + chuchu
<b>Terça-feira</b>	Bolo caseiro com leite	Arroz com feijão + frango em molho com cenoura e salada alface	Arroz com feijão + frango em molho com cenoura e salada alface
<b>Quarta-feira</b>	chá mate com Bolo caseiro	Arroz com feijão + peixe assado com chuchu e salada repolho	Arroz com feijão + peixe assado com chuchu e salada repolho
<b>Quinta-feira</b>	Pão com manteiga e leite	Polenta com carne bovina em molho+ batatinha+salda de repolho	Polenta com carne bovina em molho+ batatinha+salda de repolho
<b>Sexta-feira</b>	Leite e Pão com mantiga	Arroz com feijão +frango assado e cenoura e salada alface	Arroz com feijão +frango assado e cenoura e salada alface

\*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 sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa