



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

02/03/2026 á 06/03/2026
CARDÁPIO 1

Dra. Samara A.T. Kinoshita
Nutricionista CRN 8-7108
Departamento de Educação e Esportes de Uniflor
[e-mail:nutricaouniflor@gmail.com](mailto: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 com Bolo simples | Arroz +feijão + carne bovina +salada repolho + cenoura + melão | Arroz +feijão + carne bovina +salada repolho + cenoura + melão |
| Terça-feira | Chá mate e Pão caseiro e manteiga | Macarrão com peito de frango cozido + cabotiá cozida+ salada de alface + laranja | Macarrão com peito de frango cozido + cabotiá cozida+ salada de alface + laranja |
| Quarta-feira | Leite com Bolo simples | Arroz com feijão + peixe assado+ salada couve + tomate+ melancia | Arroz com feijão + peixe assado+ salada couve + tomate+ melancia |
| Quinta-feira | Chá mate e Pão caseiro com manteiga | Arroz + canjiquinha+ carne suína+ chuchu e salada alface + mamão | Arroz + canjiquinha+ carne suína+ chuchu e salada alface + mamão |
| Sexta-feira | Leite com Bolo simples | Arroz com feijão + coxa e sobrecoxa assada com brócolis e salada couve + banana | Arroz com feijão + coxa e sobrecoxa assada com brócolis e salada couve + banana |
| *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 altrando significativamente a composição nutricional da refeição. | | | |
| Ofertar frutas sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa | | | |