



**CARDÁPIO ESCOLA**  
**Educação Infantil e Fundamental I**

**Intolerante a lactose**  
**02/03/2026 á 06/03/2026**  
**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 sem lactose 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	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 sem lactose 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	Arroz + canjiquinha+ carne suína+ chuchu e salada alface + mamão	Arroz + canjiquinha+ carne suína+ chuchu e salada alface + mamão
Sexta-feira	Leite sem lactose 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.**

**Produtos alimentícios e as preparações culinárias dos alunos da escola, que são intolerantes a lactose, não poderá conter ingredientes como leite e derivados (leite, queijo, mussarella, brigadeiro, requeijão, manteiga, creme de leite, leite condensado, creme de leite, doce de leite, biscoitos recheados, patês). No entanto, se o rótulo do alimento ou produto alimentício, estiver descrito SEM LACTOSE, ai poderá ofertar.**