



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

02/03/2026 á 06/03/2026

CARDÁPIO 1

Alérgico ao Glúten, Ovo e Leite (APLV)

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	Chá Mate com Melão	Arroz +feijão + carne bovina +salada repolho + cenoura + melão	Arroz +feijão + carne bovina +salada repolho + cenoura + melão
Terça-feira	Chá mate com Banana	Arroz com feijão+ peito de frango cozido + cabotiá cozida+ salada de alface + laranja	Arroz com feijão+ peito de frango cozido + cabotiá cozida+ salada de alface + laranja
Quarta-feira	Chá mate com Maça	Arroz com feijão + peixe assado+ salada couve + tomate+ melancia	Arroz com feijão + peixe assado+ salada couve + tomate+ melancia
Quinta-feira	Chá mate com Mamão	Arroz + canjiquinha+ carne suína+ chuchu e salada alface + mamão	Arroz + canjiquinha+ carne suína+ chuchu e salada alface + mamão
Sexta-feira	Chá mate com Pêra	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 alterando significativamente a composição nutricional da refeição.**

Produtos alimentícios e as preparações culinárias dos alunos da escola, que são alérgicos a ovo e glúten, não poderá conter farinha de trigo, aveia, cevada, ovos, gema e clara nos ingredientes e traços. No entanto, sempre ler o rótulo do alimento ou produto alimentício, que não deve estar escrito nos ingredientes OVO(S) ou GLÚTEN. Bem como, nas informações adicionais: PODE CONTER TRAÇOS DE OVO (S). PODE CONTER TRAÇOS DE GLÚTEN. Se conter nos ingredientes ou nas informações adicionais, o ingrediente OVO, AVEIA, TRIGO E CEVADA, então NÃO ofertar para os alunos.

Produtos alimentícios e as preparações culinárias dos alunos da escola, que são alérgicos a proteína, não poderá conter como ingredientes Leite e derivados (leite, queijo, mussarella, brigadeiro, requeijão, margarina, manteiga, leite condensado, creme de leite, doce de leite, biscoitos, patês). Olhar a lista de ingredientes dos alimentos.