



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

09/03/2026 á 13/03/2026

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+ com carne bovina+cenoura cozida + alface+ mamão	Arroz+feijão+ com carne bovina+cenoura cozida + alface+ mamão
Terça-feira	Chá mate com Banana	Arroz +feijão com coxa e sobrecoxa de frango assado + Chuchu+ salada de repolho + maçã	Arroz +feijão com coxa e sobrecoxa de frango assado + Chuchu+ salada de repolho + maçã
Quarta-feira	Chá mate com Melancia	Arroz + feijão com carne moída + Brócolis + salada de couve+ banana	Arroz + feijão com carne moída + Brócolis + salada de couve+ banana
Quinta-feira	Chá mate com Mamão	Arroz + Feijão + tilápia assada + tomate + Salada de alface + melão	Arroz + Feijão + tilápia assada + tomate + Salada de alface + melão
Sexta-feira	Chá mate com Laranja	arroz+ feijão com carne suína+ abóbora cozida+ salada de couve+ melancia	arroz+ feijão com carne suína+ abóbora cozida+ salada de couve+ melancia

***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.