



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

**12/09/2022 Á 16/09/2022**  
**Cardápio 2**

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)

<b>Refeições</b>	<b>Café da Manhã</b>	<b>Lanche</b>	<b>Lanche da tarde</b>
<b>Horários</b>	<b>07:00</b>	<b>9:30 / 9:45</b>	<b>14:30/ 14:45</b>
<b>Segunda-feira</b>	Chá mate com biscoito doce	Arroz+ Feijão + peito de frango+ cenoura cozida +Salada de acelga	Arroz+ Feijão + peito de frango+ cenoura cozida +Salada de acelga
<b>Terça-feira</b>	Leite com Bolo simples	Arroz + Feijão +carne suina assada + chuchu cozido+salada de alface	Arroz + Feijão +carne suina assada + chuchu cozido+salada de alface
<b>Quarta-feira</b>	Chá mate + Bolo simples	Polenta com frango em molho+ abobrinha cozida+salada de repolho	Polenta com frango em molho+ abobrinha cozida+salada de repolho
<b>Quinta-feira</b>	Pão com manteiga com leite	Macarronada com carne bovina em molho e cenoura cozida	Macarronada com carne bovina em molho e cenoura cozida
<b>Sexta-feira</b>	Pão com manteiga + leite	Arroz +feijão + filé de tilápia assada+chuchu+salada de repolho	Arroz +feijão + filé de tilápia assada+chuchu+salada de repolho

\*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 e lanche da tarde como sobremesa