



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

23/03/2026 á 27/03/2026
Cardápio 4

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	9:45 / 10:00	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Leite e Pão e manteiga	Macarrão com frango + salada alface e cenoura + Melão	Macarrão com frango + salada alface e cenoura + Melão
Terça-feira	Chá mate e Bolo simples	Arroz+canjiquinha + carne suína+ melancia + salada de repolho+ Abóbora cozida	Arroz+canjiquinha + carne suína+ melancia + salada de repolho+ Abóbora cozida
Quarta-feira	Leite e Pão e manteiga	Arroz com tilápia assada + Brócolis+ feijão + salada de couve + mamão	Arroz com tilápia assada + Brócolis+ feijão + salada de couve + mamão
Quinta-feira	Chá mate e Bolo simples	Polenta com arroz+carne bovina cozida + salada repolho + chuchu cozida+ manga	Polenta com arroz+carne bovina cozida + salada repolho + chuchu cozida+ manga
Sexta-feira	Leite e Pão caseiro com manteiga	Arroz com coxa e sobrecoxa assada + mandioca cozida + feijão + salada de alface + banana	Arroz com coxa e sobrecoxa assada + mandioca cozida + feijão + salada de alface + 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			