



**CARDÁPIO CMEI**  
**Educação Infantil - Maternal - Sem lactose**  
**1 ano á 4 anos e 11 meses**  
**19/09/2022 Á 23/09/2022**  
**Cardápio 3**

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>Almoço</b>	<b>Lanche</b>	<b>Jantar</b>
<b>Horários</b>	<b>07:00</b>	<b>10:30</b>	<b>14:00</b>	<b>16:00</b>
<b>Segunda-feira</b>	leite sem lactose com Pão francês	arroz+ Feijão com batatinha cozida+ frango em molho +salada acelga+(fruta de sobremesa)	Pão com manteiga com suco de polpa	Arroz + polenta com carne frango em molho+chuchu +salada de repolho
<b>Terça-feira</b>	Chá mate com Pão francês	Arroz com feijão + chuchu cozido +carne bovina em molho+ salada de tomate +(fruta sobremesa)	FRUTAS PICADAS	arroz+ Sopa de fubá com frango cozido + chuchu cozido
<b>Quarta-feira</b>	Suco de polpa com Pão francês	arroz + Polenta com frango em molho + vagem cozida+ salada de repolho +(fruta sobremesa)	Laranja + banana + chá mate (servir separado)	Sopa de macarrão com abobrinha cozida+ carne bovina cozida
<b>Quinta-feira</b>	leite sem lactose com Pão francês	Arroz com feijão + carne bovina em molho+ cenoura cozida + salada de alface + (fruta sobremesa)	Bolo simples com polpa de suco	Sopa de macarrão com molho de frango + chuchu cozido
<b>Sexta-feira</b>	Chá mate com Pão francês	Arroz com feijão + abobrinha cozida + tilápia assada+ salada de repolho + (fruta sobremesa)	Banana+mamão + chá mate (servir separado)	Sopa de feijão + carne bovina cozida + vagem cozida

\*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 do CMEI, que são intolerantes a lactose, não poderá conter ingredientes como leite e derivados (leite, queijo, mussarela, 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.