



CARDÁPIO CMEI
Educação Infantil - Maternal
1 ano a 4 anos e 11 meses
26/09/2022 a 30/09/2022
Cardápio 4

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	Almoço	Lanche	Jantar
Horários	07:00	10:30	14:00	16:00
Segunda-feira	Biscoito doce + leite	Arroz temperado (milho + ervilha) com carne bovina moída e salada de alface+ laranja	Chá mate + bolo simples + banana	Arroz com feijão + carne bovina músculo + salada de alface + cenoura cozida
Terça-feira	Bolo simples com leite	Arroz com filé de frango picado + tomate+ Feijão+salada de repolho + maçã	Banana+ laranja + chá mate	Sopa de macarrão com filé de frango + batata + abóbora cozida
Quarta-feira	Chá mate com Biscoito doce	Carne bovina de Panela com arroz+feijão + salada acelga+ tomate + maçã	Pão com manteiga + leite + mamão	Purê de batata com carne de panela em molho + cenoura cozida
Quinta-feira	Bolo simples com leite	Arroz com feijão e filé de peixe em molho + salada de alface + chuchu+ laranja	Bolo simples + laranja + maçã	Polenta com carne de panela + salada de couve refogada
Sexta-feira	Pão com manteiga + leite	Arroz, feijão+ carne bovina+salada de couve e cenoura cozida+ abóbora cozida+ mamão	Maçã + mamão + leite (servir separado)	Macarrão com molho de tomate+ carne bovina cozida + salada de alface + batata + cenoura cozidas

*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 ou lanche da tarde como sobremesa