



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

**31/10/2022 á 04/11/22**  
**Cardápio 4**

Dra. Samara A.T. Kinoshita  
Nutricionista CRN 8-7108  
Departamento de Educação e Esportes de Uniflor  
e-mail: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>	Biscoito doce com leite	Arroz + feijão+ carne bovina cozida +salada alface e cenoura + banana+ suco de polpa	Arroz + feijão+ carne bovina cozida +salada alface e cenoura + banana+ suco de polpa
<b>Terça-feira</b>	Biscoito doce com leite	Arroz + feijão + coxa e sobrecoxa assada + salada de repolho e batata + laranja	Arroz + feijão + coxa e sobrecoxa assada + salada de repolho e batata + laranja
<b>Quarta-feira</b>	Bolo simples e com leite	Macarrão com molho de tomate + peito de frango em molho+ mamão + salada de alface	Macarrão com molho de tomate + peito de frango em molho+ mamão + salada de alface
<b>Quinta-feira</b>	Chá mate e Pão com manteiga	Arroz + feijão + com carne bovina cozida + salada acelga + cenoura cozida+ mamão + suco de polpa	Arroz + feijão + com carne bovina cozida + salada acelga + cenoura cozida+ mamão + suco de polpa
<b>Sexta-feira</b>	Biscoito doce com leite	Arroz com tilápia assada + chuchu + feijão + salada de couve + mamão	Arroz com tilápia assada + chuchu + feijão + salada de couve + mamão

\*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