



**CARDÁPIO CMEI**  
**Educação Infantil - Maternal - Sem lactose**  
**1 ano á 4 anos e 11 meses**  
**14/11/2022 Á 18/11/2022**  
**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 batata doce + vagem cozida carne bovina musculo em molho +salada de acelga+ maça	mamão + biscoito doce + chá mate	Polenta com carne bovina moída + chuchu cozido +salada de acelga
<b>Terça-feira</b>	Chá mate com Pão francês	Arroz com feijão + abóbora cozida + frango em molho+ salada de alface+ tomate e mamão	Banana + chá mate + pão (servir separado)	Sopa de fubá com frango em molho + batata + chuchu cozidos + salada de couve
<b>Quarta-feira</b>	Suco de polpa com Pão francês	Polenta com carne bovina músculo moído + batata e chuchu cozidos+ salada de couve + laranja	Maça, bolo caseiro+ chá mate	Sopa de macarrão com batata+cenoura cozidas + carne bovina músculo moído
<b>Quinta-feira</b>	leite sem lactose com Pão francês	Macarrão com carne de panela +feijão + alface + cenoura cozida	Banana + mamão + leite sem lactose (servir separado)	Sopa de macarrão com molho de frango sobrecoxa desossada + batata+cenoura cozidos + salada de repolho
<b>Sexta-feira</b>	Chá mate com Pão francês	Arroz com feijão + batatas cozida + tilápia assada+ salada de alface	Maça + biscoito doce + chá mate	Sopa de feijão + carne bovina moída + abóbora cozida + couve em salada

\*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.

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.