



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

27/02/2023 á 03/03/2023
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	9:30 / 9:45	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Leite e Pão com manteiga	Arroz + feijão+ carne bovina cozida +salada repolho + salada de batata e cenoura + banana	Arroz + feijão+ carne bovina cozida +salada repolho + salada de batata e cenoura + banana
Terça-feira	Chá mate e Pão caseiro e manteiga	Arroz com tilápia assada + chuchu + feijão + salada de couve + mamão	Arroz com tilápia assada + chuchu + feijão + salada de couve + mamão
Quarta-feira	Leite e Bolo simples	Macarrão com molho de tomate + carne suína+ mamão + salada de alface com batata	Macarrão com molho de tomate + carne suína+ mamão + salada de alface com batata
Quinta-feira	Chá mate e Pão caseiro com manteiga	Arroz + feijão + com carne bovina cozida + salada acelga + cenoura cozida+ mamão	Arroz + feijão + com carne bovina cozida + salada acelga + cenoura cozida+ mamão
Sexta-feira	Leite e Bolo simples	Arroz com tilápia assada + chuchu + feijão + salada de acelga + laranja	Arroz com tilápia assada + chuchu + feijão + salada de acelga + laranja

*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