



**CARDÁPIO CMEI**  
**Educação Infantil - Maternal**  
**1 ano á 4 anos e 11 meses**

**Cardápio 3**  
**27/03/2023 á 31/03/2023**

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> | Chá mate com pão com manteiga | Arroz +feijão+ carne bovina e salada de alface+ maça                          | Pão com manteiga + leite             | Sopa de macarrão com batata, cenoura e carne bovina moída                |
| <b>Terça-feira</b>   | Leite com bolo simples        | Purê de batata+ arroz com peito de frango em molho + couve refogada + laranja | Maça,mamão + leite (servir separado) | Sopa de macarrão com batata+cenoura e músculo cozido + salada de repolho |
| <b>Quarta-feira</b>  | Chá mate com pão com manteiga | Arroz com feijão + peixe em molho + salada de couve + laranja                 | Chá mate com biscoito doce + banana  | Sopa de feijão, macarrão e carne bovina músculo cozido + cenoura cozida  |
| <b>Quinta-feira</b>  | Bolo simples com leite        | Polenta com frango em molho +arroz+ cenoura+tomate+ salada de acelga + maça   | Banana+laranja + chá mate            | Canja de arroz com carne músculo em molho+ salada de repolho             |
| <b>Sexta-feira</b>   | Leite e pão com manteiga      | Macarrão ao molho de tomate com carne bovina cozida + cenoura + banana        | Bolo simples + laranja               | Sopa de macarrão com frango+ cenoura 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 altrando significativamente a composição nutricional da refeição.

Ofertar frutas sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa