



**CARDÁPIO CMEI**  
**Educação Infantil - Maternal - Sem lactose**  
**1 ano á 4 anos e 11 meses**  
**27/03/2023 á 31/03/2023**  
**Cardápio 4**

Dra. Samara A.T. Kinoshita  
Nutricionista CRN 8-7108  
Especialista em nutrição clínica, metabolismo e esporte  
[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>	Biscoito doce e chá mate	Arroz +feijão+ carne bovina e salada de alface+ maçã	Chá mate + biscoito doce + banana	Sopa de macarrão com batata, cenoura e carne bovina moída
<b>Terça-feira</b>	Bolo simples com leite	Purê de batata+ arroz com peito de frango em molho + couve refogada + laranja	Banana+ laranja + chá mate	Sopa de macarrão com batata+cenoura e músculo cozido + salada de repolho
<b>Quarta-feira</b>	Chá mate com Biscoito doce	Arroz com feijão + peixe em molho + salada de couve + laranja	Pão com manteiga + leite sem lactose + mamão	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 + maçã	Bolo simples + laranja + maçã	Canja de arroz com carne músculo em molho+ salada de repolho
<b>Sexta-feira</b>	Chá mate com Biscoito doce	Macarrão ao molho de tomate com carne bovina cozida + cenoura + banana	Maçã + mamão + leite sem lactose (servir separado)	Sopa de macarrão com frango+ cenoura cozida

\*Cardápio sujeito a alteração sem aviso prévio (de acordo com a disponibilidade de alimentos)

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

Ofertar salada verde sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde

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.