



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

03/04/23 Á 07/04/23
Cardápio 5

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)

| 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 | Macarrão com carne bovina + cenoura com salada de alface+ banana | Macarrão com carne bovina + cenoura com salada de alface+ banana |
| Terça-feira | Chá mate e Bolo simples | Arroz + Feijão + coxa de frango assada +salada de repolho+ batata+ maçã | Arroz + Feijão + coxa de frango assada +salada de repolho+ batata+ maçã |
| Quarta-feira | Leite e Bolo simples | Purê de batata + peixe assado +salada de couve+ chuchu+ mamão | Purê de batata + peixe assado +salada de couve+ chuchu+ mamão |
| Quinta-feira | Chá mate e Pão caseiro com manteiga | Polenta com carne bovina moída em molho com cenoura e salada de acelga+ maçã | Polenta com carne bovina moída em molho com cenoura e salada de acelga+ maçã |
| Sexta-feira | Leite e Bolo simples | Arroz + Feijão + carne suína assada +tomate+ alface + mamão | Arroz + Feijão + carne suína assada +tomate+ alface + 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