



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

**Cardápio 4**  
**03/04/2023 á 07/04/2023**

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> | Pão com manteiga +leite  | Arroz branco com carne bovina em molho e salada de alface+ mamão                    | Chá mate + biscoito doce + banana      | Arroz com feijão + carne bovina músculo + salada de alface + cenoura cozida                     |
| <b>Terça-feira</b>   | Bolo com chá mate        | Arroz com filé de tilápia assado + tomate+ Feijão+salada de repolho + maça          | Banana+ laranja + chá mate             | Sopa de macarrão com carne moída + batata + abóbora cozida                                      |
| <b>Quarta-feira</b>  | Leite + pão com manteiga | Arroz+feijão +filé de frango+ salada acelga+ tomate + maça                          | Pão com manteiga + leite + mamão       | arroz+ feijão com carne de panela em molho + cenoura cozida                                     |
| <b>Quinta-feira</b>  | Pão caseiro com chá mate | Arroz com feijão e filé de peixe em molho + salada de alface + chuchu+ laranja      | Bolo simples + laranja + maça          | arroz+Polenta com carne de panela + salada de couve refogada                                    |
| <b>Sexta-feira</b>   | Bolo simples + leite     | Arroz, feijão+ carne bovina+salada de couve e cenoura cozida+ abóbora cozida+ mamão | Maça + mamão + leite (servir separado) | Macarrão com molho de tomate+ carne bovina cozida + salada de alface + batata + cenoura cozidas |

\*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