



**CARDÁPIO CMEI**  
**Educação Infantil - Maternal - Sem lactose**  
**1 ano á 4 anos e 11 meses**  
**24/04/2023 á 28/04/2023**  
**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 músculo em molho +salada de acelga+ maça	Chá mate + biscoito doce + banana	arroz +Polenta com carne bovina moída + chuchu cozido +salada de acelga
<b>Terça-feira</b>	Bolo simples com leite sem lactose	Arroz com feijão + cenoura cozida + Peito de frango em molho+ salada de alface+ tomate e mamão	Banana+ laranja + chá mate	Sopa de fubá com frango em molho + batata + chuchu cozidos + salada de couve
<b>Quarta-feira</b>	Chá mate com Biscoito doce	Arroz com feijão + carne em molho + salada de couve + laranja	Pão com manteiga + leite sem lactose + mamão	Sopa de macarrão com batata+cenoura cozidas + carne bovina músculo moído
<b>Quinta-feira</b>	Bolo simples com leite sem lactose	Macarrão com frango +feijão + alface + chuchu cozido	Bolo simples + laranja + maça	Sopa de macarrão com molho de frango sobrecoxa desossada + batata+cenoura cozidos + salada de repolho
<b>Sexta-feira</b>	Chá mate com Biscoito doce	arroz +feijão+ carne em molho + couve refogada + laranja	Maça + mamão + leite sem lactose (servir separado)	Sopa de feijão + carne bovina moída + abóbora cozida + couve em salada

\*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.