



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

05/06/2023 á 09/06/2023
CARDÁPIO 2

Dra. Samara A.T. Kinoshita
Nutricionista CRN 8-7108
Departamento de Educação e Esportes de Uniflor
e-mail:nutricaouniflor@gmail.com

Refeições	Café da Manhã	Lanche	Lanche da tarde
Horários	07:00	9:30 / 9:45	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Chá mate com biscoito doce	Arroz+ Feijão + omelete+ cenoura +Salada de repolho + melão	Arroz+ Feijão + omelete+ cenoura +Salada de repolho + melão
Terça-feira	Leite com pão e manteiga	Mandioca cozida+arroz+ com carne bovina+chuchu cozido + acelga+ laranja	Mandioca cozida+arroz+ com carne bovina+chuchu cozido + acelga+ laranja
Quarta-feira	Leite com bolo de laranja	arroz+ Polenta com carne moída +molho+ abobrinha cozida+ banana	arroz+ Polenta com carne moída +molho+ abobrinha cozida+ banana
Quinta-feira	Leite + pão com manteiga	Arroz com carne de suína + Feijão + quiabo +Salada de repolho + maça	Arroz com carne de suína + Feijão + quiabo +Salada de repolho + maça
Sexta-feira	Leite + bolo de laranja	Arroz com coxa e sobrecoxa de frango assado + salada de alface + banana	Arroz com coxa e sobrecoxa de frango assado + salada de alface + banana

*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