



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

03/07/23 Á 07/07/23
Cardápio 6

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 Achocolatado e Biscoito	Arroz + feijão + carne moída+ salada de repolho+tomate	Arroz + feijão + carne moída+ salada de repolho+tomate
Terça-feira	Chá mate e Pão caseiro e manteiga	Arroz + Feijão + salada de ovo cozido+ batatinha e cenoura+ salada de repolho+tomate	Arroz + Feijão + salada de ovo cozido+ batatinha e cenoura+ salada de repolho+tomate
Quarta-feira	Leite Achocolatado e Bolo simples	Arroz+ Polenta com frango com chuchu cozido + molho de tomate + salada de repolho	Arroz+ Polenta com frango com chuchu cozido + molho de tomate + salada de repolho
Quinta-feira	Chá mate e Pão caseiro com manteiga	Arroz + Feijão+ filé de tilápia + abobrinha e salada de alface	Arroz + Feijão+ carne suína + abobrinha e salada de alface
Sexta-feira	Leite Achocolatado e Bolo simples	arroz+feijão + coxa e sobrecoxa de frango + cenoura +chuchu+tomate	arroz+feijão + coxa e sobrecoxa de frango + cenoura +chuchu+tomate

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