



**CARDÁPIO ESCOLA**  
**Educação Infantil e Fundamental I**

**24/07/2023 á 28/07/23**  
**CARDÁPIO 1**

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>Lanche</b>	<b>Lanche da Tarde</b>
<b>Horários</b>	<b>07:00</b>	<b>9:45 / 10:00</b>	<b>14:30/ 14:45</b>
<b>Segunda-feira</b>	Leite com biscoito doce	Arroz com feijão + carne moída com e salada alface +maça	Arroz com feijão + carne moída com e salada alface +maça
<b>Terça-feira</b>	Chá mate e bolo simples	Arroz +feijão + carne em cubos +mandioca cozida +salada alface e cenoura + banana	Arroz +feijão + carne em cubos +mandioca cozida +salada alface e cenoura + banana
<b>Quarta-feira</b>	Leite com pão caseiro com manteiga	Macarrão com carne moída+ cenoura cozida+ salada de acelga +laranja	Arroz com feijão + filé de tilápia assado com chuchu e salada couve + mamão
<b>Quinta-feira</b>	Chá mate e Pão caseiro com manteiga	Arroz com feijão + omelete+ chuchu e salada couve + mamão	Arroz com feijão + omelete+ chuchu e salada couve + mamão
<b>Sexta-feira</b>	Leite e Bolo simples	Arroz +feijão + coxa de frango assada e salada repolho + banana	Arroz +feijão + coxa de frango assada e salada repolho + 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