



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

14/08/2023 á 18/08/2023
Cardápio 4

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 | Leite e biscoito doce | Arroz + feijão+ carne suína +salada repolho + cenoura + banana | Arroz + feijão+ carne suína +salada repolho + cenoura + banana |
| Terça-feira | Chá mate e Pão caseiro e manteiga | Arroz com coxa e sobrecoxa assada + chuchu + feijão + salada de couve + melão | Arroz com coxa e sobrecoxa assada + chuchu + feijão + salada de couve + melão |
| Quarta-feira | Leite e Bolo simples | Macarrão com molho de tomate + carne moída+ maça + salada de cenoura cozida | Macarrão com molho de tomate + carne moída+ maça + salada de cenoura cozida |
| Quinta-feira | Chá mate e Pão caseiro com manteiga | Arroz com feijão +peixe assado + salada de couve e pepino+ laranja | Arroz com feijão +peixe assado + salada de couve e pepino+ laranja |
| Sexta-feira | Leite e Bolo simples | Arroz + feijão + com carne suína + salada acelga + vagem cozida+ mamão | Arroz + feijão + com carne suína + salada acelga + vagem cozida+ mamão |

*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 altrando significativamente a composição nutricional da refeição.

Ofertar frutas sempre que disponível no almoço ou lanche da tarde como sobremesa