



CARDÁPIO ESCOLA
Educação Infantil e Fundamental I

04/03/2024 Á 08/03/24
Cardápio 5

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	9:45 / 10:00	14:30/ 14:45
Segunda-feira	Chá Mate + biscoito doce	Macarrão com carne de moída e molho de tomate + cenoura com salada de alface+ mamão	Macarrão com carne de moída e molho de tomate + cenoura com salada de alface+ mamão
Terça-feira	Pão com manteiga e leite	Arroz + Feijão + coxa de frango assada +salada de repolho+ brócolis+ melão	Arroz + Feijão + coxa de frango assada +salada de repolho+ brócolis+ melão
Quarta-feira	Leite com bolo simples	Purê de batata + peixe assado +salada de couve+ chuchu+ banana	Purê de batata + peixe assado +salada de couve+ chuchu+ banana
Quinta-feira	Pão com manteiga e leite	Arroz+feijão com carne bovina cubos em molho com couve-flor e salada de couve+ maça	Polenta com carne bovina moída em molho com cenoura e salada de acelga+ maça
Sexta-feira	Chá Mate + bolo simples	Arroz + Feijão + carne suína assada +tomate+ alface + melão	Arroz + Feijão + carne suína assada +tomate+ alface + melão

*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