



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 - 15 anos)  
E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"**



1ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA				
REFEIÇÃO	03/06/2023					04/06/2023					05/06/2023					06/06/2023					07/06/2023				
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga+ Mamão					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã				
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Móida com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate), Salada de Alface, Tomate e Cenoura Ralada					Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Kibe Assado (Presunto, Mussarela, Tomate e Cebola), Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Vagem, Cenoura e Tomate, Salada de Alface, Pepino e Tomate				
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					Maçã					Leite com Achocolatado + Bolacha					Abacaxi					Leite com Achocolatado + Bolacha				
	Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)	
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	
	811,00	101,00	551,64	8,95		569,78	36,73	696,55	9,93		750,00	126,60	702,20	9,94		488,12	127,29	418,60	9,28		608,00	126,48	412,70	8,77	

Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N° 26 DE JUNHO DE 2013.

**Observações:** Cardápio sujeito à alterações.

\*O cardápio só poderá sofrer alterações com a autorização da Nutricionista Responsável Técnica - RT.

\*Cardápios fiscalizados pelo CAE - Conselho de Alimentação Escolar - Colina/SP

Central Municipal de Alimentação Escolar  
"Katia Tornelli"



Secretaria Municipal de Educação e Cultura de Colina/SP

Mariane da Silva Fulaneti  
Nutricionista  
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP  
Quadriênio 2021/2025



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 -15 anos)  
E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"**



2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																			
REFEIÇÃO	10/06/2023	11/06/2023	12/06/2023	13/06/2023	14/06/2023																			
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + <b>Tangerina</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga+ Mamão	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga+ Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã																			
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Creme de Milho, Salada de Alface, Tomate e Cenoura Ralada	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface, Pepino e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <u>Couve Refogada</u> , Salada de Repolho e Tomate																			
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)	Melancia	Leite com Achocolatado + Bolacha																			
	Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		
	1629	60,00	45,00	246,00			1527	55,00	35,00	248,00			1371	50,00	31,00	223,00			1532	52,00	36,00	250,00		
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)			Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)			Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)			Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		
	610,35	15,70	689,00	9,92			488,12	127,29	418,60	9,28			608,00	126,48	412,70	8,77			569,78	36,73	696,55	9,93		

Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE Nº 26 DE 17 DE JUNHO DE 2013.

**Observações:** Cardápio sujeito a alterações.

\*O cardápio só poderá sofrer alterações com a autorização da Nutricionista Responsável Técnica - RT.

\*Cardápios fiscalizados pelo CAE - Conselho de Alimentação Escolar - Colina/SP

Central Municipal de Alimentação Escolar  
"Katia Tornelli"



Secretaria Municipal de Educação e Cultura de Colina/SP

Mariane da Silva Fulaneti  
Nutricionista  
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP  
Quadro nº 2021/2025





**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 -15 anos)  
E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"**



4ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA				
REFEIÇÃO	24/06/2023					25/06/2023					26/06/2023					27/06/2023					28/06/2023				
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana					Leite com Achocolatado + Bolacha + Mamão				
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura e Tomate, Salada de Repolho e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate					Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate					<b>Cachorro Quente, Pipoca e Barrinha de Fruta sabor banana coberta com chocolate (Sem adição de Açúcar)</b>				
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					Leite com Achocolatado + Bolacha				
	Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)	
	1532	52,00	36,00	250,00		1409	53,00	29,00	234,00		1527	55,00	35,00	248,00		1473	55,00	37,00	230,00		1675	56,00	39,00	275,00	
	Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)	
	569,78	36,73	696,55	9,93		396,73	31,03	406,00	9,88		488,12	127,29	418,60	9,28		728,00	188,78	725,00	8,37		725,00	142,82	698,76	9,14	

Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE Nº 26 DE 17 DE JUNHO DE 2013.

**Observações:** Cardápio sujeito à alterações.

\*O cardápio só poderá sofrer alterações com a autorização da Nutricionista Responsável Técnica - RT.

\*Cardápios fiscalizados pelo CAE - Conselho de Alimentação Escolar - Colina/SP

Central Municipal de Alimentação Escolar  
"Katia Tornelli"



Secretaria Municipal de Educação e Cultura de Colina/SP

Mariane da Silva Funaleti  
Nutricionista  
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP  
Quadrênio 2021/2025