



**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	03/07/2023					04/07/2023					05/07/2023					06/07/2023					07/07/2023				
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Acolado + Bolacha + Maçã					Leite com Acolado + Bolacha + Maçã					Leite com Acolado + Bolacha + Maçã					Leite com Acolado + Bolacha + Maçã					Leite com Acolado + Bolacha + Maçã				
ALMOÇO (11:30)	Risoto (Carne Moída), Feijão, Couve Refogada, Salada de Alface e Tomate					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 Moída com Mandioca e Tomate, Abobrinha Refogada, Salada de Alface e Tomate				
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Acolado + Bolacha + Maçã					Leite com Acolado + Bolacha + Maçã					Leite com Acolado + Bolacha + Maçã					Leite com Acolado + Bolacha + Maçã					Leite com Acolado + Bolacha + Maçã				
	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)	

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 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	10/07/2023	11/07/2023	12/07/2023	13/07/2023	14/07/2023																									
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã																									
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Creme de Milho, Salada de Alface, Tomate e Cenoura Ralada	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Mandioca e Tomate, Abobrinha Refogada, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Risoto (Carne Moída), Feijão, Couve Refogada, Salada de Alface e Tomate																									
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã																									
	Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Lip (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)		

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"**



3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																				
REFEIÇÃO	17/07/2023	18/07/2023	19/07/2023	20/07/2023	21/07/2023																				
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã																				
ALMOÇO (11:30)	Macarrão á Bolonhesa, Feijão, Salada de Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Mandioca e Tomate, Abobrinha Refogada, Salada de Cenoura e Tomate	Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Kibe Assado (Presunto, Mussarela, Tomate e Cebola), Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Vagem, Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate																				
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã																				
	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)	

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 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"**

4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	24/07/2023	25/07/2023	26/07/2023	27/07/2023	28/07/2023																									
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão	Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã																									
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Risoto (Carne Moída), Feijão, Couve Refogada, Salada de Alface e Tomate																									
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Maçã	Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + 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)		
							1409	53,00	29,00	234,00			1473	55,00	37,00	230,00			1527	55,00	35,00	248,00			1304	49,00	32,00	205,00		
	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)		
							396,73	31,03	406,00	9,88			728,00	188,78	725,00	8,37			488,12	127,29	418,60	9,28			811,00	101,00	551,64	8,95		

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
Quadriênio 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	31/07/2023	01/08/2023	02/08/2023	03/08/2023	04/08/2023																									
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã																									
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Creme de Milho, Salada de Alface, Tomate e Cenoura Ralada	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Mandioca e Tomate, Abobrinha Refogada, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos 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																									
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã	Maçã	Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + 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)		
	1629	60,00	45,00	246,00			1564	53,00	40,00	248,00			1712	61,00	40,00	277,00			1527	55,00	35,00	248,00			1473	55,00	37,00	230,00		
	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)		
	610,35	15,70	689,00	9,92			1153,75	32,88	705,00	9,86			612,68	134,89	695,30	9,67			488,12	127,29	418,60	9,28			728,00	188,78	725,00	8,37		

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