



**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	07/08/2023				08/08/2023				09/08/2023				10/08/2023				11/08/2023																							
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite + Bolacha + Maçã				Leite com Achiolado + Pão com Margarina + Maçã				Leite com Achiolado + Pão com Margarina + Mamão				Leite com Achiolado + Bolacha + Banana				Leite com Achiolado + Pão com Margarina + Maçã																							
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras 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, Carne Bovina em Cubos com Vagem, Cenoura e Tomate, Salada de Alface, Pepino e Tomate				Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate																							
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achiolado + Bolacha				Laranja				Leite com Achiolado + Bolacha				Mamão				Leite com Achiolado + 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)				
	680,24	32,00	656,00	8,98					411,30	92,12	535,00	8,29					478,00	119,50	402,20	8,26					578,00	117,13	408,31	8,44					688,00	179,45	707,00	7,36				

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	14/08/2023	15/08/2023	16/08/2023	17/08/2023	18/08/2023																									
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + 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, Carne Bovina Moída com Batata e Tomate, Abobrinha Refogada, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca 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																									
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)	Mamão	Leite com Achocolatado + Bolacha																									
	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)		
	1454	54,00	42,00	215,00			1483	48,00	39,00	235,00			1642	57,00	38,00	268,00			1409	50,00	33,00	228,00			1214	46,00	30,00	190,00		
	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)		
	598,31	15,35	664,77	8,70			1140,00	30,53	693,09	8,89			592,00	124,38	677,50	8,49			478,00	119,50	402,20	8,26			732,00	87,80	517,27	8,15		

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	28/08/2023	29/08/2023	30/08/2023	31/08/2023	01/09/2023																									
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão	Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão																									
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura e Tomate, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Polenta, Salada de Tomate																									
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Maçã	Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina																									
	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)		
	1374	47,00	34,00	220,00			1409	50,00	33,00	228,00			1412	51,00	36,00	221,00			1642	57,00	38,00	268,00			1603	55,00	43,00	249,00		
	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)		
	527,42	32,97	677,00	8,65			478,00	119,50	402,20	8,26			688,00	179,45	707,00	7,36			592,00	124,38	677,50	8,49			411,30	92,12	535,00	8,29		

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