



**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	04/09/2023				05/09/2023				06/09/2023				07/09/2023				08/09/2023															
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite + Bolacha + Maçã				Leite com Achiolado + Pão com Margarina + Maçã				Leite com Achiolado + Pão com Margarina + Mamão				<b>FERIADO</b>				<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>															
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Polenta, Salada de Tomate				Arroz, Feijão, Kibe Assado (Presunto, Mussarela, Tomate e Cebola), Salada de Alface e Tomate				<b>FERIADO</b>				<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>															
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achiolado + Bolacha				Leite com Achiolado + Pão com Margarina + Laranja				Leite com Achiolado + Bolacha				<b>FERIADO</b>				<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>															
	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)				
	1449	52,00	37,00	227,00					1603	55,00	43,00	249,00					1409	50,00	33,00	228,00												
	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)				
	680,24	32,00	656,00	8,98					411,30	92,12	535,00	8,29					478,00	119,50	402,20	8,26												

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	11/09/2023	12/09/2023	13/09/2023	14/09/2023	15/09/2023																									
<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	Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina com Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate, Couve Refogada, Salada de Alface e Tomate																									
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Bolacha + Mamão	<b>Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)</b>																									
	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)								
	1454	54,00	42,00	215,00			1412	51,00	36,00	221,00			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			688,00	179,45	707,00	7,36			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"**

3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																			
REFEIÇÃO	18/09/2023	19/09/2023	20/09/2023	21/09/2023	22/09/2023																			
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + <b>Muffin Orgânico</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão																			
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Chuchu Cozido, Salada de Alface, Tomate e Cenoura Ralada	Arroz, Feijão, Kibe Assado (Presunto, Mussarela, Tomate e Cebola), 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 com Queijo, Salada de Tomate																			
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã	<b>Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)</b>	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)		
	1454	54,00	42,00	215,00			1409	50,00	33,00	228,00			1412	51,00	36,00	221,00			1642	57,00	38,00	268,00		
	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)		
	598,31	15,35	664,77	8,70			478,00	119,50	402,20	8,26			688,00	179,45	707,00	7,36			592,00	124,38	677,50	8,49		

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	25/09/2023	26/09/2023	27/09/2023	28/09/2023	29/09/2023																									
<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 em Tiras Acebolada, Chuchu Cozido, Salada de Alface, Tomate e Cenoura Ralada	Arroz, Feijão, Kibe Assado (Presunto, Mussarela, Tomate e Cebola), 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 com Queijo, Salada de Tomate																									
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã	<b>Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)</b>	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