



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	06/11/2023				07/11/2023				08/11/2023				09/11/2023				10/11/2023																							
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite + Bolacha + Maçã				Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Maçã				Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Abacaxi				Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Banana				Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Maçã																							
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Ralada e Tomate, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Batata Assada , Salada de Tomate				Arroz, Feijão, Kibe Assado (Presunto, Mussarela, Tomate e Cebola), Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Vagem e Tomate, Abóbrinha Refogada , Salada de Alface e Tomate																							
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achiocolatado + Bolacha				Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Laranja				Leite com Achiocolatado + Bolacha				Leite com Achiocolatado + Bolacha + Mamão				Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)																							
	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)				
	1449	52,00	37,00	227,00					1603	55,00	43,00	249,00					1409	50,00	33,00	228,00					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)				
	680,24	32,00	656,00	8,98					411,30	92,12	535,00	8,29					478,00	119,50	402,20	8,26					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 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	13/11/2023	14/11/2023	15/11/2023	16/11/2023	17/11/2023																						
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	FERIADO NACIONAL	Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã																						
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate) , Salada de Alface e Tomate	Macarrão ao Molho com Almondega , Feijão, Salada de Alface e Tomate	FERIADO NACIONAL	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioquinha e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Batata e Tomate , Salada de Alface e Tomate																						
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	FERIADO NACIONAL	Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)	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			1412	51,00	36,00	221,00				1642	57,00	38,00	268,00				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)			
	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			

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	27/11/2023	28/11/2023	29/11/2023	30/11/2023	01/12/2023																									
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achiolado + Bolacha + Maçã	Leite com Achiolado + Pão com Margarina + Maçã	Leite com Achiolado + Pão com Margarina + Abacaxi	Leite com Achiolado + Bolacha + Banana	Leite com Achiolado + Pão com Margarina + Abacaxi																									
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate, Abóbrinha Refogada , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Galinhada, Feijão, 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, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate) , Salada de Tomate																									
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achiolado + Bolacha	Leite com Achiolado + Pão com Margarina + Maçã	Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)	Leite com Achiolado + Bolacha	Leite com Achiolado + 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