



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 - 15 anos)
E.M.E.F. "LAMOUNIER DE ANDRADE"



1ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA									
REFEIÇÃO	03/04/2023					04/04/2023					05/04/2023					06/04/2023					07/04/2023									
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					FERIADO NACIONAL									
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã					Maçã					Banana					Banana					FERIADO NACIONAL									
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta com Queijo, Salada de Repolho e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface, Repolho e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura e Vagem, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					FERIADO NACIONAL									
	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)		
	1223	45,00	27,00	200,00			1159	44,00	27,00	185,00			1068	40,00	24,00	167,00			1301	46,00	29,00	214,00			1068	40,00	24,00	167,00		
	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)		
	210,24	22,85	443,60	7,97			331,50	23,60	385,00	7,88			447,84	26,68	386,00	6,75			384,60	34,80	376,60	8,21			447,84	26,68	386,00	6,75		

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
Quadrante 2021/2023



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 -15 anos)
E.M.E.F. "LAMOUNIER DE ANDRADE"



2ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA									
REFEIÇÃO	10/04/2023					11/04/2023					12/04/2023					13/04/2023					14/04/2023									
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico					Leite com Achocolatado + Bolacha									
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã					Tangerina					Banana					Banana					Maçã									
ALMOÇO (11:55 hrs)	Risoto (Carne Moída), Feijão, Salada de Pepino e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Ralada, Milho, Ervilha e Tomate, Salada de Repolho e Tomate					Arroz, Feijão, Almondega ao Molho , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Vagem e Tomate, Salada de Alface e Tomate									
	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)		
	971	36,00	23,00	155,00			1285	46,00	29,00	210,00			1174	43,00	26,00	192,00			1159	44,00	27,00	185,00			1133	43,00	25,00	184,00		
	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)		
	648,10	58,65	430,00	7,50			386,00	30,44	380,00	8,22			334,59	20,30	391,00	8,25			331,50	23,60	385,00	7,88			339,81	31,95	374,77	7,97		

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.M.E.F. "LAMOUNIER DE ANDRADE"



3ª SEMANA	2ª FEIRA				3ª FEIRA				4ª FEIRA				5ª FEIRA				6ª FEIRA																							
REFEIÇÃO	17/04/2023				18/04/2023				19/04/2023				20/04/2023				21/04/2023																							
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina				FERIADO NACIONAL																							
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã				Maçã				Banana				Banana				FERIADO NACIONAL																							
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate), Salada de Repolho e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate				Macarrão á Bolonhesa, Feijão, Chuchu Cozido, Salada de Tomate e Pepino				Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate				FERIADO NACIONAL																							
	Leite com Achocolatado + Bolacha				Leite com Achocolatado + Pão com				Leite com Achocolatado + Bolacha +				Leite com Achocolatado + Pão com				FERIADO NACIONAL																							
	1068	40,00	24,00	173,00					1293	46,00	29,00	212,00					933	34,00	21,00	152,00					1068	40,00	24,00	167,00					1285	46,00	29,00	210,00				
	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)												
	445,39	28,75	372,60	7,40					372,12	32,71	380,00	8,28					355,25	33,50	380,70	7,15					447,84	26,68	386,00	6,75					386,00	30,44	380,00	8,22				

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 2021/2023



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 - 15 anos)
E.M.E.F. "LAMOUNIER DE ANDRADE"



4ª SEMANA	2ª FEIRA				3ª FEIRA				4ª FEIRA				5ª FEIRA				6ª FEIRA																							
REFEIÇÃO	24/04/2023				25/04/2023				26/04/2023				27/04/2023				28/04/2023																							
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina				Leite com Achocolatado + Bolacha																							
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã				Maçã				Banana				Banana				Maçã																							
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta com Queijo, Salada de Repolho 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				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Com Cenoura e Tomate, Salada de Tomate				Galinhada, Feijão, Salada de Alface, Repolho e Tomate																							
	Leite com Achocolatado + Bolacha				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina +Maçã				Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana				Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã																							
	1223	45,00	27,00	200,00					1293	46,00	29,00	212,00					1159	44,00	27,00	185,00					1264	47,00	28,00	206,00					1068	40,00	24,00	167,00				
	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)				
	210,24	22,85	443,60	7,97					372,12	32,71	380,00	8,28					331,50	23,60	385,00	7,88					939,40	20,00	374,92	8,25					447,84	26,68	386,00	6,75				

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