



**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	02/10/2023				03/10/2023				04/10/2023				05/10/2023				06/10/2023																							
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	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																							
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Ralada e Tomate, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, <b>Batata Assada</b> , 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 Moída com Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate, <b>Couve Refogada</b> , Salada de Alface e Tomate																							
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achiocolatado + Bolacha				Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Laranja				Leite com Achiocolatado + Bolacha				Leite com Achiocolatado + Bolacha + Mamão				<b>Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)</b>																							
	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)				
	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	09/10/2023	10/10/2023	11/10/2023	12/10/2023	13/10/2023																									
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Abacaxi	<b>FERIADO</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>																									
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, <b>Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate)</b> , Salada de Alface e Tomate	<b>Macarrão ao Molho com Almondega</b> , Feijão, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate	<b>FERIADO</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>																									
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	<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)			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														
	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														

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	23/10/2023					24/10/2023					25/10/2023					26/10/2023					27/10/2023									
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achiocolatado + Bolacha + Maçã					Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Maçã					Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Abacaxi					Leite com Achiocolatado + Bolacha + Banana					Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Abacaxi									
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate, <b>Couve Refogada</b> , 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, <b>Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate)</b> , Salada de Tomate									
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achiocolatado + Bolacha					Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Maçã					<b>Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)</b>					Leite com Achiocolatado + Bolacha					Leite com Achiocolatado + 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



**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	30/10/2023	31/10/2023	01/11/2023	02/11/2023	03/11/2023																									
<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 + Abacaxi	<b>FERIADO</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>																									
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, <b>Beterraba Cozida</b> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, <b>Fricassê de Frango</b> Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	<b>FERIADO</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>																									
<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>	<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)			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														
	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														

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

