



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	20/07/2026					21/07/2026					22/07/2026					23/07/2026					24/07/2026				
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	Férias					Férias					Férias					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga				
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Férias					Férias					Férias					Maçã					Maçã				
ALMOÇO (11:55 hrs)	Férias					Férias					Férias					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate				
	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)	
																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)	
																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 de Educação 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.M.E.F. "LAMOUNIER DE ANDRADE"

2ª SEMANA	2ª FEIRA						3ª FEIRA						4ª FEIRA						5ª FEIRA						6ª FEIRA					
REFEIÇÃO	27/07/2026						28/07/2026						29/07/2026						30/07/2026						31/07/2026					
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã						Maçã						Banana						<u>Mamão</u>						Maçã					
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Cenoura e Tomate, Salada de <u>Pepino</u> e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate						Galinhada, Feijão, 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			1068	40,00	24,00	167,00			1068	40,00	24,00	167,00			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)		
	648,10	58,65	430,00	7,50			386,00	30,44	380,00	8,22			447,84	26,68	386,00	6,75			447,84	26,68	386,00	6,75			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 de Educação de Colina/SP

Mariane da Silva Fulaneti
Nutricionista
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP
Quadriênio 2021/2025