



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	03/06/2024				04/06/2024				05/06/2024				06/06/2024				07/06/2024															
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 + Bolacha															
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã				Maçã				Banana				Banana				Maçã															
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Abóbriinha e Tomate, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, <u>Polenta com Queijo</u> , Salada de Repolho e Tomate				Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Milho, Ervilha e Cenoura, Salada de Pepino 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															
	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)				
	1174	43,00	26,00	192,00					1159	44,00	27,00	185,00					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)												
	334,59	20,30	391,00	8,25					331,50	23,60	385,00	7,88					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
 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	10/06/2024				11/06/2024				12/06/2024				13/06/2024				14/06/2024			
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga				Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico				Leite com Achocolatado + Bolacha			
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã				Tangerina				Banana				Banana				Maçã			
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão Carne Bovina Moida com Tomate, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Pepino e Tomate				Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Milho, Ervilha e Cenoura, Salada de Repolho e Tomate				Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Vagem e Tomate, <u>Creme de Milho</u> , 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)
	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
Quadro 02/2025



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	17/06/2024					18/06/2024					19/06/2024					20/06/2024					21/06/2024				
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					Banana					Banana Maçã				
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate, <u>Farofa</u> (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Repolho e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Cenoura, <u>Chuchu Cozido</u> , Salada de Tomate e Pepino					Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Almôndega ao Molho, <u>Polenta com Queijo</u> , Salada de Alface e Tomate				
	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)		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
Quadriênio 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	24/06/2024					25/06/2024					26/06/2024					27/06/2024					28/06/2024				
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 + Bolacha				
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã					Maçã					Banana					Banana					Maçã				
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura, Vagem e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Repolho e Tomate					Cachorro Quente, Pipoca e Barrinha de Fruta sabor banana coberta com chocolate (Sem adição de Açúcar)					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Galinhada, Feijão, Salada de Alface e Tomate				
	1223	45,00	27,00	200,00		1783	48,82	41,04	309,55		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		399,63	25,71	376,96	10,35		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