



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	02/12/2024						03/12/2024						04/12/2024						05/12/2024						06/12/2024					
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 + Pão com Margarina					
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã						Maçã						Banana						Banana						Maçã					
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Cenoura, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Tomate e Cenoura Ralada						Arroz, Feijão, Filé de Frango com Milho, Ervilha e Cenoura, 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)		
	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
Quadrênio 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	09/12/2024						10/12/2024						11/12/2024						12/12/2024						13/12/2024					
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 + Pão com Margarina					
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã						Maçã						Banana						Maçã						Maçã					
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Abóbriha e Tomate, Feijão, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Almondegas ao Molho de Tomate, Salada de Tomate e Cenoura						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, 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			1174	43,00	26,00	192,00			1068	40,00	24,00	167,00			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			447,84	26,68	386,00	6,75			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 nº 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	16/12/2024						17/12/2024						18/12/2024						19/12/2024						20/12/2024					
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha						Leite com Achocolatado + Pão com Margarina						Recesso Escolar						Recesso Escolar						Recesso Escolar					
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã						Maçã						Recesso Escolar						Recesso Escolar						Recesso Escolar					
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Moída e Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate						Recesso Escolar						Recesso Escolar						Recesso Escolar					
	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)		
	1068	40,00	24,00	173,00			1293	46,00	29,00	212,00																				
	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																				

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
Quadrênio 2021/2025