

1ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA									
REFEIÇÃO	07/10/2024					08/10/2024					09/10/2024					10/10/2024					11/10/2024									
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 Tomate, <u>Polenta com Queijo</u> , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Repolho e Tomate					Arroz, Feijão, Almondegas ao Molho de Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Tomate e Pepino					Galinhada, Feijão, 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)		
	1223	45,00	27,00	200,00			1159	44,00	27,00	185,00			1068	40,00	24,00	167,00			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)		
	210,24	22,85	443,60	7,97			331,50	23,60	385,00	7,88			447,84	26,68	386,00	6,75			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
Quadrênio 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	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024																			
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico	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 Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, 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)		
	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		
	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		

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	28/10/2024					29/10/2024					30/10/2024					31/10/2024					01/11/2024									
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES					Leite com Achocolatado + Bolacha					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					Leite com Achocolatado + Bolacha									
COLAÇÃO (09:15 hrs)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES					Maçã					Banana					Banana					Maçã									
ALMOÇO (11:55 hrs)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES					Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Ralada, Milho, Ervilha e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Batata e Tomate, Chuchu Cozido, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Fricassê 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)			Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		
							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)		
							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 N° 26 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
Quadriênio 2021/2025