

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	04/11/2024						05/11/2024						06/11/2024						07/11/2024						08/11/2024					
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						Maçã					
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta , Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura , Milho e Ervilha , Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca 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)		
	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	11/11/2024					12/11/2024					13/11/2024					14/11/2024					15/11/2024				
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					FERIADO				
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã					Maçã					Banana					Maçã					FERIADO				
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Abóbriinha e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate.					Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, <u>Creme de Milho</u> , Salada de Alface e Tomate					FERIADO				
	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						
	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						

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	18/11/2024						19/11/2024						20/11/2024						21/11/2024						22/11/2024					
LANCHE DA MANHÃ (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga						FERIADO						Leite com Achocolatado + <u>Muffin Orgânico</u>						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					
COLAÇÃO (09:15 hrs)	Maçã						Maçã						FERIADO						Maçã						Maçã					
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate						FERIADO						Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, 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						1068	40,00	24,00	167,00				971	36,00	23,00	155,00				
	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						447,84	26,68	386,00	6,75				648,10	58,65	430,00	7,50				

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

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	25/11/2024						26/11/2024						27/11/2024						28/11/2024						29/11/2024					
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						Maçã						Maçã					
ALMOÇO (11:55 hrs)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <u>Beterraba Cozida</u> , Salada de Alface 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 Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, <u>Chuchu Cozido</u> , Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, 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)		
	1068	40,00	24,00	173,00			1285	46,00	29,00	210,00			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)		
	445,39	28,75	372,60	7,40			386,00	30,44	380,00	8,22			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 Funaleti
Nutricionista
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP
Quadro nº 2021/2025