



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 - 15 anos)
E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"



1ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA				
REFEIÇÃO	03/04/2023					04/04/2023					05/04/2023					06/04/2023					07/04/2023				
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite + Bolacha + Maçã					Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Maçã					Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Mamão					Leite com Achiocolatado + Bolacha + Banana					FERIADO NACIONAL				
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura e Tomate, Salada de Repolho e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Kibe Assado (Presunto, Mussarela, Tomate e Cebola), Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Vagem, Cenoura e Tomate, Salada de Alface, Repolho e Tomate					FERIADO NACIONAL				
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achiocolatado + Bolacha					Laranja					Leite com Achiocolatado + Bolacha					Mamão					FERIADO NACIONAL				
	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)	
	1449	52,00	37,00	227,00		1603	55,00	43,00	249,00		1409	50,00	33,00	228,00		1302	47,00	30,00	211,00						
	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)	
	680,24	32,00	656,00	8,98		411,30	92,12	535,00	8,29		478,00	119,50	402,20	8,26		578,00	117,13	408,31	8,44						

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.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"



2ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA				
REFEIÇÃO	10/04/2023					11/04/2023					12/04/2023					13/04/2023					14/04/2023				
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã					Leite com Achocolatado + Bolacha + Tangerina					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã				
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Creme de Milho, Salada de Alface, Tomate e Cenoura Ralada					Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Mandioca e Tomate, Abobrinha Refogada, Salada de Repolho e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate					Risoto (Carne Moída), Feijão, Couve Refogada, Salada de Repolho e Tomate				
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Bolacha					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)					Mamão					Leite com Achocolatado + Bolacha				
	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)	
	1454	54,00	42,00	215,00		1483	48,00	39,00	235,00		1642	57,00	38,00	268,00		1409	50,00	33,00	228,00		1214	46,00	30,00	190,00	
	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)	
	598,31	15,35	664,77	8,70		1140,00	30,53	693,09	8,89		592,00	124,38	677,50	8,49		478,00	119,50	402,20	8,26		732,00	87,80	517,27	8,15	

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
Quadro nº 2021/2025



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 -15 anos)
E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"



4ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA									
REFEIÇÃO	24/04/2023					25/04/2023					26/04/2023					27/04/2023					28/04/2023									
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão					Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão									
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura e Tomate, Salada de Repolho e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Almondega ao Molho , Salada de Tomate					Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Polenta, Salada de Tomate									
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Bolacha					Maçã					Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)					Leite com Achocolatado + Bolacha					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina									
	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)		
	1374	47,00	34,00	220,00			1412	51,00	36,00	221,00			1412	51,00	36,00	221,00			1266	46,00	34,00	194,00			1603	55,00	43,00	249,00		
	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)		
	527,42	32,97	677,00	8,65			688,00	179,45	707,00	7,36			688,00	179,45	707,00	7,36			584,77	30,70	646,00	8,85			411,30	92,12	535,00	8,29		

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
Quad.º 01 2021/2025