



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	01/05/2023					02/05/2023					03/05/2023					04/05/2023					05/05/2023				
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	FERIADO NACIONAL					Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Maçã					Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Mamão					Leite com Achiocolatado + Bolacha + Banana					Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Maçã				
ALMOÇO (11:30)	FERIADO NACIONAL					Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura e Tomate, Salada de Repolho 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					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate				
LANCHE DA TARDE (14:50)	FERIADO NACIONAL					Laranja					Leite com Achiocolatado + Bolacha					Mamão					Leite com Achiocolatado + 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)	
						1532	52,00	36,00	250,00		1648	61,00	40,00	261,00		1371	50,00	31,00	223,00		1745	61,00	49,00	265,00	
	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)	
						569,78	36,73	696,55	9,93		750,00	126,60	702,20	9,94		608,00	126,48	412,70	8,77		433,70	95,06	562,00	9,19	

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
Quadriênio 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	08/05/2023	09/05/2023	10/05/2023	11/05/2023	12/05/2023																									
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)		
	1629	60,00	45,00	246,00			1564	53,00	40,00	248,00			1712	61,00	40,00	277,00			1527	55,00	35,00	248,00			1304	49,00	32,00	205,00		
	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)		
	610,35	15,70	689,00	9,92			1153,75	32,88	705,00	9,86			612,68	134,89	695,30	9,67			488,12	127,29	418,60	9,28			811,00	101,00	551,64	8,95		

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 2021/2023



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

3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	15/05/2023	16/05/2023	17/05/2023	18/05/2023	19/05/2023																									
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã																									
ALMOÇO (11:30)	Macarrão á Bolonhesa, Feijão, Salada de Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Mandioca e Tomate, Abobrinha Refogada, Salada de Repolho e Tomate	Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, 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																									
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã	Mamão	Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)																									
	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)								
	1363	50,00	35,00	212,00			1564	53,00	40,00	248,00			1309	50,00	29,00	212,00			1527	55,00	35,00	248,00			1371	50,00	31,00	223,00		
	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)		
	607,00	34,57	661,00	9,91			1153,75	32,88	705,00	9,86			608,00	74,53	411,10	8,45			488,12	127,29	418,60	9,28			608,00	126,48	412,70	8,77		

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 Tormelli"



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.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"

4ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA				
REFEIÇÃO	22/05/2023					23/05/2023					24/05/2023					25/05/2023					26/05/2023				
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, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e 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)	
	1532	52,00	36,00	250,00		1409	53,00	29,00	234,00		1473	55,00	37,00	230,00		1527	55,00	35,00	248,00		1675	56,00	39,00	275,00	
	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)	
	569,78	36,73	696,55	9,93		396,73	31,03	406,00	9,88		728,00	188,78	725,00	8,37		488,12	127,29	418,60	9,28		725,00	142,82	698,76	9,14	

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



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	29/05/2023					30/05/2023					31/05/2023					01/06/2023					02/06/2023									
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 Batata e Tomate, Salada de Repolho e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Salada de Alface, Tomate e Cenoura Ralada					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Vagem, Cenoura e Tomate, Salada de Alface, Repolho e Tomate					Galinhada, Feijão, Chuchu Cozido, Salada de Alface e 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)	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)		
	1532	52,00	36,00	250,00			1409	53,00	29,00	234,00			1629	60,00	45,00	246,00			1371	50,00	31,00	223,00			1473	55,00	37,00	230,00		
	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)		
	569,78	36,73	696,55	9,93			396,73	31,03	406,00	9,88			610,35	15,70	689,00	9,92			608,00	126,48	412,70	8,77			728,00	188,78	725,00	8,37		

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