



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	06/10/2025					07/10/2025					08/10/2025					09/10/2025					10/10/2025				
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana				
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango com Legumes (Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate) , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate					Macarrão ao Molho de Tomate, Feijão, Almondégas , Salada de Alface e Tomate				
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					Bolacha + Laranja					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão					Cachorro Quente, Pipoca e Suco concentrado Sabor Laranja 100% Natural				
	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		1409	50,00	33,00	228,00		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)	
	569,78	36,73	696,55	9,93		396,73	31,03	406,00	9,88		478,00	119,50	402,20	8,26		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 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 de Educação de Colina

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"



4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	20/10/2025	21/10/2025	22/10/2025	23/10/2025	24/10/2025																									
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana																									
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Tomate, Purê de Batatas , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango com Legumes (Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Creme de Milho , Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Quibe Assado Recheado (Mussarela e Tomate) , Salada de Alface e Tomate e Suco concentrado Sabor Laranja 100% Natural																									
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Bolacha + Laranja	Arroz Doce	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão	Bolacha + Goiaba																									
	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)		
	1409	50,00	33,00	228,00			1527	55,00	35,00	248,00			1409	53,00	29,00	234,00			1648	61,00	40,00	261,00			1409	53,00	29,00	234,00		
	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)		
	478,00	119,50	402,20	8,26			488,12	127,29	418,60	9,28			396,73	31,03	406,00	9,88			750,00	126,60	702,20	9,94			396,73	31,03	406,00	9,88		

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 de Educação de Colina

Mariane da Silva Fulaneti
Nutricionista
CRN3 47361





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



5ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																
REFEIÇÃO	27/10/2025	28/10/2025	29/10/2025	30/10/2025	31/10/2025																
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Leite com Achiocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga + Banana	Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga + Banana																
ALMOÇO (11:30)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Polenta , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango com Legumes (Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate e Suco concentrado Sabor Laranja 100% Natural																
LANCHE DA TARDE (14:50)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Bolacha + Abacaxi	Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi	Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga + Mamão	Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga																
		1629	60,00	45,00	246,00		1409	53,00	29,00	234,00		1409	50,00	33,00	228,00		1409	53,00	29,00	234,00	
		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)	
		610,35	15,70	689,00	9,92		396,73	31,03	406,00	9,88		478,00	119,50	402,20	8,26		396,73	31,03	406,00	9,88	

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 de Educação de Colina

Mariane da Silva Funaleti
Nutricionista
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP
Quadrênio 2021/2025