



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I (Anos iniciais: 6 - 10anos)**

| 2ª SEMANA  | 2ª FEIRA  | 3ª FEIRA  | 4ª FEIRA  | 5ª FEIRA   | 6ª FEIRA  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |  |
|--|---|---|---|--|---|-----------|-----------|---------|---------|--|-----------|-----------|---------|---------|--|-----------|-----------|---------|---------|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|
| REFEIÇÃO   | 05/02/2024  | 06/02/2024  | 07/02/2024  | 08/02/2024   | 09/02/2024  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |  |
| <b>CAFÉ DA MANHÃ (07:00) E LANCHE DA TARDE (15:00)</b>     | Leite com Achocolatado + Bolacha                        | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina   | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |  |
| <b>COLAÇÃO (09:30) E LANCHE TARDE 1 (15:00)</b>            | Maçã  | Maçã  | Banana  | Banana   | Maçã  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |  |
| <b>ALMOÇO 1º PERÍODO (11:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)</b> | Risoto (Carne Moída), Feijão, Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Repolho com Tomate. | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Abóbriinha Refogada, Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Batata e Tomate, 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) |  |  |
|  | 1118  | 43,00   | 26,00   | 178,00   |   | 1202      | 44,00     | 30,00   | 189,00  |  | 917       | 35,00     | 21,00   | 147,00  |  | 1202      | 44,00     | 30,00   | 189,00  |  | 852       | 31,00     | 20,00   | 137,00  |  |  |
|  | 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)  |  |  |
|  | 308,46  | 20,58   | 423,00  | 7,30   |   | 380,00    | 24,60     | 362,00  | 7,03    |  | 448,26    | 28,53     | 383,00  | 6,54    |  | 380,00    | 24,60     | 362,00  | 7,03    |  | 342,76    | 30,18     | 375,15  | 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 I (Anos iniciais: 6 - 10 anos)**

| 4ª SEMANA  | 2ª FEIRA  | 3ª FEIRA   | 4ª FEIRA  | 5ª FEIRA   | 6ª FEIRA                                     |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |
|--|---|--|---|--|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|
| REFEIÇÃO   | 19/02/2024  | 20/02/2024   | 21/02/2024  | 22/02/2024   | 23/02/2024                                   |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |
| <b>CAFÉ DA MANHÃ<br/>E COLAÇÃO<br/>(07:00)</b>                 | Leite com Achocolatado + Bolacha  | Leite com Achocolatado + <b>Muffin Orgânico</b>  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina                                 | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina   |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |
| <b>LANCHE DA TARDE (15:00)</b>                                 | Maçã  | Maçã   | Banana  | Banana   | Maçã   |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |
| <b>ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00)<br/>ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)</b> | Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioquinha e Tomate, Salada de Repolho e Tomate | Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura e Vagem, Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de 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) |  |  |
|  | 1118  | 43,00  | 26,00   | 178,00   |  |  | 1134      | 40,00     | 26,00   | 185,00  |  |  | 852       | 31,00     | 20,00   | 137,00  |  |  | 917       | 35,00     | 21,00   | 147,00  |  |  |
|  | 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)  |  |  |
|  | 308,46  | 20,58  | 423,00  | 7,30   |  |  | 369,38    | 31,00     | 354,00  | 6,73    |  |  | 342,76    | 30,18     | 375,15  | 6,75    |  |  | 448,26    | 28,53     | 383,00  | 6,54    |  |  |

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 I (Anos iniciais: 6 - 10 anos)**

| 5ª SEMANA  | 2ª FEIRA  | 3ª FEIRA  | 4ª FEIRA  | 5ª FEIRA  | 6ª FEIRA  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |
|--|---|---|---|---|---|-----------|-----------|---------|---------|--|-----------|-----------|---------|---------|--|-----------|-----------|---------|---------|--|-----------|-----------|---------|---------|--|
| REFEIÇÃO   | 26/02/2024  | 27/02/2024  | 28/02/2024  | 29/02/2024                                      | 01/03/2024  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |
| <b>CAFÉ DA MANHÃ<br/>E COLAÇÃO<br/>(07:00)</b>                         | Leite com Achocolatado + Bolacha                            | Leite com Achocolatado + Pão com<br>Margarina   | Leite com Achocolatado + Pão com<br>Margarina   | Leite com Achocolatado + Pão com<br>Margarina   | Leite com Achocolatado + Pão com<br>Margarina   |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |
| <b>LANCHE DA<br/>TARDE (15:00)</b>                                     | Maçã  | Maçã  | Banana  | Banana  | Maçã  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |
| <b>ALMOÇO 1º<br/>PERÍODO (10:00)<br/>ALMOÇO 2º<br/>PERÍODO (15:00)</b> | Risoto (Carne Moída), Feijão, Salada de<br>Repolho e Tomate | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras<br>com Cenoura e Tomate, Abóbriinha<br>Refogada, Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos<br>com Mandioca e Tomate, Salada de<br>Alface e Tomate | Galinhada, Feijão, Salada de Alface e<br>Tomate | Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos<br>com Batata e Tomate, Salada de Alface<br>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) |  |
|  | 1118  | 43,00   | 26,00   | 178,00  |   | 1202      | 44,00     | 30,00   | 189,00  |  | 1134      | 40,00     | 26,00   | 185,00  |  | 1202      | 44,00     | 30,00   | 189,00  |  | 1202      | 44,00     | 30,00   | 189,00  |  |
|  | 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)  |  |
|  | 308,46  | 20,58   | 423,00  | 7,30  |   | 380,00    | 24,60     | 362,00  | 7,03    |  | 369,38    | 31,00     | 354,00  | 6,73    |  | 380,00    | 24,60     | 362,00  | 7,03    |  | 380,00    | 24,60     | 362,00  | 7,03    |  |

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/SP

Mariane da Silva Funaleti  
Nutricionista  
CRN3 47361



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