



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

1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	04/09/2023	05/09/2023	06/09/2023	07/09/2023	08/09/2023																									
CAFÉ DA MANHÃ (07:00) E LANCHE DA TARDE (15:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	FERIADO	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES																									
COLAÇÃO (09:30) E LANCHE TARDE 1 (15:00)	Maçã	Maçã	Banana	FERIADO	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES																									
ALMOÇO 1º PERÍODO (11:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Batata e Tomate, Polenta com Queijo, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura e Vagem, Salada de Alface e Tomate	FERIADO	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES																									
	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														
	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														

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)

2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																				
REFEIÇÃO	11/09/2023	12/09/2023	13/09/2023	14/09/2023	15/09/2023																				
CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)	Leite com Achiolado + Bolacha	Leite com Achiolado + Pão com Margarina	Leite com Achiolado + Pão com Margarina	Leite com Achiolado + Muffin Orgânico	Leite com Achiolado + Bolacha																				
LANCHE DA TARDE (15:00)	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																				
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	Risoto (Cane Moída), Feijão, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface com Tomate.	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Galinhada, Feijão, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Vagem e Tomate, Creme de Milho, 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)	
	898	34,00	22,00	141,00		1207	43,00	27,00	198,00		986	37,00	22,00	160,00		1202	44,00	30,00	189,00		1051	40,00	23,00	171,00	
	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)	
	633,00	54,00	414,30	6,78		370,60	27,20	367,18	7,39		325,52	20,00	367,00	6,81		380,00	24,60	362,00	7,03		362,82	28,73	362,82	7,17	

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 I (Anos iniciais: 6 - 10 anos)

3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																				
REFEIÇÃO	18/09/2023	19/09/2023	20/09/2023	21/09/2023	22/09/2023																				
CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)	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 + Bolacha																				
LANCHE DA TARDE (15:00)	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																				
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate), Salada deAlface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Chuchu Cozido, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Risoto (Cane Moída), Feijão, Beterraba Cozida, 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)	
	980	36,00	24,00	155,00		1134	40,00	26,00	185,00		852	31,00	20,00	137,00		810	44,00	18,00	189,00		898	34,00	22,00	141,00	
	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)	
	429,66	26,00	370,00	7,00		369,38	31,00	354,00	6,73		342,76	30,18	375,15	6,75		380,00	24,60	362,00	7,03		633,00	54,00	414,30	6,78	

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 I (Anos iniciais: 6 - 10 anos)

4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	25/09/2023	26/09/2023	27/09/2023	28/09/2023	29/09/2023																									
CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)	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 + Bolacha																									
LANCHE DA TARDE (15:00)	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																									
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (15:00)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta com Queijo, Salada de Alface 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	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura 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			1203	42,00	27,00	198,00			1202	44,00	30,00	189,00			1212	45,00	28,00	195,00			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)			Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		
	308,46	20,58	423,00	7,30			368,70	30,49	365,00	7,32			380,00	24,60	362,00	7,03			740,00	21,00	364,26	7,50			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/SP

Mariane da Silva Funaleti
Nutricionista
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP
Quadênio 2021/2022