



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

1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023																									
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	Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico	FERIADO MUNICIPAL																									
COLAÇÃO (09:30) E LANCHE TARDE 1 (15:00)	Maçã	Maçã	Banana	Banana	FERIADO MUNICIPAL																									
ALMOÇO 1º PERÍODO (11:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Abóbriinha e Tomate, Chuchu Refogado, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura e Vagem, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Galinhada, Feijão, Salada de Alface e Tomate	FERIADO MUNICIPAL																									
	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								
	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								

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	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023																			
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 + Pão com Margarina	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 (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, Abóbriha 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)		
	898	34,00	22,00	141,00			1207	43,00	27,00	198,00			852	31,00	20,00	137,00			1118	43,00	26,00	178,00		
	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)		
	633,00	54,00	414,30	6,78			370,60	27,20	367,18	7,39			342,76	30,18	375,15	6,75			308,46	20,58	423,00	7,30		

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	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023																						
CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achocolatado + Bolacha	Recesso Escolar	Recesso Escolar																						
LANCHE DA TARDE (15:00)	Maçã	Maçã	Banana	Recesso Escolar	Recesso Escolar																						
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	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 Batata e Tomate, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Abóbriinha Refogada, Salada de Alface e Tomate	Recesso Escolar	Recesso Escolar																						
	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										
	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										

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	25/12/2023					26/12/2023					27/12/2023					28/18/2023					29/12/2023				
CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)	Recesso Escolar																								
LANCHE DA TARDE (15:00)	Recesso Escolar																								
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (15:00)	Recesso Escolar																								
	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)	
	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)	

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 2023/2025