



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

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																			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00) E LANCHE DA TARDE (15:00)	FERIADO NACIONAL	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina																			
COLAÇÃO (09:30) E LANCHE TARDE 1 (15:00)	FERIADO NACIONAL	Maçã	Banana	Banana	Maçã																			
ALMOÇO 1º PERÍODO (11:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	FERIADO NACIONAL	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta com Queijo, 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 Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, 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)		
							1202	44,00	30,00	189,00			917	35,00	21,00	147,00			1203	42,00	27,00	198,00		
	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)		
							380,00	24,60	362,00	7,03			448,26	28,53	383,00	6,54			368,70	30,49	365,00	7,32		

Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N° 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 2021/2023

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

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													
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 + Muffin Orgânico				Leite com Achocolatado + Bolacha													
LANCHE DA TARDE (15:00)	Maçã				Tangerina				Banana				Banana				Maçã													
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	Risoto (Cane Moída), Feijão, Salada de Pepino e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface com Tomate.				Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Ralada, Milho, Ervilha e Tomate, Salada de Repolho e Tomate				Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, 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 N° 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 2021/2023

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

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																			
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 + Pão com Margarina																			
LANCHE DA TARDE (15:00)	Maçã	Maçã	Banana	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 de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Macarrão á Bolonhesa, Feijão, Chuchu Cozido, Salada de Tomate e Pepino	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Risoto (Cane Moída), Feijão, Salada de Pepino 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)		
	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		
	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		

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 2021/2023

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

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																									
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 Cenoura, Vagem e Tomate, 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	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Salada de Tomate	Galinhada, Feijão, Salada de Alface, Repolho 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			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 2021/2025

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

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								
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 Batata e Tomate, Salada de Pepino e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface com Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Salada de Tomate				Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Fricassê de Frango, 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		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
Quilômetro 2021/2023