



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 - 15 anos)**  
**E.M.E.F. "LAMOUNIER DE ANDRADE"**



1ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA				
REFEIÇÃO	05/06/2023					06/06/2023					07/06/2023					08/06/2023					09/06/2023				
<b>LANCHE DA MANHÃ (07:00)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					<b>FERIADO NACIONAL</b>					<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>				
<b>COLAÇÃO (09:15 hrs)</b>	Maçã					Maçã					Banana					<b>FERIADO NACIONAL</b>					<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>				
<b>ALMOÇO (11:55 hrs)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Bóbrinha e Tomate, Salada de Pepino e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e 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					<b>FERIADO NACIONAL</b>					<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>				
	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)	
	1174	43,00	26,00	192,00		1159	44,00	27,00	185,00		1068	40,00	24,00	167,00											
	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)	
	334,59	20,30	391,00	8,25		331,50	23,60	385,00	7,88		447,84	26,68	386,00	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  
 Quadênio 2021/2023



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 -15 anos)**  
**E.M.E.F. "LAMOUNIER DE ANDRADE"**



2ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA									
REFEIÇÃO	12/06/2023					13/06/2023					14/06/2023					15/06/2023					16/06/2023									
<b>LANCHE DA MANHÃ (07:00)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite com Achocolatado + <b>Muffin Orgânico</b>					Leite com Achocolatado + Bolacha									
<b>COLAÇÃO (09:15 hrs)</b>	Maçã					<b>Tangerina</b>					Banana					Banana					Maçã									
<b>ALMOÇO (11:55 hrs)</b>	Risoto (Cane Moída), Feijão, Salada de Pepino e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e 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)		
	971	36,00	23,00	155,00			1285	46,00	29,00	210,00			1174	43,00	26,00	192,00			1159	44,00	27,00	185,00			1133	43,00	25,00	184,00		
	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)		
	648,10	58,65	430,00	7,50			386,00	30,44	380,00	8,22			334,59	20,30	391,00	8,25			331,50	23,60	385,00	7,88			339,81	31,95	374,77	7,97		

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  
Quadrênio 2021/2025



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 - 15 anos)**  
**E.M.E.F. "LAMOUNIER DE ANDRADE"**



3ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA				
REFEIÇÃO	19/06/2023					20/06/2023					21/06/2023					22/06/2023					23/06/2023				
<b>LANCHE DA MANHÃ (07:00)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite + Pão com Margarina				
<b>COLAÇÃO (09:15 hrs)</b>	Maçã					Maçã					Banana					Banana					Banana Maçã				
<b>ALMOÇO (11:55 hrs)</b>	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				
	1068	40,00	24,00	173,00		1293	46,00	29,00	212,00		933	34,00	21,00	152,00		1068	40,00	24,00	167,00		1285	46,00	29,00	210,00	
	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)	
	445,39	28,75	372,60	7,40		372,12	32,71	380,00	8,28		355,25	33,50	380,70	7,15		447,84	26,68	386,00	6,75		386,00	30,44	380,00	8,22	

Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE Nº 26 DE 17 DE JUNHO DE 2013.

**Observações:** Cardápio sujeito a 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  
Qualidade 2021/2025



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (Anos finais: 11 - 15 anos)**  
**E.M.E.F. "LAMOUNIER DE ANDRADE"**



4ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA				
REFEIÇÃO	26/06/2023					27/06/2023					28/06/2023					29/06/2023					30/06/2023				
<b>LANCHE DA MANHÃ (07:00)</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 + Bolacha				
<b>COLAÇÃO (09:15 hrs)</b>	Maçã					Maçã					Banana					Banana					Maçã				
<b>ALMOÇO (11:55 hrs)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura, Vagem e Tomate, Salada de Repolho e Tomate					<b>Cachorro Quente, Suco Concentrado de Laranja e Pipoca</b>					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				
	1223	45,00	27,00	200,00		1783	48,82	41,04	309,55		1159	44,00	27,00	185,00		1264	47,00	28,00	206,00		1068	40,00	24,00	167,00	
	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)	
	210,24	22,85	443,60	7,97		399,63	25,71	376,96	10,35		331,50	23,60	385,00	7,88		939,40	20,00	374,92	8,25		447,84	26,68	386,00	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 Funaleti  
Nutricionista  
CRN3 47361



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