



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 | 06/10/2025 | | | | | 07/10/2025 | | | | | 08/10/2025 | | | | | 09/10/2025 | | | | | 10/10/2025 | | | | |
| LANCHE DA MANHÃ (07:00) | Leite com Achocolatado + Bolacha | | | | | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | | | | | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | | | | | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | | | | | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | | | | |
| COLAÇÃO (09:15 hrs) | Maçã | | | | | Maçã | | | | | Banana | | | | | Maçã | | | | | Maçã | | | | |
| ALMOÇO (11:55 hrs) | Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Purê de Batatas , Salada de Alface e Tomate | | | | | Cachorro Quente, Pipoca e Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja | | | | | Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate | | | | | Arroz, Feijão, Fricassê de Frango, Salada de Alface e Tomate | | | | | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate | | | | |
| | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | |
| | 1301 | 46,00 | 29,00 | 214,00 | | 1068 | 40,00 | 24,00 | 167,00 | | 1068 | 40,00 | 24,00 | 167,00 | | 1301 | 46,00 | 29,00 | 214,00 | | 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) | |
| | 384,60 | 34,80 | 376,60 | 8,21 | | 447,84 | 26,68 | 386,00 | 6,75 | | 447,84 | 26,68 | 386,00 | 6,75 | | 384,60 | 34,80 | 376,60 | 8,21 | | 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 de Educação 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"



| 2ª SEMANA | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|---|--|--------------------------------|--|---|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|--|
| REFEIÇÃO | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| LANCHE DA MANHÃ (07:00) | Leite com Achocolatado + Bolacha | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | SUSPENSÃO DE ATIVIDADES | Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| COLAÇÃO (09:15 hrs) | Maçã | Maçã | SUSPENSÃO DE ATIVIDADES | Mamão | Maçã | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ALMOÇO (11:55 hrs) | Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate e Cenoura, Creme de Milho , Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Fricassê de Frango, Salada de Alface e Tomate | SUSPENSÃO DE ATIVIDADES | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Chuchu Refogado , Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate e Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | |
| | 971 | 36,00 | 23,00 | 155,00 | | | 1285 | 46,00 | 29,00 | 210,00 | | | | 1068 | 40,00 | 24,00 | 167,00 | | | | 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) | | | |
| | 648,10 | 58,65 | 430,00 | 7,50 | | | 386,00 | 30,44 | 380,00 | 8,22 | | | | 447,84 | 26,68 | 386,00 | 6,75 | | | | 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 de Educação de Colina/SP

Mariane da Silva Fulaneti
 Nutricionista
 CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP
 Quadriênio 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 | 20/10/2025 | | | | | 21/10/2025 | | | | | 22/10/2025 | | | | | 23/10/2025 | | | | | 24/10/2025 | | | | | | | | | |
| LANCHE DA MANHÃ (07:00) | Leite com Achocolatado + Bolacha | | | | | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | | | | | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | | | | | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | | | | | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | | | | | | | | | |
| COLAÇÃO (09:15 hrs) | Maçã | | | | | Maçã | | | | | Banana | | | | | Maçã | | | | | Maçã | | | | | | | | | |
| ALMOÇO (11:55 hrs) | Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate | | | | | Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate) , Salada de Alface e Tomate | | | | | Arroz, Feijão, Filé de Frango com Cenoura, Milho e Ervilha, Polenta , Salada de Alface e Tomate | | | | | Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate | | | | | Arroz, Feijão, Almondegas ao Molho de Tomate, Salada de Alface e Tomate e Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja | | | | | | | | | |
| | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | |
| | 1068 | 40,00 | 24,00 | 167,00 | | | 1068 | 40,00 | 24,00 | 173,00 | | | 1068 | 40,00 | 24,00 | 167,00 | | | 1068 | 40,00 | 24,00 | 167,00 | | | 971 | 36,00 | 23,00 | 155,00 | | |
| | 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) | | |
| | 447,84 | 26,68 | 386,00 | 6,75 | | | 445,39 | 28,75 | 372,60 | 7,40 | | | 447,84 | 26,68 | 386,00 | 6,75 | | | 447,84 | 26,68 | 386,00 | 6,75 | | | 648,10 | 58,65 | 430,00 | 7,50 | | |

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 de Educação 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"



| 4ª SEMANA | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|--------------------------------|--|--|---|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|--|--|
| REFEIÇÃO | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| LANCHE DA MANHÃ (07:00) | SUSPENSÃO DE ATIVIDADES | Leite com Achocolatado + Bolacha | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| COLAÇÃO (09:15 hrs) | SUSPENSÃO DE ATIVIDADES | Maçã | <u>Goiaba</u> | Maçã | <u>Arroz Doce</u> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ALMOÇO (11:55 hrs) | SUSPENSÃO DE ATIVIDADES | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata, <u>Creme de Milho</u> , Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate | Galinhada, Feijão, <u>Beterraba Cozida</u> , Salada e Alface e Tomate e <u>Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja</u> | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | | Kcal | Prot (g) | Líp (g) | CHO (g) | | | | |
| | | | | | | | 1285 | 46,00 | 29,00 | 210,00 | | | | 1068 | 40,00 | 24,00 | 167,00 | | | | 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) | | | | |
| | | | | | | | 386,00 | 30,44 | 380,00 | 8,22 | | | | 447,84 | 26,68 | 386,00 | 6,75 | | | | 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 de Educação de Colina/SP

Mariane da Silva Funaleti
Nutricionista
CRN3 47361

