



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



1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	07/10/2024	08/10/2024	09/10/2024	10/10/2024	11/10/2024																									
<b>CAFÉ DA MANHÃ (07:00) E LANCHE DA TARDE (15:00)</b>	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 + Bolacha																									
<b>COLAÇÃO (09:30) E LANCHE TARDE 1 (15:00)</b>	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																									
<b>ALMOÇO 1º PERÍODO (11:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta com Queijo, Salada de Alface e Tomate	<b>Cachorro Quente e Pipoca</b>	Arroz, Feijão, Almondegas ao Molho de Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Tomate e Pepino	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)			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			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)		
	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			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  
Quadro nº 2021/2025



2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																			
REFEIÇÃO	14/10/2024	15/10/2024	16/10/2024	17/10/2024	18/10/2024																			
<b>CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)</b>	Leite com Acolado + Bolacha	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Leite com Acolado + Bolacha	Leite com Acolado + Pão com Manteiga	Leite com Acolado + Bolacha																			
<b>LANCHE DA TARDE (15:00)</b>	Maçã	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Maçã	Banana	Maçã																			
<b>ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Abóbriha e Tomate, Salada de Alface e Tomate	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, <u>Creme de Milho</u> , 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			986	37,00	22,00	160,00			1212	45,00	28,00	195,00			1134	40,00	26,00	185,00		
	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			325,52	20,00	367,00	6,81			740,00	21,00	364,26	7,50			369,38	31,00	354,00	6,73		

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



3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	21/10/2024	22/10/2024	23/10/2024	24/10/2024	25/10/2024																									
<b>CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + <b>Muffin Orgânico</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Bolacha																									
<b>LANCHE DA TARDE (15:00)</b>	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																									
<b>ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, 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  
Quadro nº 2021/2025



4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																			
REFEIÇÃO	28/10/2024	29/10/2024	30/10/2024	31/10/2024	01/11/2024																			
CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Bolacha																			
LANCHE DA TARDE (15:00)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Maçã	Banana	Banana	Maçã																			
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (15:00)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Ralada, Milho, Ervilha e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Batata e Tomate, Chuchu Cozido, Salada de Alface e 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)		
							1203	42,00	27,00	198,00			1202	44,00	30,00	189,00			1212	45,00	28,00	195,00		
	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)		
							368,70	30,49	365,00	7,32			380,00	24,60	362,00	7,03			740,00	21,00	364,26	7,50		

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  
Quadro nº 2021/2025