



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

1ª SEMANA	2ª FEIRA						3ª FEIRA						4ª FEIRA						5ª FEIRA						6ª FEIRA					
REFEIÇÃO	04/11/2024						05/11/2024						06/11/2024						07/11/2024						08/11/2024					
CAFÉ DA MANHÃ (07:00) E LANCHE DA TARDE (15:00)	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 (09:30) E LANCHE TARDE 1 (15:00)	Maçã						Maçã						Banana						Banana						Maçã					
ALMOÇO 1º PERÍODO (11:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta , Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura , Milho e Ervilha , Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate						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			1203	42,00	27,00	198,00			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			380,00	24,60	362,00	7,03			448,26	28,53	383,00	6,54			368,70	30,49	365,00	7,32			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 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)

2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
REFEIÇÃO	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024
CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	FERIADO
LANCHE DA TARDE (15:00)	Maçã	Maçã	Banana	Maçã	FERIADO
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Abóbbrinha e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate.	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, 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	FERIADO
	KcalProt (g)Lip (g)CHO (g)	KcalProt (g)Lip (g)CHO (g)	KcalProt (g)Lip (g)CHO (g)	KcalProt (g)Lip (g)CHO (g)	KcalProt (g)Lip (g)CHO (g)
	89834,0022,00141,00	120743,0027,00198,00	98637,0022,00160,00	91735,0021,00147,00	
	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)
	633,0054,00414,306,78	370,6027,20367,187,39	325,5220,00367,006,81	448,2628,53383,006,54	

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 de Colina/SP

Mariane da Silva Fulaneti
Nutricionista
CRN3 47361



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

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

3ª SEMANA	2ª FEIRA						3ª FEIRA						4ª FEIRA						5ª FEIRA						6ª FEIRA					
REFEIÇÃO	18/11/2024						19/11/2024						20/11/2024						21/11/2024						22/11/2024					
CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga						FERIADO						Leite com Achocolatado + <u>Muffin Orgânico</u>						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					
LANCHE DA TARDE (15:00)	Maçã						Maçã						FERIADO						Maçã						Maçã					
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 Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate						FERIADO						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					
	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									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									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
Quadrante 2021/2025

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

4ª SEMANA	2ª FEIRA						3ª FEIRA						4ª FEIRA						5ª FEIRA						6ª FEIRA					
REFEIÇÃO	25/11/2024						26/11/2024						27/11/2024						28/11/2024						29/11/2024					
CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (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					
LANCHE DA TARDE (15:00)	Maçã						Maçã						Banana						Maçã						Maçã					
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (15:00)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <u>Beterraba Cozida</u> , Salada de Alface e Tomate						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 Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, <u>Chuchu Cozido</u> , Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff 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			1207	43,00	27,00	198,00			917	35,00	21,00	147,00			1134	40,00	26,00	185,00			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			370,60	27,20	367,18	7,39			448,26	28,53	383,00	6,54			369,38	31,00	354,00	6,73			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