



**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	05/06/2023	06/06/2023	07/06/2023	08/06/2023	09/06/2023																			
<b>CAFÉ DA MANHÃ (07:00) E LANCHE DA TARDE (15:00)</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 (09:30) E LANCHE TARDE 1 (15:00)</b>	Maçã	Maçã	Banana	<b>FERIADO NACIONAL</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>																			
<b>ALMOÇO 1º PERÍODO (11:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Abóbriha 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)		
	1202	44,00	30,00	189,00			1202	44,00	30,00	189,00			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)		
	380,00	24,60	362,00	7,03			380,00	24,60	362,00	7,03			448,26	28,53	383,00	6,54								

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	12/06/2023	13/06/2023	14/06/2023	15/06/2023	16/06/2023																									
<b>CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (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>LANCHE DA TARDE (15:00)</b>	Maçã	<b>Tangerina</b>	Banana	Banana	Maçã																									
<b>ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00)</b> <b>ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)</b>	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	19/06/2023	20/06/2023	21/06/2023	22/06/2023	23/06/2023																									
<b>CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (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>LANCHE DA TARDE (15:00)</b>	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Banana Maçã																									
<b>ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00)</b> <b>ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)</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																									
	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 2021/2023



**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	26/06/2023	27/06/2023	28/06/2023	29/06/2023	30/06/2023																									
<b>CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)</b>	Leite com Achiocolatado + Bolacha	Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achiocolatado + Bolacha																									
<b>LANCHE DA TARDE (15:00)</b>	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																									
<b>ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00)</b> <b>ALMOÇO 2º PERÍODO (15:00)</b>	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	<b>Cachorro Quente, Suco Concentrado de Laranja e Pipoca</b>	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			713	3051,90	37,64	295,82			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			639,30	21,80	34,78	9,39			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  
Quadriênio 2021/2025