



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



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																									
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	Maçã	Maçã																									
ALMOÇO 1º PERÍODO (11:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <u>Purê de Batatas</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	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 e <u>Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja</u>																									
	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			917	35,00	21,00	147,00			986	37,00	22,00	160,00			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)		
	633,00	54,00	414,30	6,78			448,26	28,53	383,00	6,54			325,52	20,00	367,00	6,81			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 de Educação de Colina/SP

Mariane da Silva Fulaneti
Nutricionista
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP
Quad.º 01/2025



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



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																			
CAFÉ DA MANHÃ E COLAÇÃO (07:00)	Leite com Achiocolatado + Bolacha	Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Leite com Achiocolatado + Muffin Orgânico	Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga																			
LANCHE DA TARDE (15:00)	Maçã	Maçã	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Mamão	Maçã																			
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (12:30)	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	Cachorro Quente, Pipoca e Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja																			
	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			917	35,00	21,00	147,00			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)		
	633,00	54,00	414,30	6,78			370,60	27,20	367,18	7,39			448,26	28,53	383,00	6,54			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 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 I (Anos iniciais: 6 - 10 anos)



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																							
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 (12:30)	Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <u>Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate)</u> , Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Filé de Frango com Cenoura, Milho e Ervilha, <u>Polenta</u> , Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Almondégas ao Molho de Tomate, Salada de Alface e Tomate e <u>Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja</u>																							
	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)												
	917	35,00	21,00	147,00					1134	40,00	26,00	185,00					917	35,00	21,00	147,00					986	37,00	22,00	160,00					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)				
	448,26	28,53	383,00	6,54					369,38	31,00	354,00	6,73					448,26	28,53	383,00	6,54					325,52	20,00	367,00	6,81					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 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 I (Anos iniciais: 6 - 10 anos)



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																									
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 + Pão com Manteiga																									
LANCHE DA TARDE (15:00)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Maçã	<u>Goiaba</u>	Maçã	<u>Arroz Doce</u>																									
ALMOÇO 1º PERÍODO (10:00) ALMOÇO 2º PERÍODO (15:00)	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)	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)		
							1207	43,00	27,00	198,00			917	35,00	21,00	147,00			986	37,00	22,00	160,00			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)		
							370,60	27,20	367,18	7,39			448,26	28,53	383,00	6,54			325,52	20,00	367,00	6,81			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 de Educação de Colina/SP

Mariane da Silva Funaleti
Nutricionista
CRN3 47361



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