



CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (16 - 18 anos)
E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"

1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
REFEIÇÃO	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Ralada, Milho, Ervilha e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Batata Assada , Salada de Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Stroganoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Vagem e Tomate, Abóbriinha Refogada , Salada de Alface e Tomate
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Bolacha + Laranja	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão	Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)
	KcalProt (g)Líp (g)CHO (g)	KcalProt (g)Líp (g)CHO (g)	Vit A(ug)Vit C(mg)Ca(mg)Fe(mg)	KcalProt (g)Líp (g)CHO (g)	KcalProt (g)Líp (g)CHO (g)
	153252,0036,00250,00	167556,0039,00275,00	156453,0040,00248,00	152755,0035,00248,00	130449,0032,00205,00
	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)
	569,7836,73696,559,93	725,00142,82698,769,14	1153,7532,88705,009,86	488,12127,29418,609,28	811,00101,00551,648,95

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 MÉDIO (16 - 18 anos)
E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"

2ª SEMANA	2ª FEIRA						3ª FEIRA						4ª FEIRA						5ª FEIRA						6ª FEIRA					
REFEIÇÃO	10/02/2025						11/02/2025						12/02/2025						13/02/2025						14/02/2025					
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite + Bolacha + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana					
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta com Queijo , Salada de Alface e Tomate						Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida , Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Cenoura e Vagem e Tomate, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Filé de Frango com Legumes (Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate					
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga						Bolacha + Laranja						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão						Bolacha + Abacaxi					
	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)		
	1363	50,00	35,00	212,00			1309	50,00	29,00	212,00			1363	50,00	35,00	212,00			1527	55,00	35,00	248,00			1527	55,00	35,00	248,00		
	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)		
	607,00	34,57	661,00	9,91			608,00	74,53	411,10	8,45			607,00	34,57	661,00	9,91			488,12	127,29	418,60	9,28			488,12	127,29	418,60	9,28		

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 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 MÉDIO (16 - 18 anos)
E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"

3ª SEMANA	2ª FEIRA						3ª FEIRA						4ª FEIRA						5ª FEIRA						6ª FEIRA					
REFEIÇÃO	17/02/2025						18/02/2025						19/02/2025						20/02/2025						21/02/2025					
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite + Bolacha + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana					
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Cozida e Tomate, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Batata Assada , Salada de Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Filé de Frango com Legumes (Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate					
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga						Bolacha + Laranja						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão						Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã					
	1309	50,00	29,00	212,00			1527	55,00	35,00	248,00			1675	56,00	39,00	275,00			1564	53,00	40,00	248,00			1527	55,00	35,00	248,00		
	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)		
	608,00	74,53	411,10	8,45			488,12	127,29	418,60	9,28			725,00	142,82	698,76	9,14			1153,75	32,88	705,00	9,86			488,12	127,29	418,60	9,28		

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 MÉDIO (16 - 18 anos)
E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"

4ª SEMANA	2ª FEIRA						3ª FEIRA						4ª FEIRA						5ª FEIRA						6ª FEIRA					
REFEIÇÃO	24/02/2025						25/02/2025						26/02/2025						27/02/2025						28/02/2025					
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite + Bolacha + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana					
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Farofa (Ovo, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Filé de Frango com Legumes (Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Abóbrinha e Tomate, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate					
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga						Bolacha + Laranja						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão						Bolacha + Abacaxi					
	1564	53,00	40,00	248,00			1629	60,00	45,00	246,00			1309	50,00	29,00	212,00			1527	55,00	35,00	248,00			1309	50,00	29,00	212,00		
	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)		
	1153,75	32,88	705,00	9,86			610,35	15,70	689,00	9,92			608,00	74,53	411,10	8,45			488,12	127,29	418,60	9,28			608,00	74,53	411,10	8,45		

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 Funaleti
Nutricionista
CRN3 47361



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



CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (16 - 18 anos)
E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"

5ª SEMANA	2ª FEIRA						3ª FEIRA						4ª FEIRA						5ª FEIRA						6ª FEIRA					
REFEIÇÃO	27/01/2025						28/01/2025						29/01/2025						30/01/2025						31/01/2025					
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	PLANEJAMENTO						PLANEJAMENTO						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana					
ALMOÇO (11:30)	PLANEJAMENTO						PLANEJAMENTO						Arroz, Feijão, Filé de Frango com Legumes (Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Abóbbrinha e Tomate, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate					
LANCHE DA TARDE (14:50)	PLANEJAMENTO						PLANEJAMENTO						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã						Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão						Bolacha + Abacaxi					
													1309	50,00	29,00	212,00			1527	55,00	35,00	248,00			1309	50,00	29,00	212,00		
	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)		
													608,00	74,53	411,10	8,45			488,12	127,29	418,60	9,28			608,00	74,53	411,10	8,45		

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 Funaleti
Nutricionista
CRN3 47361

