



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	02/09/2024	03/09/2024	04/09/2024	05/09/2024	06/09/2024																									
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, Kibe Assado, (Mussarela, Tomate e Cebola), Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff 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)																									
	Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)			Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)			Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)		
	1532	52,00	36,00	250,00			1675	56,00	39,00	275,00			1564	53,00	40,00	248,00			1527	55,00	35,00	248,00			1304	49,00	32,00	205,00		
	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)		
	569,78	36,73	696,55	9,93			725,00	142,82	698,76	9,14			1153,75	32,88	705,00	9,86			488,12	127,29	418,60	9,28			811,00	101,00	551,64	8,95		

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
Quadriênio 2021/2025



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	09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024																									
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 em Cubos com Batata 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	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã																									
	Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Líp (g)	CHO (g)			Kcal	Prot (g)	Líp (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
Quadro nº 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	16/09/2024					17/09/2024					18/09/2024					19/09/2024					20/09/2024				
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 + Muffin Orgânico + 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, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Creme de Milho , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Kibe Assado (Mussarela, Tomate e Cebola), Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com 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		1309	50,00	29,00	212,00		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		608,00	74,53	411,10	8,45		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	23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024																				
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, Couve, Cenoura e Tomate) , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Abóbriinha e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Galinhada, Feijão, 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)																				
	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 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



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	30/09/2024				01/10/2024				02/10/2024				03/10/2024				04/10/2024																							
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 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 Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Vagem e Tomate, Chuchu Cozido , 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																							
	1532	52,00	36,00	250,00					1675	56,00	39,00	275,00					1527	55,00	35,00	248,00					1527	55,00	35,00	248,00					1304	49,00	32,00	205,00				
	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)												
	569,78	36,73	696,55	9,93					725,00	142,82	698,76	9,14					488,12	127,29	418,60	9,28					488,12	127,29	418,60	9,28					811,00	101,00	551,64	8,95				

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 |  Cultura de Colina/SP

Mariane da Silva Funaleti
Nutricionista
CRN3 47361


CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP
Quadro nº 2021/2020