



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	05/02/2024	06/02/2024	07/02/2024	08/02/2024	09/02/2024																									
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite + Bolacha + Maçã	Leite com Achromatado + Pão com Margarina + Maçã	Leite com Achromatado + Pão com Margarina + Abacaxi	Leite com Achromatado + Pão com Margarina + Banana	Leite com Achromatado + Pão com Margarina + Maçã																									
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Ralada 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 (Presunto, 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, Abóbrinha Refogada , Salada de Alface e Tomate																									
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achromatado + Bolacha	Leite com Achromatado + Pão com Margarina + Laranja	Leite com Achromatado + Bolacha	Leite com Achromatado + Bolacha + 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
Quadro nº 2021/2023



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	12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024	15/02/2024	16/02/2024															
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Leite com Achiocolatado + Bolacha + Banana	Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Maçã															
ALMOÇO (11:30)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioquinha e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Batata e Tomate , Salada de Alface e Tomate															
LANCHE DA TARDE (14:50)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES	Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)	Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina															
	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		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)	
											607,00	34,57	661,00	9,91		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"

4ª SEMANA	2ª FEIRA				3ª FEIRA				4ª FEIRA				5ª FEIRA				6ª FEIRA																							
REFEIÇÃO	19/02/2024				20/02/2024				21/02/2024				22/02/2024				23/02/2024																							
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico				Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã				Leite com Achocolatado + Bolacha + Abacaxi				Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã																							
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate, Chuchu Refogado , Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate				Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida , Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Kibe Assado (Presunto, Mussarela, Tomate e Cebola), Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Batata e Tomate , Salada de Alface e Tomate																							
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã				Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã				Leite com Achocolatado + Bolacha + Mamão				Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)																							
	1564	53,00	40,00	248,00					1363	50,00	35,00	212,00					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)				
	1153,75	32,88	705,00	9,86					607,00	34,57	661,00	9,91					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
Quilômetro 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	26/02/2024					27/02/2024					28/02/2024					29/02/2024					01/03/2024				
LANCHE DA MANHÃ (09:30)	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Abacaxi					Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã				
ALMOÇO (11:30)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate) , Salada de Alface e Tomate					Galinhada, Feijão, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Salada de Tomate				
LANCHE DA TARDE (14:50)	Leite com Achocolatado + Bolacha					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina					Leite com Achocolatado + Bolacha					Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)					Leite com Achocolatado + Pão com Margarina				
	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		1675	56,00	39,00	275,00	
	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		725,00	142,82	698,76	9,14	

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