



**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	01/09/2025	02/09/2025	03/09/2025	04/09/2025	05/09/2025																									
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana																									
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com 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 Mandioca e Tomate, <b>Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate)</b> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Macarrão ao Molho de Tomate, Feijão, <b>Almondégas</b> , Salada de Alface e Tomate e <b>Suco concentrado Sabor Laranja 100% Natural</b>																									
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Bolacha + Laranja	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão	<b>Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)</b>																									
	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)		
	1564	53,00	40,00	248,00			1309	50,00	29,00	212,00			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)			Vit A(ug)	Vit C(mg)	Ca(mg)	Fe(mg)		
	1153,75	32,88	705,00	9,86			608,00	74,53	411,10	8,45			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 de Educação de Colina

Mariane da Silva Fulaneti  
Nutricionista  
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP  
Quadro nº 002/2025



**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	08/09/2025	09/09/2025	10/09/2025	11/09/2025	12/09/2025																									
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana																									
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <b>Polenta com Queijo</b> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Mandioca e Tomate, <b>Chuchu Refogado</b> , Salada de Alface e Tomate e <b>Suco concentrado Sabor Laranja 100% Natural</b>																									
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Bolacha + Laranja	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga																									
	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 de Educação de Colina

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	15/09/2025				16/09/2025				17/09/2025				18/09/2025				19/09/2025																							
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã				Leite com Achocolatado + <b>Muffin Orgânico</b> + Maçã				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana																							
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <b>Polenta com Queijo</b> , Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Tomate, <b>Purê de Batatas</b> , 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 Tiras Acebolada, <b>Creme de Milho</b> , Tomate, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, <b>Quibe Assado Recheado (Mussarela e Tomate)</b> , Salada de Alface e Tomate e <b>Suco concentrado Sabor Laranja 100% Natural</b>																							
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga				Bolacha + Laranja				<b>Arroz Doce</b>				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão				Bolacha + <b>Goiaba</b>																							
	1527	55,00	35,00	248,00					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)				
	488,12	127,29	418,60	9,28					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 de Educação de Colina

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	22/09/2025					23/09/2025					24/09/2025					25/09/2025					26/09/2025				
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + 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				
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, <b>Polenta com Queijo</b> , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com 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 e <b>Suco concentrado Sabor Laranja 100% Natural</b>				
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					Bolacha + <b>Abacaxi</b>					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga				
	1564	53,00	40,00	248,00		1527	55,00	35,00	248,00		1309	50,00	29,00	212,00		1564	53,00	40,00	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		488,12	127,29	418,60	9,28		608,00	74,53	411,10	8,45		1153,75	32,88	705,00	9,86		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 de Educação de Colina

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	29/09/2025					30/09/2025					01/10/2025					02/10/2025					03/10/2025				
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + 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				
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Batata e Tomate, <b>Salada de Macarrão (Milho, Ervilha, Cenoura Ralada e Mussarela)</b> , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, <b>Quibe Assado Recheado (Mussarela e Tomate)</b> , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango com Legumes (Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate e <b>Suco concentrado Sabor Laranja 100% Natural</b>				
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					Bolacha + <b>Abacaxi</b>					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga				
	1564	53,00	40,00	248,00		1527	55,00	35,00	248,00		1309	50,00	29,00	212,00		1564	53,00	40,00	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		488,12	127,29	418,60	9,28		608,00	74,53	411,10	8,45		1153,75	32,88	705,00	9,86		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 de Educação de Colina

Mariane da Silva Funaleti  
 Nutricionista  
 CRN3 47361



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