



**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	06/10/2025	07/10/2025	08/10/2025	09/10/2025	10/10/2025																									
<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 + 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 Batata 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																									
<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>Cachorro Quente, Pipoca e Suco concentrado Sabor Laranja 100% Natural</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	13/10/2025	14/10/2025	15/10/2025	16/10/2025	17/10/2025																						
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Abacaxi	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Banana																						
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <b>Polenta</b> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Salada de Alface e Tomate	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata 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	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	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)			
	1363	50,00	35,00	212,00			1309	50,00	29,00	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)			
	607,00	34,57	661,00	9,91			608,00	74,53	411,10	8,45				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	20/10/2025				21/10/2025				22/10/2025				23/10/2025				24/10/2025																							
<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</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	27/10/2025	28/10/2025	29/10/2025	30/10/2025	31/10/2025																				
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + 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>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, <b>Polenta</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>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Bolacha + <b>Abacaxi</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga																				
		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)		
		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