



CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (16 - 18 anos)
E.E. "PROFº DARCY SILVEIRA VAZ" - INTEGRAL

1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	04/05/2026	05/05/2026	06/05/2026	07/05/2026	08/05/2026																									
CAFÉ DA MANHÃ(07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga																									
COLAÇÃO (09:15 hs)	Maçã	Maçã	Banana	Tangerina	Maçã																									
ALMOÇO (11:00)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Tomate e Pepino	Arroz, Feijão, File de Frango com Batata e Tomate, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Salada de Alface e Tomate e Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja																									
LANCHE DA TARDE (15:45 hs)	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã																									
	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)		
	1110	36,00	24,00	155,00			1422	55,00	34,00	224,00			1515	52,00	35,00	248,00			1422	55,00	34,00	224,00			1422	55,00	34,00	224,00		
	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)		
	430,00	26,00	370,00	7,00			675,28	34,55	685,00	8,75			781,67	30,00	684,00	9,58			675,28	34,55	685,00	8,75			675,28	34,55	685,00	8,75		

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.E. "PROFº DARCY SILVEIRA VAZ" - INTEGRAL

3ª SEMANA	2ª FEIRA				3ª FEIRA				4ª FEIRA				5ª FEIRA				6ª FEIRA															
REFEIÇÃO	18/05/2026				19/05/2026				20/05/2026				21/05/2026				22/05/2026															
CAFÉ DA MANHÃ(07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga															
COLAÇÃO (09:15 hs)	Maçã				Maçã				Banana				Tangerina				Maçã															
ALMOÇO (11:00)	Arroz, Feijão, Carne Moida com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Stroganoff de Frango, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina Moida, Polenta, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Chuchu Refogado, Salada de Repolho e Tomate				Arroz, Feijão, Almondegas ao Molho de Tomate, Salada de Tomate e Pepino e <u>Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja</u>															
LANCHE DA TARDE (15:45 hs)	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã				Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã															
	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)				
	1422	55,00	34,00	224,00					1422	55,00	34,00	224,00					1456	57,00	37,00	228,00					1444	53,00	36,00	227,00				
	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)				
	675,28	34,55	685,00	8,75					675,28	34,55	685,00	8,75					680,28	34,55	710,00	9,85					935,00	75,05	737,00	10,04				

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.E."PROFº DARCY SILVEIRA VAZ" - INTEGRAL

4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	25/05/2026	26/05/2026	27/05/2026	28/05/2026	29/05/2026																									
CAFÉ DA MANHÃ(07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga																									
COLAÇÃO (09:15 hs)	Maçã	Maçã	Banana	Maçã	Maçã																									
ALMOÇO (11:00)	Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate, Purê de Batatas, 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 em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Tomate e Pepino	Arroz, Feijão, Stroganoff de Carne, Salada de Repolho e Tomate	Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate e Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja																									
LANCHE DA TARDE (15:45 hs)	Leite com Achocolatado +Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	Arroz Doce	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)		
	1422	55,00	34,00	224,00			1765	63,00	41,00	286,00			1422	55,00	34,00	224,00			1515	52,00	35,00	248,00			1422	55,00	34,00	224,00		
	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)		
	675,28	34,55	685,00	8,75			560,00	32,17	665,07	9,45			675,28	34,55	685,00	8,75			781,67	30,00	684,00	9,58			675,28	34,55	685,00	8,75		

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