





**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	11/05/2026	12/05/2026	13/05/2026	14/05/2026	15/05/2026																									
<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 + Maçã	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</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 Tomate, <b>Purê de Batatas</b> , Salada de Alface e Tomate	Macarrão ao Molho de Tomate, Feijão, <b>Almondegas</b> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango com 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 + <b>Tangerina</b>	Bolacha + Laranja	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga																									
	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			1527	55,00	35,00	248,00			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			488,12	127,29	418,60	9,28			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  
Quadrênio 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	18/05/2026					19/05/2026					20/05/2026					21/05/2026					22/05/2026				
<b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					Leite com Achocolatado + <b>Muffin Orgânico</b> + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã				
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate					Macarrão ao Molho de Tomate, Feijão, <b>Almondegas</b> , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Ovo Mexido, 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					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã					<b>Arroz Doce</b>					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Mamão					Bolacha + <b>Abacate</b>				
	1527	55,00	35,00	248,00		1304	49,00	32,00	205,00		1527	55,00	35,00	248,00		1302	49,00	29,00	205,00		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		811,00	101,00	551,64	8,95		488,12	127,29	418,60	9,28		810,00	75,53	411,00	8,45		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	25/05/2026					26/05/2026					27/05/2026					28/05/2026					29/05/2026				
<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 + Mamão					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã				
<b>ALMOÇO (11:30)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, <b>Quibe Assado Recheado (Mussarela e Tomate)</b> , 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, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate				
<b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga					Bolacha + <b>Abacaxi</b>					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Abacaxi					Bolacha + <b>Tangerina</b>					Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + Maçã				
	1363	50,00	35,00	212,00		1527	55,00	35,00	248,00		1309	50,00	29,00	212,00		1564	53,00	40,00	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)	
	607,00	34,57	661,00	9,91		488,12	127,29	418,60	9,28		608,00	74,53	411,10	8,45		1153,75	32,88	705,00	9,86		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 Funaleti  
 Nutricionista  
 CRN3 47361



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