



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

4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	10/03/2025	11/03/2025	12/03/2025	13/03/2025	14/03/2025																									
<b>CAFÉ DA MANHÃ (07:00)</b>	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																									
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																									
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Abóbriinha e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, <b>Creme de Milho</b> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate																									
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	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)			Kcal	Prot (g)	Lip (g)	CHO (g)		
	1444	53,00	36,00	227,00			1765	63,00	41,00	286,00			1515	52,00	35,00	248,00			1422	55,00	34,00	224,00			1624	58,00	40,00	258,00		
	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)		
	935,00	75,05	737,00	10,04			560,00	32,17	665,07	9,45			781,67	30,00	684,00	9,58			675,28	34,55	685,00	8,75			530,16	29,70	758,33	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 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.E. "PROFª DARCY SILVEIRA VAZ" - INTEGRAL**

5ª SEMANA	2ª FEIRA				3ª FEIRA				4ª FEIRA				5ª FEIRA				6ª FEIRA																						
REFEIÇÃO	17/03/2025				18/03/2025				19/03/2025				20/03/2025				21/03/2025																						
<b>CAFÉ DA MANHÃ (07:00)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga				<b>FERIADO MUNICIPAL</b>				Leite com Achocolatado + Bolacha				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga																						
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	Maçã				Maçã				<b>FERIADO MUNICIPAL</b>				Banana				Maçã																						
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <b>Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate)</b> , Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate				<b>FERIADO MUNICIPAL</b>				Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate				Arroz, Feijão, Almondegas ao Molho de Tomate, Salada de Alface e Tomate																						
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã				<b>FERIADO MUNICIPAL</b>				Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã				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)						
	1110	36,00	24,00	155,00						1498	51,00	34,00	247,00							1775	63,00	43,00	284,00							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)							
	430,00	26,00	370,00	7,00						500,00	33,54	672,09	9,20						587,00	28,00	670,00	10,05							935,00	75,05	737,00	10,04							

Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE Nº 26 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  
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	24/03/2025	25/03/2025	26/03/2025	27/03/2025	28/03/2025																									
<b>CAFÉ DA MANHÃ(07:00)</b>	Leite com Acolado + Bolacha	Leite com Acolado + Pão com Manteiga	Leite com Acolado + Pão com Manteiga	Leite com Acolado + Pão com Manteiga	Leite com Acolado + Pão com Manteiga																									
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	Maçã	Maçã	Banana	<b>Mamão</b>	Maçã																									
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <b>Beterraba Cozida</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 em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, <b>Creme de Milho</b> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate																									
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Acolado + Pão com Manteiga	Leite com Acolado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Acolado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Acolado + Pão com Manteiga + Banana	Leite com Acolado + 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)		
	1110	36,00	24,00	155,00			1765	63,00	41,00	286,00			1422	55,00	34,00	224,00			1498	51,00	34,00	247,00			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			560,00	32,17	665,07	9,45			675,28	34,55	685,00	8,75			500,00	33,54	672,09	9,20			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 Municipal de Educação e Cultura/SP

Mariane da Silva Funaleti  
Nutricionista  
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP  
Quadro nº 2021/2025



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

5ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA				
REFEIÇÃO	31/03/2025					01/04/2025					02/04/2025					03/04/2025					04/04/2025				
<b>CAFÉ DA MANHÃ (07:00)</b>	Leite com Achiocolatado + Bolacha					Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga					Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga					Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga					Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga				
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	Maçã					Maçã					Banana					Maçã					Maçã				
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <b>Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate)</b> , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Fricassê de Frango, Salada de Alface e Tomate				
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga					Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga +Maçã					Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga +Maçã					Leite com Achiocolatado + Pão com Manteiga + Banana					Leite com Achiocolatado + 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)	
	1110	36,00	24,00	155,00		1691	55,00	39,00	280,00		1422	55,00	34,00	224,00		1498	51,00	34,00	247,00		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		592,48	35,71	277,33	10,12		675,28	34,55	685,00	8,75		500,00	33,54	672,09	9,20		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 Municipal de Educação e Cultura/SP

Mariane da Silva Funaleti  
Nutricionista  
CRN3 47361

