



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



3ª 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>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	Maçã	Maçã																			
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <b>Purê de Batatas</b> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate	<b>Cachorro Quente, Pipoca e Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja</b>	Arroz, Feijão, Fricassê de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata 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 + Pão com Manteiga + 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			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)		
	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		

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  
Quadrante 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	13/10/2025	14/10/2025	15/10/2025	16/10/2025	17/10/2025																			
<b>CAFÉ DA MANHÃ(07:00)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Leite com Achocolatado + <b>Muffin Orgânico</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga																			
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	Maçã	Maçã	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	<b>Mamão</b>	Maçã																			
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate e Cenoura, <b>Creme de Milho</b> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Fricassê de Frango, Salada de Alface e Tomate	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, <b>Chuchu Refogado</b> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate e <b>Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja</b>																			
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Achocolatado +Pão com Manteiga + Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	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)		
	1444	53,00	36,00	227,00			1765	63,00	41,00	286,00			1456	57,00	37,00	228,00			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)		
	935,00	75,05	737,00	10,04			560,00	32,17	665,07	9,45			680,28	34,55	710,00	9,85			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**



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>CAFÉ DA MANHÃ(07:00)</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga																									
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Maçã	<u>Goiaba</u>	Maçã	Maçã																									
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata, <u>Creme de Milho</u> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Galinhada, Feijão, <u>Beterraba Cozida</u> , Salada e Alface e Tomate e <u>Suco Concentrado 100% Natural Sabor Laranja</u>																									
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	<b>SUSPENSÃO DE ATIVIDADES</b>	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	<u>Arroz Doce</u>																									
	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)		
							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)		
							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

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