





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



2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	10/06/2024	11/06/2024	12/06/2024	13/06/2024	14/06/2024																									
<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 + <b>Muffin Orgânico</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha																									
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	Maçã	<b>Tangerina</b>	Banana	Banana	Maçã																									
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão Carne Bovina Moida com Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Pepino e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Milho, Ervilha e Cenoura, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Vagem e Tomate, <u>Creme de Milho</u> , Salada de Alface e Tomate																									
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina +Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana	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)		
	1444	53,00	36,00	227,00			1765	63,00	41,00	286,00			1515	52,00	35,00	248,00			1621	58,00	41,00	255,00			1593	57,00	37,00	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			552,07	30,07	670,20	9,87			599,60	39,92	587,33	10,05		

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. "PROFº DARCY SILVEIRA VAZ" - INTEGRAL**



3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																			
REFEIÇÃO	17/06/2024	18/06/2024	19/06/2024	20/06/2024	21/06/2024																			
<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	Banana Maçã																			
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate, <u>Farofa</u> (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate	<b>Cachorro Quente, Pipoca e Barrinha de Fruta sabor banana coberta com chocolate (Sem adição de Açúcar)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Cenoura, <u>Chuchu Cozido</u> , Salada de Tomate e Pepino	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Almôndega ao Molho, <u>Polenta com Queijo</u> , Salada de Alface e Tomate																			
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana	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			1402	50,00	34,00	224,00			1775	63,00	43,00	284,00		
	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			501,41	40,90	542,42	9,55			587,00	28,00	670,00	10,05		

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





**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	24/06/2024	25/06/2024	26/06/2024	27/06/2024	28/06/2024																									
<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 + Bolacha																									
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																									
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura, Vagem e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Pepino e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Galinhada, Feijão, Salada de Alface e Tomate																									
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina +Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana	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)		
	1624	58,00	40,00	258,00			1691	55,00	39,00	280,00			2206	61,99	49,47	384,56			1727	61,00	39,00	283,00			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)		
	530,16	29,70	758,33	10,04			592,48	35,71	277,33	10,12			614,34	18,34	681,00	11,80			1141,39	22,00	662,19	9,80			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  
Quadriênio 2021/2025