



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

Iª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																			
REFEIÇÃO	05/08/2024	06/08/2024	07/08/2024	08/08/2024	09/08/2024																			
CAFÉ DA MANHÃ(07:00)	Leite com Achiolado + Bolacha	Leite com Achiolado + Pão com Maranteiga	Leite com Achiolado + Pão com Maranteiga	Leite com Achiolado + Pão com Maranteiga	Leite com Achiolado + Bolacha																			
COLAÇÃO (09:15 hs)	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																			
ALMOÇO (11:00)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Batata e Tomate, Polenta com Queijo, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Tiras com Milho, Ervilha e Cenoura, Salada de Alface e Tomate e Pepino	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Galinhada, Feijão, Salada de Alface e Tomate																			
LANCHE DA TARDE (15:45 hs)	Leite com Achiolado + Bolacha	Leite com Achiolado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achiolado + Bolacha + Banana	Leite com Achiolado + Pão com Manteiga + Banana	Leite com Achiolado + 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)		
	1624	58,00	40,00	258,00			1759	63,00	43,00	280,00			1422	55,00	34,00	224,00			1691	55,00	39,00	280,00		
	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)		
	530,16	29,70	758,33	10,04			595,38	27,90	662,00	9,50			675,28	34,55	685,00	8,75			592,48	35,71	277,33	10,12		

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
Quadro nº 2021/2025

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

2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	12/08/2024	13/08/2024	14/08/2024	15/08/2024	16/08/2024																									
CAFÉ DA MANHÃ(07:00)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico	Leite com Achocolatado + Bolacha																									
COLAÇÃO (09:15 hs)	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																									
ALMOÇO (11:00)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Ralada, Milho, Ervilha e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Repolho e Tomate.	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface, Tomate e Pepino	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Vagem e Tomate, Creme de Milho, Salada de Alface e Tomate																									
LANCHE DA TARDE (15:45 hs)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga	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			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. "PROFª DARCY SILVEIRA VAZ" - INTEGRAL

3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	19/08/2024	20/08/2024	21/08/2024	22/08/2024	23/08/2024																									
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 + Bolacha																									
COLAÇÃO (09:15 hs)	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																									
ALMOÇO (11:00)	Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Chuchu Cozido, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface, Tomate e Pepino	Arroz, Feijão, Almôndegas ao Molho de Tomate, Salada de Alface e Tomate																									
LANCHE DA TARDE (15:45 hs)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + 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)		
	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			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)			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			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	26/08/2024	27/08/2024	28/08/2024	29/08/2024	30/08/2024																									
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 + Bolacha																									
COLAÇÃO (09:15 hs)	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																									
ALMOÇO (11:00)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Polenta com Queijo, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface, Tomate e Pepino	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Salada de Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango com Milho, Ervilha e Cenoura, Salada de Alface e Tomate																									
LANCHE DA TARDE (15:45 hs)	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga + 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			1775	63,00	43,00	284,00		0	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			587,00	28,00	670,00	10,05			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