

**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	02/09/2024	03/09/2024	04/09/2024	05/09/2024	06/09/2024																									
<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	Maçã																									
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <u>Polenta com Queijo</u> , Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura , Milho e Ervilha , Salada de 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																									
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achocolatado + Bolacha + 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)			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			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			595,38	27,90	662,00	9,50			675,28	34,55	685,00	8,75			592,48	35,71	277,33	10,12			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 de Colina/SP

Mariane da Silva Fulaneti  
Nutricionista  
CRN3 47361

**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	09/09/2024	10/09/2024	11/09/2024	12/09/2024	13/09/2024																									
<b>CAFÉ DA MANHÃ(07:00)</b>	Leite com Achromatado + Bolacha	Leite com Achromatado + Pão com Manteiga	Leite com Achromatado + Pão com Manteiga	Leite com Achromatado + Pão com Manteiga	Leite com Achromatado + 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, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Pepino 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	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, <u>Creme de Milho</u> , Salada de Alface e Tomate																									
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Achromatado + Bolacha	Leite com Achromatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achromatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achromatado + Bolacha + Maçã	Leite com Achromatado + 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			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			675,28	34,55	685,00	8,75			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**

5ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																			
REFEIÇÃO	16/09/2024	17/09/2024	18/09/2024	19/09/2024	20/09/2024																			
<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	Maçã																			
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura Ralada, Milho, Ervilha e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Tomate e Pepino	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Chuchu Cozido, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, 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 Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	Leite com Achocolatado + Pão com Manteiga +Maçã	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)		
	1110	36,00	24,00	155,00			1498	51,00	34,00	247,00			1765	63,00	41,00	286,00			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			560,00	32,17	665,07	9,45			587,00	28,00	670,00	10,05		

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	23/09/2024	24/09/2024	25/09/2024	26/09/2024	27/09/2024																			
<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 + <b>Muffin Orgânico</b>																			
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	Maçã	Maçã	Banana	Banana	Maçã																			
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Almondegas ao Molho de Tomate, Salada de Pepino 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, Salada de Tomate	Galinhada, Feijão, Salada de Alface e Tomate																			
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Acolado + Bolacha	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)		
	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		
	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		

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  
Quadênio 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	30/09/2024					01/10/2024					02/10/2024					03/10/2024					04/10/2024				
<b>CAFÉ DA MANHÃ (07:00)</b>	Leite com Acolatado + Bolacha					Leite com Acolatado + Pão com Manteiga					Leite com Acolatado + Pão com Manteiga					Leite com Acolatado + Pão com Manteiga					Leite com Acolatado + 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 Tomate, Polenta com Queijo, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Pepino e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Batata e Tomate, 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 Acolatado + Bolacha + Maçã					Leite com Acolatado + Pão com Manteiga +Maçã					Leite com Acolatado + Pão com Manteiga +Maçã					Leite com Acolatado + Pão com Manteiga + Banana					Leite com Acolatado + 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)	
	1624	58,00	40,00	258,00		1759	63,00	43,00	280,00		1422	55,00	34,00	224,00		1765	65,00	41,00	286,00		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		595,38	27,90	662,00	9,50		675,28	34,55	685,00	8,75		560,00	32,17	665,07	9,45		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

