



CARDÁPIO EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS - EJA (31 - 60 ANOS)

2ª SEMANA	2ª FEIRA						3ª FEIRA						4ª FEIRA						5ª FEIRA						6ª FEIRA					
REFEIÇÃO	03/03/2025						04/03/2025						05/03/2025						06/03/2025						07/03/2025					
JANTAR (08:30 horas)	SUSPENSÃO DE ATIVIDADES						SUSPENSÃO DE ATIVIDADES						SUSPENSÃO DE ATIVIDADES						Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate						Galinhada, Feijão, Salada de Alface e Tomate					
	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)		
																			757	28,00	18,00	119,00			680	26,00	16,00	108,00		
	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)		
																			123,10	27,22	85,10	6,21			210,00	20,81	102,00	6,00		

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
Quadriênio 2021/2025



CARDÁPIO EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS - EJA (31 - 60 ANOS)

3ª 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				
JANTAR (08:30 horas)	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, Creme de Milho , 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				
	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)	
	671	25,00	19,00	100,00		782	30,00	18,00	125,00		734	28,00	18,00	115,00		680	26,00	16,00	108,00		812	30,00	20,00	128,00	
	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)	
	497,00	63,50	146,00	6,00		123,06	23,71	97,00	6,79		181,00	20,94	93,21	6,50		210,00	20,81	102,00	6,00		172,77	21,91	172,77	6,40	

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
Quadrante 2021/2025

CARDÁPIO EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS - EJA (31 - 60 ANOS)

4ª 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					
JANTAR (08:30 horas)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate) , Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, Salada de Alface e Tomate						FERIADO MUNICIPAL						Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Almondegas ao Molho de Tomate, Salada de Alface e Tomate					
	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)		
	744	28,00	20,00	113,00			757	28,00	18,00	119,00									680	26,00	16,00	108,00			671	25,00	19,00	100,00		
	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)		
	258,00	27,55	105,10	6,89			123,10	27,22	85,10	6,21									210,00	20,81	102,00	6,00			497,00	63,50	146,00	6,00		

Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE Nº 26 DE 17 DE JUNHO DE 2013.

Observações: Cardápio sujeito a 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 EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS - EJA (31 - 60 ANOS)

5ª 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					
JANTAR (08:30 horas)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, <u>Beterraba Cozida</u> , 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, <u>Creme de Milho</u> , Salada de Alface e Tomate						Arroz, Feijão, Strogonoff de Frango, Salada de Alface e Tomate					
	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)		
	744	28,00	20,00	113,00			757	28,00	18,00	119,00			680	26,00	16,00	108,00			757	28,00	18,00	119,00			680	26,00	16,00	108,00		
	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)		
	258,00	27,55	105,10	6,89			123,10	27,22	85,10	6,21			210,00	20,81	102,00	6,00			123,10	27,22	85,10	6,21			210,00	20,81	102,00	6,00		

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 de Colina

Mariane da Silva Funaleti
Nutricionista
CRN3 47361



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS - EJA (31 - 60 ANOS)

REFEIÇÃO	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					
JANTAR (08:30 horas)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Cenoura e Tomate) , 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					
	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)		
	744	28,00	20,00	113,00			734	28,00	18,00	115,00			680	26,00	16,00	108,00			757	28,00	18,00	119,00			680	26,00	16,00	108,00		
	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)		
	258,00	27,55	105,10	6,89			181,00	20,94	93,21	6,50			210,00	20,81	102,00	6,00			123,10	27,22	85,10	6,21			210,00	20,81	102,00	6,00		

