



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

2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	04/08/2025	05/08/2025	06/08/2025	07/08/2025	08/08/2025																									
JANTAR (08:30 horas)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate e Batata, Purê de Batatas , 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	Arroz, Feijão, Fricassê de Frango, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Almondegas ao Molho, 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			680	26,00	16,00	108,00			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)		
	497,00	63,50	146,00	6,00			210,00	20,81	102,00	6,00			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 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	11/08/2025					12/08/2025					13/08/2025					14/08/2025					15/08/2025				
JANTAR (08:30 horas)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate e Cenoura, Creme de Milho , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Fricassê de Frango, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Almondegas ao Molho, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Chuchu Refogado , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Filê de Frango em Cubos com Cenoura, Milho e Ervilha, 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		680	26,00	16,00	108,00		680	26,00	16,00	108,00		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)	
	497,00	63,50	146,00	6,00		123,06	23,71	97,00	6,79		210,00	20,81	102,00	6,00		210,00	20,81	102,00	6,00		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)

4ª SEMANA	2ª FEIRA					3ª FEIRA					4ª FEIRA					5ª FEIRA					6ª FEIRA				
REFEIÇÃO	18/08/2025					19/08/2025					20/08/2025					21/08/2025					22/08/2025				
JANTAR (08:30 horas)	Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Farofa (Ovo, Milho, Ervilha, Couve, Cenoura e Tomate), Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Filé de Frango com Cenoura, Milho e Ervilha, Polenta com Queijo , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, 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)	
	680	26,00	16,00	108,00		757	28,00	18,00	119,00		680	26,00	16,00	108,00		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)	
	210,00	20,81	102,00	6,00		123,10	27,22	85,10	6,21		210,00	20,81	102,00	6,00		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	25/08/2025					26/08/2025					27/08/2025					28/08/2025					29/08/2025				
JANTAR (08:30 horas)	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Tomate, Purê de Batatas , Salada de Alface e Tomate					Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca, 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, Almondegas ao Molho de Tomate, Salada de Alface e Tomate					Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida , Salada e Alface e Tomate				
	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)	
	744	28,00	20,00	113,00		757	28,00	18,00	119,00		680	26,00	16,00	108,00		680	26,00	16,00	108,00		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		210,00	20,81	102,00	6,00		210,00	20,81	102,00	6,00	

Média Diária de Valores Nutricionais adequado conforme a RESOLUÇÃO/CD/FNDE N° 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