

**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	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023																			
<b>CAFÉ DA MANHÃ (07:00)</b>	Leite com Achocolatado + Bolacha	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achocolatado + <b>Muffin Orgânico</b>	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>																			
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	Maçã	Maçã	Banana	Banana	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>																			
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Abóbriinha e Tomate, Chuchu Refogado, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Filé de Frango em Cubos com Cenoura e Vagem, Salada de Repolho e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate	Galinhada, Feijão, Salada de Alface e Tomate	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>																			
<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	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>																			
	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			1621	58,00	41,00	255,00		
	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			552,07	30,07	670,20	9,87		

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**

2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA																									
REFEIÇÃO	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023																									
<b>CAFÉ DA MANHÃ (07:00)</b>	Leite com Achiocolatado + Bolacha	Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina	Leite com Achiocolatado + Bolacha	<b>Conselho Escolar</b>																									
<b>COLAÇÃO (09:15 hs)</b>	Maçã	Maçã	Banana	Banana	<b>Conselho Escolar</b>																									
<b>ALMOÇO (11:00)</b>	Risoto (Carne Moída), Feijão, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Mandioca e Tomate, Salada de Repolho com Tomate.	Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Cenoura e Tomate, Abóbriinha Refogada, Salada de Alface e Tomate	Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate	<b>Conselho Escolar</b>																									
<b>LANCHE DA TARDE (15:45 hs)</b>	Leite com Achiocolatado + Bolacha	Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Maçã	Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Maçã	Leite com Achiocolatado + Pão com Margarina + Banana	<b>Conselho Escolar</b>																									
	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			1402	50,00	34,00	224,00			1624	58,00	40,00	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			501,41	40,90	542,42	9,55			530,16	29,70	758,33	10,04								

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	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023																			
CAFÉ DA MANHÃ(07:00)	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar																			
COLAÇÃO (09:15 hs)	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar																			
ALMOÇO (11:00)	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar																			
LANCHE DA TARDE (15:45 hs)	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar	Recesso Escolar																			
	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)		
	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)		

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	25/12/2023					26/12/2023					27/12/2023					28/12/2023					29/12/2023				
CAFÉ DA MANHÃ(07:00)	Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar				
COLAÇÃO (09:15 hs)	Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar				
ALMOÇO (11:00)	Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar				
LANCHE DA TARDE (15:45 hs)	Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar					Recesso Escolar				
	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)	
	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)	

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  
Quadro nº 2021/2025