



**CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (16 - 18 anos)**  
**E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"**

| 1ª SEMANA                      | 2ª FEIRA                | 3ª FEIRA   | 4ª FEIRA   | 5ª FEIRA   | 6ª FEIRA  |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |
|--------------------------------|-------------------------|--|--|--|---|--|-----------|-----------|---------|---------|--|-----------|-----------|---------|---------|--|-----------|-----------|---------|---------|--|-----------|-----------|---------|---------|--|-----------|-----------|---------|---------|--|
| REFEIÇÃO                       | 01/05/2023              | 02/05/2023   | 03/05/2023   | 04/05/2023   | 05/05/2023  |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |
| <b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b> | <b>FERIADO NACIONAL</b> | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã                                  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão   | Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã                                   |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |
| <b>ALMOÇO (11:30)</b>          | <b>FERIADO NACIONAL</b> | Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura e Tomate, Salada de Repolho e Tomate | Arroz, Feijão, Kibe Assado (Presunto, Mussarela, Tomate e Cebola), Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Vagem, Cenoura e Tomate, Salada de Alface, Repolho e Tomate | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |
| <b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b> | <b>FERIADO NACIONAL</b> | Laranja  | Leite com Achocolatado + Bolacha   | Mamão  | Leite com Achocolatado + Bolacha  |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |           |           |         |         |  |
|                                |                         | 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) |  | Kcal      | Prot (g)  | Lip (g) | CHO (g) |  |
|                                |                         | 1532   | 52,00  | 36,00  | 250,00  |  | 1648      | 61,00     | 40,00   | 261,00  |  | 1371      | 50,00     | 31,00   | 223,00  |  | 1745      | 61,00     | 49,00   | 265,00  |  | 1745      | 61,00     | 49,00   | 265,00  |  | 1745      | 61,00     | 49,00   | 265,00  |  |
|                                |                         | 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)  |  | Vit A(ug) | Vit C(mg) | Ca(mg)  | Fe(mg)  |  |
|                                |                         | 569,78   | 36,73  | 696,55   | 9,93  |  | 750,00    | 126,60    | 702,20  | 9,94    |  | 608,00    | 126,48    | 412,70  | 8,77    |  | 433,70    | 95,06     | 562,00  | 9,19    |  | 433,70    | 95,06     | 562,00  | 9,19    |  | 433,70    | 95,06     | 562,00  | 9,19    |  |

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 2021/002



**CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (16 - 18 anos)**  
**E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"**

| 2ª SEMANA                      | 2ª FEIRA  |           |         |         | 3ª FEIRA  |  |  |  | 4ª FEIRA  |           |         |         | 5ª FEIRA  |  |  |  | 6ª FEIRA   |           |         |         |  |  |  |  |           |           |         |         |  |  |  |  |           |           |         |         |  |  |  |  |
|--------------------------------|---|-----------|---------|---------|---|--|--|--|---|-----------|---------|---------|---|--|--|--|--|-----------|---------|---------|--|--|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|--|--|
| REFEIÇÃO                       | 08/05/2023  |           |         |         | 09/05/2023  |  |  |  | 10/05/2023  |           |         |         | 11/05/2023  |  |  |  | 12/05/2023   |           |         |         |  |  |  |  |           |           |         |         |  |  |  |  |           |           |         |         |  |  |  |  |
| <b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b> | Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã   |           |         |         | Leite com Achocolatado + Bolacha + Tangerina  |  |  |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão                                  |           |         |         | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana           |  |  |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã                        |           |         |         |  |  |  |  |           |           |         |         |  |  |  |  |           |           |         |         |  |  |  |  |
| <b>ALMOÇO (11:30)</b>          | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Creme de Milho, Salada de Alface, Tomate e Cenoura Ralada |           |         |         | Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Mandioca e Tomate, Abobrinha Refogada, Salada de Repolho e Tomate |  |  |  | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate |           |         |         | Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate |  |  |  | Risoto (Carne Moída), Feijão, Couve Refogada, Salada de Repolho e Tomate |           |         |         |  |  |  |  |           |           |         |         |  |  |  |  |           |           |         |         |  |  |  |  |
| <b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b> | Leite com Achocolatado + Bolacha  |           |         |         | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina  |  |  |  | Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)                           |           |         |         | Mamão   |  |  |  | Leite com Achocolatado + Bolacha   |           |         |         |  |  |  |  |           |           |         |         |  |  |  |  |           |           |         |         |  |  |  |  |
|                                | 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) |  |  |  |  |
|                                | 1629  | 60,00     | 45,00   | 246,00  |   |  |  |  | 1564  | 53,00     | 40,00   | 248,00  |   |  |  |  | 1712   | 61,00     | 40,00   | 277,00  |  |  |  |  | 1527      | 55,00     | 35,00   | 248,00  |  |  |  |  | 1304      | 49,00     | 32,00   | 205,00  |  |  |  |  |
|                                | 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)  |  |  |  |  |
|                                | 610,35  | 15,70     | 689,00  | 9,92    |   |  |  |  | 1153,75   | 32,88     | 705,00  | 9,86    |   |  |  |  | 612,68   | 134,89    | 695,30  | 9,67    |  |  |  |  | 488,12    | 127,29    | 418,60  | 9,28    |  |  |  |  | 811,00    | 101,00    | 551,64  | 8,95    |  |  |  |  |

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



**CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (16 - 18 anos)**  
**E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"**

| 3ª SEMANA                      | 2ª FEIRA                                       |           |         |         |  | 3ª FEIRA  |           |         |         |  | 4ª FEIRA   |           |         |         |  | 5ª FEIRA   |           |         |         |  | 6ª FEIRA   |           |         |         |  |  |
|--------------------------------|--|-----------|---------|---------|--|---|-----------|---------|---------|--|--|-----------|---------|---------|--|--|-----------|---------|---------|--|--|-----------|---------|---------|--|--|
| REFEIÇÃO                       | 15/05/2023                                     |           |         |         |  | 16/05/2023  |           |         |         |  | 17/05/2023   |           |         |         |  | 18/05/2023   |           |         |         |  | 19/05/2023   |           |         |         |  |  |
| <b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b> | Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã        |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Muffin Orgânico  |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão             |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Banana  |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã  |           |         |         |  |  |
| <b>ALMOÇO (11:30)</b>          | Macarrão á Bolonhesa, Feijão, Salada de Tomate |           |         |         |  | Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Mandioca e Tomate, Abobrinha Refogada, Salada de Repolho e Tomate |           |         |         |  | Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate |           |         |         |  | Arroz, Feijão, Kibe Assado (Presunto, Mussarela, Tomate e Cebola), Salada de Alface e Tomate |           |         |         |  | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Vagem, Cenoura e Tomate, Salada de Alface, Repolho e Tomate |           |         |         |  |  |
| <b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b> | Leite com Achocolatado + Bolacha               |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã   |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã              |           |         |         |  | Mamão  |           |         |         |  | Salada de Frutas (Mamão, Maçã, Banana, Abacaxi e Laranja)  |           |         |         |  |  |
|                                | 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) |  |  |
|                                | 1363   | 50,00     | 35,00   | 212,00  |  | 1564  | 53,00     | 40,00   | 248,00  |  | 1309   | 50,00     | 29,00   | 212,00  |  | 1527   | 55,00     | 35,00   | 248,00  |  | 1371   | 50,00     | 31,00   | 223,00  |  |  |
|                                | 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)  |  |  |
|                                | 607,00   | 34,57     | 661,00  | 9,91    |  | 1153,75   | 32,88     | 705,00  | 9,86    |  | 608,00   | 74,53     | 411,10  | 8,45    |  | 488,12   | 127,29    | 418,60  | 9,28    |  | 608,00   | 126,48    | 412,70  | 8,77    |  |  |

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 ENSINO MÉDIO (16 - 18 anos)**  
**E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"**

| 4ª SEMANA                      | 2ª FEIRA   | 3ª FEIRA   | 4ª FEIRA   | 5ª FEIRA  | 6ª FEIRA  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |
|--------------------------------|--|--|--|---|---|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|-----------|-----------|---------|---------|--|--|
| REFEIÇÃO                       | 22/05/2023   | 23/05/2023   | 24/05/2023   | 25/05/2023  | 26/05/2023  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |
| <b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b> | Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã                            | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão             | Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana                     | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão                            |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |
| <b>ALMOÇO (11:30)</b>          | Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Cenoura e Tomate, Salada de Repolho e Tomate | Arroz, Feijão, Filé de Frango com Batata e Tomate, Salada de Alface e Tomate | Galinhada, Feijão, Beterraba Cozida, Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Strogonoff de Carne, Salada de Alface e Tomate | Arroz, Feijão, Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho, Polenta, Salada de Tomate |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |
| <b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b> | Leite com Achocolatado + Bolacha   | Maçã   | Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)      | Leite com Achocolatado + Bolacha                              | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina                                    |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |           |           |         |         |  |  |
|                                | 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) |  |  |
|                                | 1532   | 52,00  | 36,00  | 250,00  |   |  | 1409      | 53,00     | 29,00   | 234,00  |  |  | 1473      | 55,00     | 37,00   | 230,00  |  |  | 1527      | 55,00     | 35,00   | 248,00  |  |  |
|                                | 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)  |  |  |
|                                | 569,78   | 36,73  | 696,55   | 9,93  |   |  | 396,73    | 31,03     | 406,00  | 9,88    |  |  | 728,00    | 188,78    | 725,00  | 8,37    |  |  | 488,12    | 127,29    | 418,60  | 9,28    |  |  |

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 Funaleti  
Nutricionista  
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP  
Quad.º nº 202/10205



**CARDÁPIO ENSINO MÉDIO (16 - 18 anos)**  
**E.T.A.M. "SÃO FRANCISCO DE ASSIS"**

| 4ª SEMANA                      | 2ª FEIRA  |           |         |         |  | 3ª FEIRA   |           |         |         |  | 4ª FEIRA  |           |         |         |  | 5ª FEIRA   |           |         |         |  | 6ª FEIRA  |           |         |         |  |
|--------------------------------|---|-----------|---------|---------|--|--|-----------|---------|---------|--|---|-----------|---------|---------|--|--|-----------|---------|---------|--|---|-----------|---------|---------|--|
| REFEIÇÃO                       | 29/05/2023  |           |         |         |  | 30/05/2023   |           |         |         |  | 31/05/2023  |           |         |         |  | 01/06/2023   |           |         |         |  | 02/06/2023  |           |         |         |  |
| <b>LANCHE DA MANHÃ (09:30)</b> | Leite com Achocolatado + Bolacha + Maçã   |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Maçã              |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão  |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Bolacha + Banana  |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina + Mamão          |           |         |         |  |
| <b>ALMOÇO (11:30)</b>          | Arroz, Feijão, Carne Bovina Moída com Batata e Tomate, Salada de Repolho e Tomate |           |         |         |  | Arroz, Feijão, Stroganoff de Frango, Salada de Alface e Tomate |           |         |         |  | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Tiras Acebolada, Salada de Alface, Tomate e Cenoura Ralada |           |         |         |  | Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Vagem, Cenoura e Tomate, Salada de Alface, Repolho e Tomate |           |         |         |  | Galinhada, Feijão, Chuchu Cozido, Salada de Alface e Tomate |           |         |         |  |
| <b>LANCHE DA TARDE (14:50)</b> | Leite com Achocolatado + Bolacha  |           |         |         |  | Maçã   |           |         |         |  | Salada de Frutas (Abacaxi, Banana, Maçã, Mamão e Laranja)                                 |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Bolacha   |           |         |         |  | Leite com Achocolatado + Pão com Margarina                  |           |         |         |  |
|                                | 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) |  |
|                                | 1532  | 52,00     | 36,00   | 250,00  |  | 1409   | 53,00     | 29,00   | 234,00  |  | 1629  | 60,00     | 45,00   | 246,00  |  | 1371   | 50,00     | 31,00   | 223,00  |  | 1473  | 55,00     | 37,00   | 230,00  |  |
|                                | 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)  |  |
|                                | 569,78  | 36,73     | 696,55  | 9,93    |  | 396,73   | 31,03     | 406,00  | 9,88    |  | 610,35  | 15,70     | 689,00  | 9,92    |  | 608,00   | 126,48    | 412,70  | 8,77    |  | 728,00  | 188,78    | 725,00  | 8,37    |  |

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 Funaleti  
Nutricionista  
CRN3 47361



CONSELHO MUNICIPAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - COLINA/SP  
Quadriênio 2021/2025