

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE ENSINO DE PALMAS - CARDÁPIOS LANCHE QUILOMBOLAS									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BAIÃO DE TRÊS COM BANANA								Frequência:	
1												
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14
Arroz, tipo 1, cru	40	143,12	31,50	2,86	0,13	0,66	0,00	0,00	12,15	0,49	0,27	1,77
Banana, prata, crua	100	98,25	25,96	1,27	0,07	2,04	0,00	21,59	26,29	0,15	0,38	7,56
Carne, bovina, seca, crua	30	93,82	0,00	5,90	7,61	0,00	0,00	0,00	3,67	1,10	0,40	4,23
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
Cebolinha, crua	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Feijão, carioca, cru	15	49,35	9,18	3,00	0,19	2,76	0,00	0,00	31,49	0,44	1,20	18,39
Óleo, de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		431,45	67,22	13,19	13,01	5,64	0,00	22,37	74,66	2,19	2,28	34,10

MEC FNDE											SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ COM CARNE DE SOL E ABACAXI									Frequência:	
2													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Abacaxi, cru	80	38,66	9,87	0,69	0,10	0,79	0,00	27,70	14,75	0,11	0,21	17,95	
Abóbora, cabotian, crua	30	11,58	2,51	0,52	0,16	0,65	0,00	1,53	2,65	0,10	0,11	5,39	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Arroz, tipo 1, cru	40	143,12	31,50	2,86	0,13	0,66	0,00	0,00	12,15	0,49	0,27	1,77	
Carne, bovina, seca, crua	30	93,82	0,00	5,90	7,61	0,00	0,00	0,00	3,67	1,10	0,40	4,23	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Óleo, de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		333,69	44,38	10,09	13,01	2,20	0,00	29,37	33,79	1,81	1,00	29,89	

MEC FNDE											SEDUC-TO		
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ COM PICADINHO, SALADA E BANANA									Frequência:	
3													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Arroz, tipo 1, cru	40	143,12	31,50	2,86	0,13	0,66	0,00	0,00	12,15	0,49	0,27	1,77	
Banana, prata, crua	80	78,60	20,77	1,01	0,05	1,63	0,00	17,27	21,03	0,12	0,30	6,05	
Cenoura, crua	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	0,00	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51	
Carne, bovina, acém, sem	40	85,84	0,00	10,91	4,35	0,00	0,00	0,00	5,78	3,19	0,95	2,84	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Cebolinha, crua	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60	
Colorau	0,5	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Óleo, de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Repolho, branco, cru	15	2,57	0,58	0,13	0,02	0,28	0,00	2,81	1,28	0,02	0,02	5,18	
Tomate, salada	15	3,08	0,77	0,12	0,00	0,34	0,00	1,92	1,43	0,03	0,04	1,04	
TOTAL		368,61	56,11	15,50	9,61	3,75	0,30	23,83	44,97	3,91	1,68	24,15	

MEC FNDE											SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	MACARRÃO COM CARNE PICADINHA E MILHO VERDE									Frequência:	
4													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Carne, bovina, acém, sem gordura,	40	57,61	0,00	8,33	2,45	0,00	0,87	0,00	5,31	2,09	0,61	1,89	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Coentro, folhas desidratadas	2	6,18	0,96	0,42	0,21	0,75	0,00	0,82	7,86	0,09	1,63	15,68	
Tomate, extrato	5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45	
Macarrão, trigo, cru, com ovos	20	74,11	15,32	2,06	0,39	0,46	0,00	0,00	0,00	0,16	0,18	3,89	
Milho, verde, cru	5	6,91	1,43	0,33	0,03	0,20	0,00	0,00	1,63	0,03	0,02	0,08	
Óleo, de soja	8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		220,90	18,96	11,38	11,09	1,65	0,87	1,86	16,83	2,40	2,56	23,54	

MEC FNDE											SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ CARRETEIRO COM CARNE, SALADA E LARANJA									Frequência:	
5													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Arroz, tipo 1, cru	50	178,89	39,38	3,58	0,17	0,82	0,00	0,00	15,19	0,61	0,34	2,21	
Carne, bovina, acém, sem	30	43,21	0,00	6,25	1,83	0,00	0,65	0,00	3,98	1,56	0,45	1,42	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Cebolinha, crua	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60	
Laranja, pêra, crua	80	29,42	7,16	0,83	0,10	0,61	0,00	42,99	6,89	0,05	0,07	17,51	
Óleo, de soja	8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Repolho, branco, cru	15	2,57	0,58	0,13	0,02	0,28	0,00	2,81	1,28	0,02	0,02	5,18	
Tomate, salada	15	3,08	0,77	0,12	0,00	0,34	0,00	1,92	1,43	0,03	0,04	1,04	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		330,60	48,46	11,07	10,14	2,24	0,65	48,49	29,83	2,29	0,96	29,51	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	PAÇOCA DE CARNE DE SOL COM BANANA									Frequência:	
6													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidos LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Banana, prata, crua	80	78,60	20,77	1,01	0,05	1,63	0,00	17,27	21,03	0,12	0,30	6,05	
Carne, bovina, seca, crua	30	93,82	0,00	5,90	7,61	0,00	0,00	0,00	3,67	1,10	0,40	4,23	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Cebolinha, crua	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60	
Farinha, de mandioca, crua	30	108,26	26,37	0,47	0,08	1,92	0,00	0,00	11,10	0,12	0,33	19,46	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Óleo, de soja	8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		352,98	47,47	7,47	15,75	3,69	0,00	18,05	36,65	1,34	1,05	31,76	

MEC FNDE											SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche		
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FAROFA DE FRANGO COM SUCO DE ABACAXI								Frequência:	
7												
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Açúcar, cristal	20	77,37	19,92	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,03	1,52
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14
Cebolinha, crua	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Couve, manteiga, crua	4	1,08	0,17	0,11	0,02	0,12	0,00	3,87	1,39	0,02	0,02	5,23
Cenoura, crua	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	0,00	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51
Farinha, de mandioca, crua	30	108,26	26,37	0,47	0,08	1,92	0,00	0,00	11,10	0,12	0,33	19,46
Frango, peito, sem pele, cru	40	47,66	0,00	8,61	1,21	0,00	0,80	0,00	12,51	0,27	0,17	2,95
Abacaxi, polpa, congelada	30	9,18	2,34	0,14	0,03	0,10	0,00	0,37	3,02	0,02	0,11	4,06
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Óleo, de soja	8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		322.62	50.64	9.77	9.39	2.89	0.80	5.90	31.16	0.48	0.72	39.46

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FEIJÃO TROPEIRO COM MELANCIA									Frequência:	
8													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Carne, bovina, charque, cru	20	49,77	0,00	4,54	3,37	0,00	0,00	0,00	2,67	0,78	0,31	3,04	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Cebolinha, crua	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60	
Couve, manteiga, crua	4	1,08	0,17	0,11	0,02	0,12	0,00	3,87	1,39	0,02	0,02	5,23	
Farinha, de mandioca, crua	30	108,26	26,37	0,47	0,08	1,92	0,00	0,00	11,10	0,12	0,33	19,46	
Feijão, carioca, cru	15	49,35	9,18	3,00	0,19	2,76	0,00	0,00	31,49	0,44	1,20	18,39	
Lingüiça Mista	30	118,80	0,81	4,14	10,88	0,00	0,00	0,00	3,60	0,56	0,34	3,00	
Melancia, crua	100	32,61	8,14	0,88	0,00	0,12	0,00	6,15	9,63	0,10	0,23	7,72	
Óleo, de soja	8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		433,30	45,25	13,30	22,55	5,11	0,00	10,79	60,94	2,02	2,44	58,99	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CACHORRO QUENTE COM SUCO DE ABACAXI									Frequência:	
9													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Açúcar, cristal	10	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Salsicha	40	128,42	1,44	3,89	11,80	0,00	5,20	0,00	3,32	0,54	0,32	6,60	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Tomate, extrato	5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45	
Milho, verde, enlatado, drenado	10	9,76	1,71	0,32	0,24	0,46	0,00	0,17	2,04	0,05	0,06	0,22	
Óleo, de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Pão, trigo, francês	50	149,91	29,32	3,98	1,55	1,15	1,49	0,00	12,73	0,38	0,50	7,88	
Abacaxi, polpa, congelada	30	9,18	2,34	0,14	0,03	0,10	0,00	0,37	3,02	0,02	0,11	4,06	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		385,50	46,03	8,60	18,64	1,96	6,69	1,59	23,24	1,02	1,12	21,52	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CANJICA COM COCO E AMENDOIM									Frequência:	
10													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Açúcar, cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,02	1,14	
Coco, cru	5	20,32	0,52	0,18	2,10	0,27	0,00	0,12	2,57	0,05	0,09	0,32	
Leite, condensado	10	31,26	5,70	0,77	0,67	0,00	5,30	0,21	2,20	0,09	0,01	24,63	
Leite de vaca integral	150	90,05	6,78	4,83	4,88	0,00	42,65	0,00	15,00	0,60	0,05	169,58	
Milho de canjica	20	15,94	2,70	0,25	0,44	0,13	0,37	0,00	1,39	0,03	0,15	0,69	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Amendoim, grão, cru	10	54,41	2,03	2,72	4,39	0,80	0,00	0,00	17,05	0,32	0,25	0,00	
TOTAL		269,99	32,67	8,80	12,47	1,21	48,31	0,34	38,36	1,08	0,57	196,35	

MEC FNDE											SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche	
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	GALINHADA COM SALADA E MELANCIA								Frequência:	
11												
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Arroz, tipo 1, cru	50	178,89	39,38	3,58	0,17	0,82	0,00	0,00	15,19	0,61	0,34	2,21
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14
Açafrão	0,5	1,55	0,33	0,06	0,03	0,02	0,13	0,40	1,32	0,01	0,06	0,56
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
Cenoura, crua	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	0,00	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51
Franco, peito, com pele, cru	40	59,79	0,00	8,31	2,69	0,00	1,60	0,00	11,32	0,24	0,18	3,37
Milho, verde, enlatado, drenado	10	9,76	1,71	0,32	0,24	0,46	0,00	0,17	2,04	0,05	0,06	0,22
Melancia, crua	200	65,21	16,28	1,77	0,00	0,25	0,00	12,29	19,26	0,19	0,45	15,44
Óleo, de soja	8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Repolho, branco, cru	15	2,57	0,58	0,13	0,02	0,28	0,00	2,81	1,28	0,02	0,02	5,18
Tomate, salada	15	3,08	0,77	0,12	0,00	0,34	0,00	1,92	1,43	0,03	0,04	1,04
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cebolinha, crua	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
TOTAL		401.10	61.15	14.72	11.19	2.99	1.73	19.40	55.14	1.21	1.21	34.67

MEC FNDE											SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	MACARRONADA COM CARNE MOÍDA E BANANA								Frequência:	
12												
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14
Banana, prata, crua	80	78,60	20,77	1,01	0,05	1,63	0,00	17,27	21,03	0,12	0,30	6,05
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
Carne moída de 2ª	30	72,60	0,00	7,27	4,63	0,00	0,00	0,00	6,00	1,71	0,84	2,40
Cebolinha, crua	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Tomate, extrato	5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45
Macarrão, trigo, cru, com ovos	20	74,11	15,32	2,06	0,39	0,46	0,00	0,00	0,00	0,16	0,18	3,89
Milho, verde, enlatado, drenado	10	9,76	1,71	0,32	0,24	0,46	0,00	0,17	2,04	0,05	0,06	0,22
Óleo, de soja	8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		311.54	39.12	10.95	13.33	2.88	0.00	19.12	31.60	2.08	1.52	16.16

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO DE COCO COM SUCO DE MARACUJÁ									Frequência:	
13													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Açúcar, cristal	30	116,05	29,88	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,05	2,28	
Fermento em pó, químico	1	0,90	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Maracujá, polpa, congelada	30	11,63	2,88	0,24	0,05	0,15	0,00	2,18	2,91	0,06	0,09	1,38	
Leite, de vaca, integral	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,18	0,00	1,93	0,08	0,00	24,52	
Farinha, de trigo	10	36,05	7,51	0,98	0,14	0,23	0,00	0,00	3,10	0,08	0,10	1,79	
Maracujá, polpa, congelada	25	9,69	2,40	0,20	0,04	0,13	0,00	1,81	2,43	0,05	0,07	1,15	
Ovo, de galinha, inteiro, cru	8	11,45	0,13	1,04	0,71	0,00	6,31	0,00	1,01	0,09	0,13	3,36	
Óleo, de soja	3	26,52	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Coco, cru	10	40,65	1,04	0,37	4,20	0,54	0,00	0,25	5,15	0,09	0,18	0,65	
TOTAL		252,93	44,28	2,94	8,14	1,05	10,49	4,24	16,82	0,44	0,61	35,12	

MEC FNDE											SEDUC-TO		
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:					Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	SANDUICHE COM SUCO DE CAJÚ									Frequência:	
14													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Açúcar, cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,02	1,14	
Mortadela	15	40,32	0,87	1,79	3,25	0,00	3,68	0,00	2,87	0,15	0,22	9,98	
Pão, trigo, francês	50	149,91	29,32	3,98	1,55	1,15	1,49	0,00	12,73	0,38	0,50	7,88	
Caju, polpa, congelada	30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,24	0,00	35,92	2,12	0,03	0,04	0,25	
Queijo, mozzarella	15	49,48	0,46	3,40	3,78	0,00	16,35	0,00	3,54	0,53	0,05	131,26	
TOTAL		308,71	48,40	9,36	8,62	1,40	21,53	35,92	21,41	1,09	0,83	150,50	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ BRANCO COM STROGONOF DE FRANGO									Frequência:	
15													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Frango, peito, com pele, cru	40	59,79	0,00	8,31	2,69	0,00	1,60	0,00	11,32	0,24	0,18	3,37	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Arroz, tipo 1, cru	40	143,12	31,50	2,86	0,13	0,66	0,00	0,00	12,15	0,49	0,27	1,77	
Milho, amido, cru	2	7,23	1,74	0,01	0,00	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	0,02	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Cebola, crua	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28	
Cebolinha, crua	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60	
Creme de Leite	10	22,15	0,45	0,15	2,25	0,00	12,77	0,00	0,75	0,03	0,03	8,27	
Tomate, extrato	5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45	
Óleo, de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Milho, verde, enlatado, drenado	10	9,76	1,71	0,32	0,24	0,46	0,00	0,17	2,04	0,05	0,06	0,22	
TOTAL		291.59	36.64	11.92	10.33	1.43	14.37	1.80	28.73	0.85	0.67	17.11	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:										Frequência:	
16		SOPA DE LEGUMES E CARNE											
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Batata, inglesa, crua	30	19,31	4,41	0,53	0,00	0,35	0,00	9,33	4,37	0,07	0,11	1,07	
Carne moída de 2ª	40	96,80	0,00	9,69	6,17	0,00	0,00	0,00	8,00	2,28	1,12	3,20	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Cenoura, crua	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	0,00	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51	
Cebolinha, crua	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60	
Colorau	0,5	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60	
Macarrão, trigo, cru, com ovos	20	74,11	15,32	2,06	0,39	0,46	0,00	0,00	0,00	0,16	0,18	3,89	
Óleo, de soja	3	26,52	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Feijão, carioca, cru	15	49,35	9,18	3,00	0,19	2,76	0,00	0,00	31,49	0,44	1,20	18,39	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		277,30	31,41	15,74	9,80	4,41	0,30	11,16	47,17	3,02	2,71	33,80	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Almoço			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BISCOITO DE POLVILHO COM LEITE ACHOCOLATADO									Frequência:	
17													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Achocolatado, pó	8	32,08	7,29	0,34	0,17	0,31	63,67	0,00	6,14	0,08	0,43	3,55	
Biscoito, polvilho doce	50	218,77	40,27	0,65	6,12	0,58	0,00	0,00	2,92	0,07	0,88	15,23	
Leite, de vaca, integral	80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	16,72	0,00	7,71	0,30	0,00	98,06	
TOTAL		250,86	47,56	0,98	6,30	0,89	80,39	0,00	16,77	0,46	1,31	116,84	

MEC FNDE											SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche		
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	SANDUICHE DE CARNE MOÍDA E SUCO DE CAJÚ								Frequência:	
18												
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Açúcar, cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,02	1,14
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
Carne moída de 2ª	30	72,60	0,00	7,27	4,63	0,00	0,00	0,00	6,00	1,71	0,84	2,40
Tomate, extrato	5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45
Milho, verde, enlatado, drenado	10	9,76	1,71	0,32	0,24	0,46	0,00	0,17	2,04	0,05	0,06	0,22
Óleo, de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pão, trigo, francês	50	149,91	29,32	3,98	1,55	1,15	1,49	0,00	12,73	0,38	0,50	7,88
Caju, polpa, congelada	30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,24	0,00	35,92	2,12	0,03	0,04	0,25
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		350,82	50,04	12,00	11,47	2,11	1,49	37,13	25,08	2,20	1,59	13,89

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ COM LEITE ACHOCOLATADO									Frequência:	
19													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Achocolatado, pó	8	32,08	7,29	0,34	0,17	0,31	63,67	0,00	6,14	0,08	0,43	3,55	
Cereais, milho, flocos, com sal	20	73,92	16,17	1,46	0,32	1,06	0,00	0,00	4,02	0,12	0,10	0,36	
Leite, de vaca, integral	80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	16,72	0,00	7,71	0,30	0,00	98,06	
Manteiga, com sal	5	36,30	0,00	0,02	4,12	0,00	46,18	0,00	0,07	0,00	0,01	0,47	
Queijo, mozzarella	15	49,48	0,46	3,40	3,78	0,00	16,35	0,00	3,54	0,53	0,05	131,26	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		191.78	23.92	5.21	8.39	1.37	142.92	0.00	21.48	1.04	0.59	233.71	

MEC FNDE												SEDUC-TO		
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:														
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	TORTA DE FRANGO COM SUCO DE ABACAXI									Frequência:		
20			Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
Nome do Alimento		(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Açúcar, cristal		15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,02	1,14	
Alho, cru		1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Azeitona, verde, conserva		5	6,85	0,21	0,05	0,71	0,19	0,00	0,00	0,20	0,00	0,01	2,28	
Batata, inglesa, crua		20	12,87	2,94	0,35	0,00	0,23	0,00	6,22	2,92	0,05	0,07	0,71	
Cebola, crua		3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Cenoura, crua		20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	0,00	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51	
Cebolinha, crua		2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60	
Farinha, de trigo		20	72,09	15,02	1,96	0,27	0,47	0,00	0,00	6,20	0,17	0,19	3,57	
Frango, peito, com pele, cru		40	59,79	0,00	8,31	2,69	0,00	1,60	0,00	11,32	0,24	0,18	3,37	
Leite, de vaca, integral		20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,18	0,00	1,93	0,08	0,00	24,52	
Milho, verde, enlatado, drenado		10	9,76	1,71	0,32	0,24	0,46	0,00	0,17	2,04	0,05	0,06	0,22	
Tomate, extrato		5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45	
Ovo, de galinha, inteiro, cru		10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20	
Óleo, de soja		8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Abacaxi, polpa, congelada		30	9,18	2,34	0,14	0,03	0,10	0,00	0,37	3,02	0,02	0,11	4,06	
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Fermento em pó, químico		2	1,79	0,88	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL			327.97	41.05	13.04	12.89	2.41	13.66	9.46	33.81	0.79	0.96	52.18	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	CACHORRO QUENTE COM SUCO DE ABACAXI E SORVETE										Frequência:	
21													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Açúcar, cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,02	1,14	
Batata, frita, tipo chips,	10	54,27	5,12	0,56	3,66	0,25	0,00	0,00	2,42	0,06	0,07	1,16	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Tomate, extrato	5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45	
Milho, verde, enlatado, drenado	10	9,76	1,71	0,32	0,24	0,46	0,00	0,17	2,04	0,05	0,06	0,22	
Óleo, de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Pão, trigo, francês	50	149,91	29,32	3,98	1,55	1,15	1,49	0,00	12,73	0,38	0,50	7,88	
Abacaxi, polpa, congelada	30	9,18	2,34	0,14	0,03	0,10	0,00	0,37	3,02	0,02	0,11	4,06	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Salsicha	30	96,32	1,08	2,92	8,85	0,00	3,90	0,00	2,49	0,40	0,24	4,95	
Iogurte, sabor morango	120	83,48	11,63	3,25	2,80	0,26	32,43	0,00	9,65	0,37	0,00	121,24	
TOTAL		510,49	67,41	11,46	22,15	2,47	37,82	1,59	34,54	1,31	1,12	142,65	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	PÃO SOVADO COM QUEIJO E SUCO DE CAJÚ									Frequência:	
22													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Pão, trigo, sovado	50	155,48	30,73	4,20	1,42	1,22	0,00	0,00	11,11	1,33	1,13	25,81	
Queijo, minas, meia cura	30	96,22	1,07	6,36	7,38	0,00	33,40	0,00	8,12	0,80	0,07	208,78	
Caju, cru	30	12,92	3,09	0,29	0,10	0,50	0,00	65,80	3,03	0,03	0,05	0,43	
Açúcar, cristal	10	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76	
TOTAL		303.30	44.85	10.89	8.90	1.72	33.40	65.80	22.37	2.16	1.26	235.77	

MEC FNDE											SEDUC-TO		
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:					Refeição Servida:					
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	PÃO COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ABACAXI									Frequência:	
23													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Pão, trigo, francês	50	149,91	29,32	3,98	1,55	1,15	1,49	0,00	12,73	0,38	0,50	7,88	
Carne moída de 2ª	40	96,80	0,00	9,69	6,17	0,00	0,00	0,00	8,00	2,28	1,12	3,20	
Tomate, extrato	5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Abacaxi, cru	30	14,50	3,70	0,26	0,04	0,30	0,00	10,39	5,53	0,04	0,08	6,73	
Açúcar, cristal	10	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76	
Ervilha, enlatada, drenada	10	7,38	1,34	0,46	0,04	0,51	0,00	0,00	2,32	0,09	0,14	2,22	
Óleo, de soja	3	26,52	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		337,97	45,32	14,61	10,81	2,14	1,49	11,29	30,36	2,82	1,97	22,38	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FEIJÃO COM LINGUIÇA E ARROZ									Frequência:	
24													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Arroz, tipo 1, cru	40	143,12	31,50	2,86	0,13	0,66	0,00	0,00	12,15	0,49	0,27	1,77	
Feijão, carioca, cru	20	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51	
Linguiça Mista	40	158,40	1,08	5,52	14,50	0,00	0,00	0,00	4,80	0,75	0,45	4,00	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		369,63	45,33	12,50	14,89	4,45	0,00	0,14	59,51	1,83	2,33	30,84	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FAROFA DE CARNE MOÍDA E BANANA									Frequência:	
25													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Farinha, de mandioca, torrada	40	146,11	35,68	0,49	0,11	2,62	0,00	0,00	16,01	0,14	0,48	30,21	
Carne, bovina, acém, moído,	30	40,97	0,00	5,83	1,78	0,00	0,70	0,00	4,24	1,90	0,53	0,78	
Cenoura, crua	10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,32	0,00	0,51	1,12	0,02	0,02	2,25	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Óleo, de soja	4	35,36	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Colorau	1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20	
Cebola, crua	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Banana, nanica, crua	100	91,53	23,85	1,40	0,12	1,95	0,00	5,86	27,80	0,18	0,35	3,42	
TOTAL		321.90	61.34	7.97	6.04	4.99	1.30	6.58	49.52	2.25	1.43	38.28	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	IOGURTE COM BISCOITO DE SAL									Frequência:	
26													
Nome do Alimento		Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
		(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Iogurte, sabor morango		120	83,48	11,63	3,25	2,80	0,26	32,43	0,00	9,65	0,37	0,00	121,24
Biscoito, salgado, cream		40	172,69	27,49	4,02	5,77	1,00	0,00	0,00	15,90	0,45	0,88	8,00
TOTAL			256,17	39,12	7,27	8,57	1,26	32,43	0,00	25,55	0,82	0,88	129,24

MEC FNDE											SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:					
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BEJU NA MARGARINA E LEITE ENGROSSADO COM FARINHA DE MILHO									Frequência:	
27													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Polvilho, doce	40	140,49	34,71	0,17	0,00	0,09	0,00	0,00	1,64	0,00	0,20	10,97	
Margarina, com óleo	10	72,25	0,00	0,00	8,17	0,00	53,44	0,00	0,05	0,00	0,01	0,26	
Leite, de vaca, integral	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	31,36	0,00	14,46	0,57	0,00	183,87	
Farinha, de milho, amarela	10	35,06	7,91	0,72	0,15	0,55	0,00	0,00	3,10	0,06	0,23	0,13	
Açúcar, cristal	10	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76	
TOTAL		286,49	52,58	0,92	8,32	0,64	84,79	0,00	19,35	0,63	0,45	195,98	

MEC FNDE												SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:							Refeição Servida:					
REFEIÇÃO:														
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	MANGULÃO COM SUCO DE CAJÚ FRUTA									Frequência:		
28			Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
Nome do Alimento		(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Polvilho, doce		30	105,37	26,03	0,13	0,00	0,07	0,00	0,00	1,23	0,00	0,15	8,22	
Queijo, minas, meia cura		5	16,04	0,18	1,06	1,23	0,00	5,57	0,00	1,35	0,13	0,01	34,80	
Ovo, de galinha, inteiro, cru		10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20	
Leite de vaca integral		30	18,01	1,36	0,97	0,98	0,00	8,53	0,00	3,00	0,12	0,01	33,92	
Óleo, de soja		3	26,52	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Caju, cru		30	12,92	3,09	0,29	0,10	0,50	0,00	65,80	3,03	0,03	0,05	0,43	
Açúcar, cristal		10	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76	
TOTAL			231,85	40,78	3,78	6,19	0,58	21,98	65,80	9,98	0,39	0,39	82,32	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:					
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	GUIZADO DE MANDIOCA COM ARROZ E SALADA									Frequência:	
29													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Mandioca, crua	10	15,14	3,62	0,11	0,03	0,19	0,00	1,65	4,45	0,02	0,03	1,52	
Lingüiça Mista	40	158,40	1,08	5,52	14,50	0,00	0,00	0,00	4,80	0,75	0,45	4,00	
Arroz, tipo 1, cru	40	143,12	31,50	2,86	0,13	0,66	0,00	0,00	12,15	0,49	0,27	1,77	
Óleo, de soja	3	26,52	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Alho, cru	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,00	0,00	0,21	0,01	0,01	0,14	
Repolho, branco, cru	10	1,71	0,39	0,09	0,01	0,19	0,00	1,87	0,85	0,02	0,02	3,45	
Colorau	0,5	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60	
TOTAL		347,69	37,22	8,69	17,68	1,10	0,30	3,56	22,47	1,28	0,80	11,48	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:					
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO FRITO DE POLVILHO E SUCO DE TAMARINDO									Frequência:	
30													
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	g	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Polvilho, doce	40	140,49	34,71	0,17	0,00	0,09	0,00	0,00	1,64	0,00	0,20	10,97	
Polpa de tamarindo	30	71,70	18,75	0,84	0,18	1,53	0,45	1,05	27,60	0,03	0,84	22,20	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Óleo, de soja	10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Ovo, de galinha, inteiro, cru	6	8,59	0,10	0,78	0,53	0,00	4,73	0,00	0,76	0,07	0,09	2,52	
Açúcar, cristal	10	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76	
TOTAL		347,86	63,52	1,83	10,71	1,62	5,18	1,05	30,10	0,10	1,15	36,45	