

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO- CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CANJICA									Frequência:	
1			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)	
Leite condensado	20	62,51	11,40	1,53	1,35	0,00	10,59	0,43	4,40	0,17	0,03	49,25	
Milho de canjica	60	47,81	8,10	0,74	1,32	0,40	1,10	0,00	4,16	0,08	0,44	2,07	
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	
Coco	20	81,30	2,08	0,74	8,40	1,08	0,00	0,50	10,29	0,19	0,35	1,30	
Leite de vaca integral	70	42,02	3,16	2,25	2,28	0,00	19,90	0,00	7,00	0,28	0,02	79,14	
TOTAL		272,33	34,70	5,30	13,34	1,48	31,59	0,93	25,95	0,72	0,86	132,51	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BEIJU COM MARGARINA E LEITE COM CAFÉ E BANANA.									Frequência:	
2												1	
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)	
Café, infusão 10%	10	0,91	0,15	0,07	0,01	0,00	0,00	0,00	0,97	0,00	0,00	0,32	
Leite de vaca integral	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05	
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	
Polvilho doce	50	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00	0,26	13,71	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Margarina, com sal	8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36	
Banana prata	150	147,37	38,94	1,90	0,10	3,07	4,82	32,39	39,44	0,22	0,57	11,35	
TOTAL		470,17	96,95	5,44	8,73	3,18	64,08	32,39	52,65	0,62	0,87	139,54	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:				Lanche					
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ DE ARROZ COM MARGARINA, LEITE ACHOCOLATADO E BANANA.									Frequência:	
3												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)
Achocolatado em pó		20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88
Flocos de arroz		50	187,50	43,50	3,35	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,85	15,00
Leite de vaca integral		100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
Margarina, com sal		8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Banana prata		150	147,37	38,94	1,90	0,10	3,07	4,82	32,39	39,44	0,22	0,57	11,35
TOTAL			522,66	105,19	9,31	9,16	3,90	223,25	37,85	64,88	0,83	2,52	148,64

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:				Lanche					
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BISCOITO DOCE, LEITE ACHOCOLATADO E BANANA.									Frequência:	
4												1	
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)
Biscoito doce, maisena		60	265,69	45,14	4,84	7,18	1,26	0,00	3,73	22,29	0,62	1,06	32,67
Achocolatado em pó		20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88
Banana prata		150	147,37	38,94	1,90	0,10	3,07	4,82	32,39	39,44	0,22	0,57	11,35
Leite de vaca integral		100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
TOTAL			553,30	106,83	10,81	10,96	5,10	192,42	41,58	87,07	1,45	2,73	165,95

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BISCOITO DE ÁGUA E SAL COM MARGARINA E MARACUJA									Frequência:	
5												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)
Biscoito salgado, cream cracker		60	259,04	41,24	6,03	8,66	1,51	0,00	0,00	23,85	0,68	1,32	12,00
Margarina, com sal		8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36
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
Maracujá, suco concentrado,		50	20,98	4,82	0,38	0,10	0,18	0,00	6,84	2,08	0,07	0,17	2,08
TOTAL			385,61	61,00	6,46	14,14	1,68	30,83	6,84	26,18	0,75	1,52	15,58

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ DE MILHO COM MARGARINA E LEITE COM CAFÉ									Frequência:	
6												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)
Café, infusão 10%		10	0,91	0,15	0,07	0,01	0,00	0,00	0,00	0,97	0,00	0,00	0,32
Flocos de milho		50	181,00	38,00	4,10	1,80	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
Leite de vaca integral		100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
Margarina, com sal		8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36
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			328,18	52,63	7,42	10,44	3,70	59,26	0,00	11,17	0,40	0,05	114,49

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:					Lanche				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FEIJÃO TROPEIRO E LARANJA.									Frequência:	
7												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	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27	
Óleo de soja	6	53,04	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70	
Feijão carioca	30	98,71	18,37	5,99	0,38	5,53	0,00	0,00	62,98	0,87	2,40	36,77	
Farinha de mandioca torrada	50	182,63	44,60	0,61	0,14	3,27	0,00	0,00	20,01	0,18	0,60	37,76	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Laranja, pêra	150	55,16	13,42	1,57	0,19	1,15	16,82	80,60	12,92	0,09	0,14	32,83	
Lingüiça Mista	90	356,40	2,43	12,42	32,63	0,00	0,00	0,00	10,80	1,68	1,02	9,00	
Colorau	2	6,68	1,56	0,13	0,00	0,09	1,20	0,14	0,00	0,00	0,11	2,40	
Coentro	3	9,27	1,44	0,63	0,31	1,12	8,78	1,22	11,78	0,14	2,44	23,51	
Couve manteiga	15	4,06	0,65	0,43	0,08	0,47	0,00	14,50	5,20	0,06	0,07	19,63	
Bacon	20	118,51	0,00	2,30	12,05	0,00	0,00	0,00	0,71	0,04	0,09	0,48	
TOTAL		888,69	83,39	24,31	51,79	11,82	26,98	97,32	125,43	3,09	6,88	163,36	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	PAÇOCA DE CARNE DE SOL COM MELANCIA.									Frequência:	
8												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)	
Carne, bovina, seca	80	250,20	0,00	15,73	20,29	0,00	0,00	0,00	9,78	2,92	1,06	11,29	
Farinha de mandioca torrada	50	182,63	44,60	0,61	0,14	3,27	0,00	0,00	20,01	0,18	0,60	37,76	
Óleo de soja	12	106,08	0,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27	
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70	
Melancia	150	48,91	12,21	1,33	0,00	0,19	42,75	9,22	14,45	0,15	0,34	11,58	
Colorau	1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		595,40	58,51	17,96	32,45	3,70	43,54	10,15	45,25	3,27	2,08	62,80	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FAROFA DE LINGÜIÇA E SUCO DE CAJU									Frequência:	
9												1	
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)
Lingüiça Mista		90	356,40	2,43	12,42	32,63	0,00	0,00	0,00	10,80	1,68	1,02	9,00
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Farinha de mandioca torrada		50	182,63	44,60	0,61	0,14	3,27	0,00	0,00	20,01	0,18	0,60	37,76
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
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
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		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Cheiro verde		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Caju, suco concentrado		50	22,55	5,37	0,20	0,10	0,31	0,00	69,35	4,22	0,03	0,07	0,49
TOTAL			713,51	68,46	13,59	42,89	3,81	0,19	71,16	36,94	1,93	1,76	51,76

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:				Lanche					
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLINHO DE CHUVA, LEITE ACHOCOLATADO E MAÇÃ									Frequência:	
10												1	
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
Farinha de trigo		40	144,19	30,04	3,92	0,55	0,94	0,00	0,00	12,40	0,33	0,38	7,15
Leite de vaca integral		100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Fermento em pó químico		3	2,69	1,32	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Achocolatado em pó		20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88
Maçã Fuji		100	55,52	15,15	0,29	0,00	1,35	2,71	2,41	2,04	0,00	0,09	1,92
TOTAL			591,28	99,15	8,37	19,23	3,06	190,31	7,87	40,09	0,94	1,62	133,28

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:							Refeição Servida:		Lanche		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FAROFA DE FRANGO, SUCO DE CAJU.									Frequência:	
11												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)
Frango, peito, com pele		80	119,57	0,00	16,62	5,39	0,00	3,20	0,00	22,63	0,48	0,35	6,74
Farinha de mandioca torrada		50	182,63	44,60	0,61	0,14	3,27	0,00	0,00	20,01	0,18	0,60	37,76
Óleo de soja		12	106,08	0,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Alho		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Cenoura		15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
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, suco concentrado		50	22,55	5,37	0,20	0,10	0,31	0,00	69,35	4,22	0,03	0,07	0,49
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
TOTAL			498,22	66,98	17,91	17,66	4,26	129,47	70,97	49,72	0,75	1,10	50,48

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	MACARRONADA COM FRANGO E LARANJA.									Frequência:	
12												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		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Frango, peito, com pele		80	119,57	0,00	16,62	5,39	0,00	3,20	0,00	22,63	0,48	0,35	6,74
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Cheiro verde		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Macarrão trigo com ovos		60	222,34	45,97	6,19	1,18	1,38	0,00	0,00	0,00	0,49	0,55	11,67
Óleo de soja		6	53,04	0,00	0,00	6,00	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
Tomate, molho industrializado		15	5,77	1,16	0,21	0,14	0,47	2,61	0,41	2,52	0,02	0,24	1,76
Orégano		3	9,18	1,93	0,33	0,31	1,28	10,36	1,50	8,10	0,13	1,32	47,28
Laranja, pêra		150	55,16	13,42	1,57	0,19	1,15	16,82	80,60	12,92	0,09	0,14	32,83
TOTAL			470,56	63,61	25,22	13,23	4,51	33,18	84,32	47,93	1,24	2,64	103,64

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	GALINHADA COM CENOURA, MILHO VERDE E SUCO DE MARACUJA.									Frequência:	
13												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		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Arroz, tipo 1		100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Cenoura		15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
Cheiro verde		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Frango, coxa e sobrecoxa, com		120	249,60	0,00	19,56	18,42	0,00	10,20	0,00	28,80	1,98	0,84	9,00
Óleo de soja		6	53,04	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Milho verde		12	16,58	3,43	0,79	0,07	0,47	0,00	0,00	3,91	0,06	0,05	0,19
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	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
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
Maracujá, suco concentrado,		50	20,98	4,82	0,38	0,10	0,18	0,00	6,84	2,08	0,07	0,17	2,08
TOTAL			769,98	105,00	28,51	24,97	3,04	137,07	9,49	68,77	3,40	1,89	24,77

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:							Refeição Servida:		Lanche		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FOROFA DE CARNE SECA COM CENOURA E SUCO DE CAJU.									Frequência:	
14												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	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27	
Carne, bovina, seca	80	250,20	0,00	15,73	20,29	0,00	0,00	0,00	9,78	2,92	1,06	11,29	
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70	
Cenoura	15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38	
Coentro	3	9,27	1,44	0,63	0,31	1,12	8,78	1,22	11,78	0,14	2,44	23,51	
Farinha de mandioca torrada	50	182,63	44,60	0,61	0,14	3,27	0,00	0,00	20,01	0,18	0,60	37,76	
Óleo de soja	12	106,08	0,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
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	
Caju, suco concentrado	50	22,55	5,37	0,20	0,10	0,31	0,00	69,35	4,22	0,03	0,07	0,49	
Colorau	2	6,68	1,56	0,13	0,00	0,09	1,20	0,14	0,00	0,00	0,11	2,40	
TOTAL		644,80	69,98	17,77	32,88	5,47	136,24	72,34	48,65	3,33	4,37	80,94	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ COLORIDO, FEIJÃO, LINGUIÇA E RAPADURA.									Frequência:	
15												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		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Arroz, tipo 1		100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41
Milho verde		15	20,72	4,28	0,99	0,09	0,59	0,00	0,00	4,89	0,08	0,06	0,24
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Carne moída de 2ª		100	242,00	0,00	24,22	15,42	0,00	0,00	0,00	20,00	5,71	2,81	8,00
Cenoura		15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
Coentro		5	15,45	2,40	1,04	0,52	1,86	14,63	2,04	19,64	0,24	4,07	39,19
Feijão carioca		30	98,71	18,37	5,99	0,38	5,53	0,00	0,00	62,98	0,87	2,40	36,77
Óleo de soja		6	53,04	0,00	0,00	6,00	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
Colorau		1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20
Rapadura		30	105,59	27,24	0,30	0,02	0,00	0,00	0,00	14,15	0,17	1,33	9,15
Linguiça Mista		90	356,40	2,43	12,42	32,63	0,00	0,00	0,00	10,80	1,68	1,02	9,00
TOTAL			1262,40	136,33	52,61	55,42	10,34	141,49	3,73	165,55	10,03	12,48	112,32

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:							Refeição Servida:		Lanche		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	SOPA DE MACARRÃO, CARNE E LEGUMES									Frequência:	
16												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)
Macarrão trigo com ovos		70	259,40	53,64	7,22	1,38	1,61	0,00	0,00	0,00	0,57	0,64	13,62
Alho		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
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		6	53,04	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate		10	1,53	0,31	0,11	0,02	0,12	4,16	2,12	1,05	0,01	0,02	0,69
Batata inglesa		20	12,87	2,94	0,35	0,00	0,23	0,03	6,22	2,92	0,05	0,07	0,71
Abóbora, cabotian		20	7,72	1,67	0,35	0,11	0,43	0,00	1,02	1,76	0,06	0,07	3,59
Carne moída de 2ª		80	193,60	0,00	19,38	12,34	0,00	0,00	0,00	16,00	4,57	2,25	6,40
Colorau		1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20
Cheiro verde		1	0,42	0,07	0,03	0,01	0,01	0,00	0,32	0,25	0,00	0,01	0,80
TOTAL			536,16	60,33	27,73	19,85	2,64	4,99	10,60	23,00	5,29	3,15	27,98

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ DOCE COM COCO.									Frequência:	
17												1	
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		100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41
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
Coco		30	121,95	3,12	1,11	12,59	1,61	0,00	0,75	15,44	0,28	0,53	1,95
Leite de vaca integral		70	42,02	3,16	2,25	2,28	0,00	19,90	0,00	7,00	0,28	0,02	79,14
TOTAL			599,13	104,97	10,58	15,20	3,25	19,90	0,75	53,02	1,79	1,26	87,01

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BAIÃO DE DOIS, CARNE SECA FRITA SALADA (ALFACE, REPOLHO, CENOURA) E LARANJA.									Frequência:	
18												1	
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	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27	
Arroz, tipo 1	90	322,01	70,88	6,44	0,30	1,48	0,00	0,00	27,35	1,10	0,61	3,97	
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70	
Carne, bovina, seca	100	312,75	0,00	19,66	25,37	0,00	0,00	0,00	12,22	3,65	1,33	14,11	
Cenoura	15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38	
Coentro	3	9,27	1,44	0,63	0,31	1,12	8,78	1,22	11,78	0,14	2,44	23,51	
Feijão carioca	30	98,71	18,37	5,99	0,38	5,53	0,00	0,00	62,98	0,87	2,40	36,77	
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	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	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	
Repolho branco	20	3,42	0,77	0,18	0,03	0,38	0,00	3,74	1,70	0,03	0,03	6,91	
Alface crespa	15	1,60	0,25	0,20	0,02	0,27	0,00	2,34	1,65	0,04	0,06	5,70	
Laranja, pêra	150	55,16	13,42	1,57	0,19	1,15	16,82	80,60	12,92	0,09	0,14	32,83	
TOTAL		904,02	107,99	35,15	36,63	10,64	152,46	89,60	133,31	5,98	7,11	129,36	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche					
N.º do Cardápio:		REFEIÇÃO:											Frequência:	
19		CARDÁPIO:	BISCOITO DE MAISENA COM LEITE CARMELIZADO									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)		
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		
Biscoito doce, maisena	60	265,69	45,14	4,84	7,18	1,26	0,00	3,73	22,29	0,62	1,06	32,67		
Leite de vaca integral	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05		
TOTAL		403,09	69,58	8,13	10,43	1,26	28,43	3,73	32,49	1,02	1,12	147,24		

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:				Lanche					
N.º do Cardápio:		REFEIÇÃO.											
20		CARDÁPIO:	ESCONDIDINHO DE FRANGO COM SUCO DE CAJU.									Frequência:	
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)	
Mandioca	40	60,57	14,47	0,45	0,12	0,75	0,40	6,61	17,80	0,08	0,11	6,08	
Leite de vaca integral pasteurizado	50	30,02	2,26	1,61	1,63	0,00	14,22	0,00	5,00	0,20	0,02	56,53	
Pimentão verde	3	0,64	0,15	0,03	0,00	0,08	0,56	3,01	0,23	0,00	0,01	0,26	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Frango, peito, sem pele	60	71,50	0,00	12,92	1,81	0,00	1,20	0,00	18,76	0,40	0,26	4,42	
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27	
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70	
Margarina, com sal	12	71,33	0,00	0,00	8,07	0,00	46,25	0,00	0,15	0,00	0,00	0,55	
Cheiro verde	3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40	
Tomate	10	1,53	0,31	0,11	0,02	0,12	4,16	2,12	1,05	0,01	0,02	0,69	
Colorau	1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20	
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	
Caju, suco concentrado	50	22,55	5,37	0,20	0,10	0,31	0,00	69,35	4,22	0,03	0,07	0,49	
TOTAL		325,00	39,41	15,74	11,77	1,54	67,57	82,97	49,13	0,76	0,62	74,71	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche				
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FOROFA DE LINGUIÇA, CENOURA E SUCO DE CAJU.									Frequência:	
21												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	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27	
Lingüiça Mista	90	356,40	2,43	12,42	32,63	0,00	0,00	0,00	10,80	1,68	1,02	9,00	
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70	
Cenoura	15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38	
Coentro	5	15,45	2,40	1,04	0,52	1,86	14,63	2,04	19,64	0,24	4,07	39,19	
Farinha de mandioca torrada	60	219,16	53,52	0,74	0,17	3,92	0,00	0,00	24,01	0,22	0,72	45,32	
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	
Sal	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
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	
Caju, suco concentrado	50	22,55	5,37	0,20	0,10	0,31	0,00	69,35	4,22	0,03	0,07	0,49	
Colorau	1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20	
TOTAL		772,69	81,50	14,94	43,45	6,82	141,49	73,08	61,53	2,23	6,01	100,69	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, ISCA DE CARNE E BATATA E RAPADURA.									Frequência:	
22												1	
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		70	250,45	55,13	5,01	0,23	1,15	0,00	0,00	21,27	0,86	0,47	3,09
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		6	53,04	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Alho		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Carne, bovina, seca		90	281,47	0,00	17,69	22,83	0,00	0,00	0,00	11,00	3,29	1,20	12,70
Colorau		1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20
Batata inglesa		15	9,66	2,20	0,27	0,00	0,17	0,03	4,66	2,19	0,04	0,05	0,53
Rapadura		30	105,59	27,24	0,30	0,02	0,00	0,00	0,00	14,15	0,17	1,33	9,15
Feijão carioca		40	131,61	24,49	7,99	0,50	7,37	0,00	0,00	83,98	1,16	3,19	49,03
TOTAL			839,39	110,76	31,55	29,60	8,93	0,82	5,59	133,61	5,53	6,33	76,67

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche				
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	REFEIÇÃO: BEIJU COM CARNE DE SOL, LEITE COM CAFÉ E BANANA.									Frequência:	
23												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)	
Carne, bovina, seca	10	31,27	0,00	1,97	2,54	0,00	0,00	0,00	1,22	0,37	0,13	1,41	
Leite de vaca integral pasteurizado	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05	
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	
Polvilho doce	50	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00	0,26	13,71	
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	
Banana prata	150	147,37	38,94	1,90	0,10	3,07	4,82	32,39	39,44	0,22	0,57	11,35	
Carne, bovina, seca	70	218,92	0,00	13,76	17,76	0,00	0,00	0,00	8,55	2,56	0,93	9,88	
Café, infusão 10%	10	0,91	0,15	0,07	0,01	0,00	0,00	0,00	0,97	0,00	0,00	0,32	
TOTAL		761,21	96,95	21,17	33,65	3,18	33,25	32,39	62,33	3,54	1,94	150,46	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:					Lanche				
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	REFEIÇÃO: BEIJU COM LINGUIÇA FRITA, LEITE ACHOCOLATADO.									Frequência:	
24												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)	
Lingüiça Mista	70	277,20	1,89	9,66	25,38	0,00	0,00	0,00	8,40	1,31	0,79	7,00	
Leite de vaca integral pasteurizado	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05	
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	
Polvilho doce	50	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00	0,26	13,71	
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	
Achocolatado em pó	20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88	
TOTAL		739,47	82,97	13,98	39,06	0,90	187,60	5,46	35,95	1,92	2,17	143,78	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:				Lanche				
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	REFEIÇÃO: CUSCUZ DE MILHO, LINGÜIÇA FRITA, LEITE ACHOCOLATADO E MAÇÃ									Frequência:	
25												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)
Lingüiça Mista		70	277,20	1,89	9,66	25,38	0,00	0,00	0,00	8,40	1,31	0,79	7,00
Leite de vaca integral pasteurizado		100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
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
Flocos de milho		50	181,00	38,00	4,10	1,80	3,70	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
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
Achocolatado em pó		20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88
Maçã Fuji		100	55,52	15,15	0,29	0,00	1,35	2,71	2,41	2,04	0,00	0,09	1,92
TOTAL			800,38	92,74	18,16	40,86	5,82	190,31	7,87	35,94	1,92	2,01	131,99

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:							Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	REFEIÇÃO: CUSCUZ DE ARROZ, CARNE DE SOL Frita, LEITE ACHOCOLATADO E BANANA								Frequência:		
26											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)	
Carne, bovina, seca	70	218,92	0,00	13,76	17,76	0,00	0,00	0,00	8,55	2,56	0,93	9,88	
Leite de vaca integral pasteurizado	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05	
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	
Flocos de arroz	50	187,50	43,50	3,35	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,85	15,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
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	
Achocolatado em pó	20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88	
Banana prata	100	98,25	25,96	1,27	0,07	2,04	3,21	21,59	26,29	0,15	0,38	7,56	
TOTAL		791,33	107,15	22,49	31,51	2,88	190,81	27,05	60,34	3,31	3,29	155,51	

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ESCONDIDINHO DE CARNE SECA E SUCO DE MARACUJA.									Frequência:	
27												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
		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Mandioca		40	60,57	14,47	0,45	0,12	0,75	0,40	6,61	17,80	0,08	0,11	6,08
Leite de vaca integral pasteurizado		50	30,02	2,26	1,61	1,63	0,00	14,22	0,00	5,00	0,20	0,02	56,53
Pimentão verde		3	0,64	0,15	0,03	0,00	0,08	0,56	3,01	0,23	0,00	0,01	0,26
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Carne, bovina, seca		70	218,92	0,00	13,76	17,76	0,00	0,00	0,00	8,55	2,56	0,93	9,88
Alho		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Margarina, com sal		12	71,33	0,00	0,00	8,07	0,00	46,25	0,00	0,15	0,00	0,00	0,55
Cheiro verde		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Tomate		10	1,53	0,31	0,11	0,02	0,12	4,16	2,12	1,05	0,01	0,02	0,69
Colorau		1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20
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
Maracujá, suco concentrado, envasado		50	20,98	4,82	0,38	0,10	0,18	0,00	6,84	2,08	0,07	0,17	2,08
TOTAL			470,86	38,86	16,76	27,71	1,40	66,37	20,46	36,78	2,96	1,39	81,76
MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	PÃO DE HOT DOG COM FRANGO E SUCO DE CAJU									Frequência:	
28												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
		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Caju, suco concentrado		50	22,55	5,37	0,20	0,10	0,31	0,00	69,35	4,22	0,03	0,07	0,49
Colorau		1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Frango, peito, sem pele		60	71,50	0,00	12,92	1,81	0,00	1,20	0,00	18,76	0,40	0,26	4,42
Alho		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Óleo de soja		6	53,04	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
Pão de hot dog		60	167,40	29,67	5,70	2,60	1,26	0,00	0,00	0,00	0,40	1,99	82,80
Maionese industrializada		12	36,26	0,95	0,07	3,66	0,00	0,96	0,00	0,10	0,01	0,01	0,42
Caju, suco concentrado		50	22,55	5,37	0,20	0,10	0,31	0,00	69,35	4,22	0,03	0,07	0,49
TOTAL			419,56	53,02	19,41	14,28	2,13	2,95	139,62	28,43	0,89	2,51	91,54

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:				Lanche					
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	PÃO DE HOT DOG COM PEITO DE FRANGO DESFIADO E SUCO DE MARACUJÁ.									Frequência:	
29			REFEIÇÃO:									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)
Maracujá, suco concentrado, envasado		50	20,98	4,82	0,38	0,10	0,18	0,00	6,84	2,08	0,07	0,17	2,08
Colorau		1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Frango, peito, sem pele		60	71,50	0,00	12,92	1,81	0,00	1,20	0,00	18,76	0,40	0,26	4,42
Alho		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Óleo de soja		6	53,04	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
Pão de hot dog		60	167,40	29,67	5,70	2,60	1,26	0,00	0,00	0,00	0,40	1,99	82,80
TOTAL			359,18	46,15	19,32	10,52	1,68	1,99	7,77	21,96	0,89	2,52	92,23

MEC FNDE	CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	BEIJÚ COM COCO RALADO E MARGARINA E LEITE ACHOCOLATADO.									Frequência:	
30		REFEIÇÃO:									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)
Leite de vaca integral pasteurizado	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
Polvilho doce	50	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00	0,26	13,71
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Margarina, com sal	8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36
Açúcar cristal	6	23,21	5,98	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	0,01	0,46
Coco	15	60,97	1,56	0,55	6,30	0,81	0,00	0,37	7,72	0,14	0,26	0,97
Achocolatado em pó	20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88
TOTAL		447,59	73,68	4,85	15,36	1,70	218,43	5,83	35,28	0,75	1,63	137,43

MEC FNDE		CARDÁPIO LANCE INDIGINA 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	REFEIÇÃO:								Frequência:		
31			ESCONDIDINHO DE FRANGO COM SUCO DE ACEROLA.								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)	
Mandioca	40	60,57	14,47	0,45	0,12	0,75	0,40	6,61	17,80	0,08	0,11	6,08	
Leite de vaca integral pasteurizado	35	21,01	1,58	1,13	1,14	0,00	9,95	0,00	3,50	0,14	0,01	39,57	
Pimentão verde	3	0,64	0,15	0,03	0,00	0,08	0,56	3,01	0,23	0,00	0,01	0,26	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Frango, peito, sem pele	60	71,50	0,00	12,92	1,81	0,00	1,20	0,00	18,76	0,40	0,26	4,42	
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27	
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70	
Margarina, com sal	12	71,33	0,00	0,00	8,07	0,00	46,25	0,00	0,15	0,00	0,00	0,55	
Cheiro verde	3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40	
Tomate	10	1,53	0,31	0,11	0,02	0,12	4,16	2,12	1,05	0,01	0,02	0,69	
Colorau	1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20	
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	
Acerola, polpa congelada	50	10,97	2,77	0,30	0,00	0,35	0,00	311,62	4,33	0,04	0,08	3,80	
TOTAL		304,41	36,13	15,35	11,18	1,57	63,31	325,24	47,73	0,71	0,62	61,07	

MEC FNDE											SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ DE MILHO E LEITE COM CAFÉ.								Frequência:	
32			REFEIÇÃO:								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)
Café, infusão 10%	10	0,91	0,15	0,07	0,01	0,00	0,00	0,00	0,97	0,00	0,00	0,32
Flocos de milho	50	181,00	38,00	4,10	1,80	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
Leite de vaca integral pasteurizado	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
Margarina, com sal	8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36
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		328,18	52,63	7,42	10,44	3,70	59,26	0,00	11,17	0,40	0,05	114,49

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ DE ARROZ COM MARGARINA, LEITE ACHOCOLATADO E BANANA.									Frequência:	
33			REFEIÇÃO:									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)
Achocolatado em pó		20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88
Flocos de arroz		50	187,50	43,50	3,35	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,85	15,00
Leite de vaca integral pasteurizado		100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
Margarina, com sal		8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Banana prata		150	147,37	38,94	1,90	0,10	3,07	4,82	32,39	39,44	0,22	0,57	11,35
TOTAL			522,66	105,19	9,31	9,16	3,90	223,25	37,85	64,88	0,83	2,52	148,64

MEC FNDE												SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:							Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:														
34		CARDÁPIO:	BEIJU COM MARGARINA E LEITE COM CAFÉ E BANANA									Frequência:		
Nome do Alimento			REFEIÇÃO:									1		
		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)	
		10	0,91	0,15	0,07	0,01	0,00	0,00	0,00	0,97	0,00	0,00	0,32	
		100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05	
		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
		Polvilho doce	60	210,74	52,06	0,26	0,00	0,14	0,00	0,00	2,46	0,00	0,31	16,45
		Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		Margarina, com sal	8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36
		Banana prata	150	147,37	38,94	1,90	0,10	3,07	4,82	32,39	39,44	0,22	0,57	11,35
TOTAL			505,29	105,63	5,48	8,73	3,21	64,08	32,39	53,06	0,62	0,92	142,28	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:				Refeição Servida:				Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ DE MILHO COM LEITE CARMELIZADO.									Frequência:	
35			REFEIÇÃO:									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)
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
Margarina, com sal		8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36
Flocos de milho		60	217,20	45,60	4,92	2,16	4,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Leite de vaca integral pasteurizado		100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
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			402,16	70,04	8,20	10,79	4,44	59,26	0,00	10,30	0,40	0,06	114,93

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ DE ARROZ COM LEITE CARMELIZADO.									Frequência:	
36			REFEIÇÃO:									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)	
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	
Margarina, com sal	8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36	
Flocos de arroz	60	225,00	52,20	4,02	0,00	0,07	0,00	0,00	0,00	0,00	1,02	18,00	
Leite de vaca integral pasteurizado	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05	
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		409,96	76,64	7,30	8,63	0,07	59,26	0,00	10,30	0,40	1,08	132,93	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FAROFA DE CUSCUZ COM SARDINHA E SUCO DE MARACUJA.									Frequência:	
37												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)	
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	
Margarina, com sal	10	59,45	0,00	0,00	6,72	0,00	38,54	0,00	0,12	0,00	0,00	0,45	
Flocos de milho	50	181,00	38,00	4,10	1,80	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Maracujá, suco concentrado, envasado	50	20,98	4,82	0,38	0,10	0,18	0,00	6,84	2,08	0,07	0,17	2,08	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sardinha, conserva em óleo	30	85,49	0,00	4,78	7,21	0,00	0,00	0,00	10,58	0,49	1,06	165,07	
TOTAL		404,95	57,76	9,31	15,84	3,88	38,54	6,84	12,93	0,56	1,26	168,74	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:							Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BEIJÚ COM COCO RALADO E MARGARINA E LEITE ACHOCOLATADO.									Frequência:	
38												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)
Leite de vaca integral pasteurizado		100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
Polvilho doce		50	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00	0,26	13,71
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Margarina, com sal		8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36
Açúcar cristal		6	23,21	5,98	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00	0,01	0,46
Coco		15	60,97	1,56	0,55	6,30	0,81	0,00	0,37	7,72	0,14	0,26	0,97
Achocolatado em pó		20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88
TOTAL			447,59	73,68	4,85	15,36	1,70	218,43	5,83	35,28	0,75	1,63	137,43

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ DE MILHO CARNE DE SOL E SUCO DE MARACUJÁ.									Frequência:	
39												1	
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	
Margarina, com sal	8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36	
Flocos de milho	50	181,00	38,00	4,10	1,80	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Maracujá, suco concentrado, envasado	50	20,98	4,82	0,38	0,10	0,18	0,00	6,84	2,08	0,07	0,17	2,08	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Carne, bovina, seca	50	156,37	0,00	9,83	12,68	0,00	0,00	0,00	6,11	1,83	0,66	7,06	
TOTAL		444,60	52,78	14,34	19,96	3,88	30,83	6,84	8,39	1,89	0,85	10,26	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:					Lanche				
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BEIJÚ COM LINGUIÇA FRITA E E LEITE ACHOCOLATADO.								Frequência:		
40											1		
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)	
Leite de vaca integral pasteurizado	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05	
Polvilho doce	50	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00	0,26	13,71	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Achocolatado em pó	20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88	
Linguiça Mista	90	356,40	2,43	12,42	32,63	0,00	0,00	0,00	10,80	1,68	1,02	9,00	
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	
TOTAL		760,65	68,57	16,70	46,31	0,90	187,60	5,46	38,20	2,29	2,37	144,64	

MEC FNDE												SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:						Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ TEMPERADO COM FRANGO DESFIADO, E SUCO MARACUJA.									Frequência:	
41												1	
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	
Margarina, com sal	8	47,56	0,00	0,00	5,38	0,00	30,83	0,00	0,10	0,00	0,00	0,36	
Flocos de milho	50	181,00	38,00	4,10	1,80	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Maracujá, suco concentrado, envasado	50	20,98	4,82	0,38	0,10	0,18	0,00	6,84	2,08	0,07	0,17	2,08	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Franco, peito, com pele	70	104,63	0,00	14,55	4,71	0,00	2,80	0,00	19,80	0,42	0,31	5,89	
TOTAL		392,85	52,78	19,06	11,99	3,88	33,63	6,84	22,08	0,49	0,50	9,10	