

MEC FNDE	DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:	100						Refeição Servida:	Café da manhã		
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio: 1	CARDÁPIO:	PETA CASEIRA E LEITE ACHOCOLATADO									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)
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
Ovo de galinha inteiro	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	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Leite de vaca integral	200	120,06	9,04	6,44	6,50	0,00	56,86	0,00	20,00	0,80	0,06	226,10
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	10	40,10	9,12	0,42	0,22	0,39	79,59	2,73	7,67	0,10	0,54	4,44
TOTAL		394,29	61,71	8,38	12,61	0,51	144,33	2,73	30,99	1,01	1,01	248,45

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:		Café da manhã		
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO MUSSARELA E SUCO DE FRUTA (POLPA/SAFRA) E BANANA									Frequência:	
2		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
Pão de 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
Queijo, mussarela	15	49,48	0,46	3,40	3,78	0,00	16,35	0,00	3,54	0,53	0,05	131,26
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
Banana prata	80	78,60	20,77	1,01	0,05	1,63	2,57	17,27	21,03	0,12	0,30	6,05
TOTAL		345,19	67.83	8.58	5.42	2.89	20.41	17.65	40.47	1.05	0.98	150.38

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:			Café da manhã		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ DE MILHO COM MARGARINA COM LEITE ACHOCOLATADO									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)
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		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
Achocolatado em pó		15	60,15	13,68	0,63	0,33	0,58	119,38	4,10	11,51	0,16	0,80	6,66
Margarina, sem sal		8	47,45	0,00	0,00	5,37	0,00	19,61	0,00	0,09	0,00	0,01	0,40
TOTAL			378,65	58,46	9,56	12,37	4,28	181,63	4,10	26,60	0,76	0,86	176,63

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:			Café da manhã		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ROSCA CASEIRA COM LEITE COM ACHOCOLATADO									Frequência:	
4												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		15	60,15	13,68	0,63	0,33	0,58	119,38	4,10	11,51	0,16	0,80	6,66
Leite de vaca integral		130	78,04	5,88	4,19	4,23	0,00	36,96	0,00	13,00	0,52	0,04	146,97
Farinha de trigo		35	126,17	26,28	3,43	0,48	0,82	0,00	0,00	10,85	0,29	0,33	6,25
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
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
Ovo de galinha inteiro		10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Margarina, sem sal		5	29,66	0,00	0,00	3,35	0,00	12,26	0,00	0,06	0,00	0,00	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
Coco		5	20,32	0,52	0,18	2,10	0,27	0,00	0,12	2,57	0,05	0,09	0,32
TOTAL			400,27	46,96	9,74	19,37	1,67	176,47	4,22	39,26	1,12	1,42	164,65

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA - CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		100				Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	SANDUICHE NATURAL COM SUCO DE ACEROLA									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)	
Alface lisa	10	1,38	0,24	0,17	0,01	0,23	0,00	2,14	0,91	0,03	0,06	2,75	
Tomate	20	3,07	0,63	0,22	0,03	0,23	8,33	4,24	2,11	0,03	0,05	1,39	
Frango, peito, sem pele	55	65,54	0,00	11,84	1,66	0,00	1,10	0,00	17,19	0,36	0,24	4,05	
Cenoura	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51	
Pão de 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	
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	
Alho	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14	
Acerola, polpa congelada	25	5,48	1,39	0,15	0,00	0,18	0,00	155,81	2,16	0,02	0,04	1,90	
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	
Cebola	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO DE MANDIOCA COM SUCO DE ABACAXI									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)	
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	
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	
Mandioca	30	45,43	10,85	0,34	0,09	0,56	0,30	4,96	13,35	0,06	0,08	4,56	
Coco	5	20,32	0,52	0,18	2,10	0,27	0,00	0,12	2,57	0,05	0,09	0,32	
Farinha de trigo	30	108,14	22,53	2,94	0,41	0,70	0,00	0,00	9,30	0,25	0,29	5,36	
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	
Margarina, sem sal	5	29,66	0,00	0,00	3,35	0,00	12,26	0,00	0,06	0,00	0,00	0,25	
Ovo de galinha inteiro	10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20	
Queijo, minas, frescal	10	26,43	0,32	1,74	2,02	0,00	16,05	0,00	0,69	0,03	0,09	57,93	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	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	

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:			Café da manhã		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CUSCUZ DE ARROZ COM CARNE MOÍDA COM SUCO DE CAJU E MELANCIA									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)	
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	
Caju polpa	30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,24	0,00	35,92	2,12	0,03	0,04	0,25	
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	
Carne moída de 2ª	35	84,70	0,00	8,48	5,40	0,00	0,00	0,00	7,00	2,00	0,98	2,80	
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	100	32,61	8,14	0,88	0,00	0,12	28,50	6,15	9,63	0,10	0,23	7,72	
Alho	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14	
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	
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	
Cebolinha	3	0,59	0,10	0,06	0,01	0,11	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40	
												</	

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO DE MILHO COM LEITE E CAFÉ									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)	
Café, infusão 10%	50	4,54	0,74	0,36	0,03	0,00	0,00	0,00	4,83	0,00	0,00	1,58	
Cereais, milho, flocos, sem sal	30	109,00	24,13	2,06	0,36	0,55	0,00	0,00	4,96	0,10	0,51	0,59	
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	
Farinha de trigo	30	108,14	22,53	2,94	0,41	0,70	0,00	0,00	9,30	0,25	0,29	5,36	
Acerola, polpa congelada	30	6,58	1,66	0,18	0,00	0,21	0,00	186,97	2,60	0,02	0,05	2,28	
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	
Ovo de galinha inteiro	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	120	72,04	5,42	3,86	3,90	0,00	34,12	0,00	12,00	0,48	0,04	135,66	
											</		

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		100				Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI									Frequência:	
9												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	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	50	180,24	37,55	4,90	0,68	1,17	0,00	0,00	15,50	0,41	0,48	8,93	
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	
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	
Ovo de galinha inteiro	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	10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Cenoura	30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,96	252,15	1,54	3,37	0,07	0,06	6,76	

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA - CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		100				Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	VITAMINA COLORIDA E BISCOITO DOCE									Frequência:	
10												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)
Leite de vaca integral		120	72,04	5,42	3,86	3,90	0,00	34,12	0,00	12,00	0,48	0,04	135,66
Banana prata		60	58,95	15,57	0,76	0,04	1,23	1,93	12,95	15,77	0,09	0,23	4,54
Mamão Formosa		30	13,60	3,47	0,24	0,04	0,54	11,10	23,56	5,20	0,02	0,07	7,46
Açúcar cristal		8	30,95	7,97	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,08	0,00	0,01	0,61
Aveia em flocos		10	39,38	6,66	1,39	0,85	0,91	0,00	0,14	11,88	0,26	0,44	4,79
Biscoito doce, maisena		40	177,13	30,09	3,23	4,79	0,84	0,00	2,49	14,86	0,41	0,70	21,78

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:			Café da manhã		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO DE BANANA, COM SUCO DE ACEROLA									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
		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Banana prata		40	39,30	10,38	0,51	0,03	0,82	1,28	8,64	10,52	0,06	0,15	3,03
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
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
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		8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo de galinha inteiro		10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
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
Acerola, polpa congelada		25	5,48	1,39	0,15	0,00	0,18	0,00	155,81	2,16	0,02	0,04	1,90

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:			Café da manhã		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA									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)
Laranja, pêra		100	36,77	8,95	1,04	0,13	0,77	11,21	53,73	8,61	0,06	0,09	21,89
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
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
Ovo de galinha inteiro		10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Margarina, sem sal		10	59,31	0,00	0,00	6,71	0,00	24,51	0,00	0,11	0,00	0,01	0,50
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
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
Goiaba vermelha, polpa		25	8,75	1,75	0,25	0,00	0,25	33,75	5,00	0,00	0,00	0,05	4,25
TOTAL			398,30	72,58	7,58	9,25	1,96	85,88	58,73	25,70	0,62	0,74	74,17

[illegible]

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100				Refeição Servida:		Café da manhã		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO DE TRIGO E IOGURTE									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)
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		50	30,02	2,26	1,61	1,63	0,00	14,22	0,00	5,00	0,20	0,02	56,53
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
Margarina, sem sal		5	29,66	0,00	0,00	3,35	0,00	12,26	0,00	0,06	0,00	0,00	0,25
Ovo de galinha inteiro		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		5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
Iogurte, sabor morango		140	97,39	13,57	3,79	3,26	0,30	37,84	0,00	11,26	0,43	0,00	141,44

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:	100			Refeição Servida:		Café da manhã				
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio: 15	CARDÁPIO:	MANGULÃO COM LEITE COM CAFÉ									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)
Café, infusão 10%	50	4,54	0,74	0,36	0,03	0,00	0,00	0,00	4,83	0,00	0,00	1,58
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
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
Queijo, minas, frescal	10	26,43	0,32	1,74	2,02	0,00	16,05	0,00	0,69	0,03	0,09	57,93
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	10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
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		403.79	53.12	8.44	17.82	0.09	66.58	0.00	23.53	0.74	0.51	245.01

MEC FNDE	DRE ARAGUAÍNA - CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:	Dias de Atendimento:		100				Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	TAPIOCA COM OVO E MARGARINA E LEITE E ACHOCOLATADO									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)
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
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
Achocolatado em pó	10	40,10	9,12	0,42	0,22	0,39	79,59	2,73	7,67	0,10	0,54	4,44
Ovo de galinha inteiro	20	28,62	0,33	2,61	1,78	0,00	15,77	0,00	2,53	0,22	0,31	8,40
Margarina, sem sal	5	29,66	0,00	0,00	3,35	0,00	12,26	0,00	0,06	0,00	0,00	0,25
TOTAL		364,04	59,61	8,07	10,23	0,51	150,25	2,73	27,31	0,92	1,15	196,37

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA - CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		100				Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	IOGURTE COM BISCOITO CREAM CRACKER									Frequência:	
19												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)	
Iogurte, sabor morango	140	97,39	13,57	3,79	3,26	0,30	37,84	0,00	11,26	0,43	0,00	141,44	
Biscoito salgado, cream cracker	50	215,87	34,37	5,03	7,22	1,26	0,00	0,00	19,87	0,57	1,10	10,00	
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	

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA - CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:	100						Refeição Servida:		Café da manhã	
		REFEIÇÃO:										
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	TORTA NUTRITIVA COM SUCO DE ACEROLA									Frequência:	
20		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
Cebola	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
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 pasteurizado	30	18,01	1,36	0,97	0,98	0,00	8,53	0,00	3,00	0,12	0,01	33,92
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
Tomate, extrato	10	6,09	1,50	0,24	0,02	0,28	0,00	1,80	2,93	0,04	0,21	2,91
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	10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Frango, peito, sem pele	50	59,58	0,00	10,76	1,51	0,00	1,00	0,00	15,63	0,33	0,22	3,68
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	30	6,58	1,66	0,18	0,00	0,21	0,00	186,97	2,60	0,02	0,05	2,28
Cenoura	10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,32	84,05	0,51	1,12	0,02	0,02	2,25
Tomate	10	1,53	0,31	0,11	0,02	0,12	4,16	2,12	1,05	0,01	0,02	0,69
Sal	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		404.48	51.92	17.86	13.98	2.02	105.82	192.17	40.94	1.01	1.11	58.91

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:			Café da manhã		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	PÃO QUEIJO COM LEITE ACHOCOLATADO									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)
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
Queijo, minas, frescal		10	26,43	0,32	1,74	2,02	0,00	16,05	0,00	0,69	0,03	0,09	57,93
Leite de vaca integral pasteurizado		180	108,05	8,14	5,80	5,85	0,00	51,17	0,00	18,00	0,72	0,05	203,49
Achocolatado em pó		10	40,10	9,12	0,42	0,22	0,39	79,59	2,73	7,67	0,10	0,54	4,44
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
Ovo de galinha inteiro		10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
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			400,11	52,45	9,43	16,97	0,48	154,69	2,73	29,27	0,96	1,04	281,02

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA - CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO DE CHOCOLATE COM SUCO DE CAJÚ									Frequência:	
22												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	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 pasteurizado	30	18,01	1,36	0,97	0,98	0,00	8,53	0,00	3,00	0,12	0,01	33,92	
Margarina, sem sal	10	59,31	0,00	0,00	6,71	0,00	24,51	0,00	0,11	0,00	0,01	0,50	
Ovo de galinha inteiro	10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20	
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	
Caju polpa	25	9,14	2,34	0,12	0,04	0,20	0,00	29,93	1,77	0,02	0,04	0,21	
Achocolatado em pó	10	40,10	9,12	0,42	0,22	0,39	79,59	2,73	7,67	0,10	0,54	4,44	

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		100				Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO CASSETTE COM LEITE ACHOCOLATADO									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
		(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
Ovo de galinha inteiro		10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Leite de vaca integral pasteurizado		150	90,05	6,78	4,83	4,88	0,00	42,65	0,00	15,00	0,60	0,05	169,58
Achocolatado em pó		10	40,10	9,12	0,42	0,22	0,39	79,59	2,73	7,67	0,10	0,54	4,44
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

[illegible]

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:			Café da manhã		
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BOLO DE ARROZ COM SUCO ABACAXI								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)
Flocos de arroz		40	150,00	34,80	2,68	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,68	12,00
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
Leite de vaca integral pasteurizado		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		5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo de galinha inteiro		10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Queijo, mussarela		10	32,99	0,30	2,26	2,52	0,00	10,90	0,00	2,36	0,35	0,03	87,50
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
Açúcar cristal		25	96,71	24,90	0,08	0,00	0,00	0,00	0,00	0,25	0,00	0,04	1,90
Abacaxi, polpa congelada		25	7,65	1,95	0,12	0,03	0,08	0,00	0,31	2,52	0,02	0,09	3,38
TOTAL			436,86	78,93	9,37	9,69	0,60	27,31	0,31	15,59	0,76	1,20	146,48

[illegible]

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	PÃO COM OVO E LEITE COM ACHOCOLATADO									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	Cálcio Ca
		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Pão de 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
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
Ovo de galinha inteiro		10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Achocolatado em pó		15	60,15	13,68	0,63	0,33	0,58	119,38	4,10	11,51	0,16	0,80	6,66
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

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		100				Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	MINGAU DE FUBA									Frequência:	
29												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)	
Milho fubá	40	141,39	31,55	2,89	0,76	1,89	0,00	0,00	16,49	0,44	0,34	1,07	
Leite de vaca integral pasteurizado	200	120,06	9,04	6,44	6,50	0,00	56,86	0,00	20,00	0,80	0,06	226,10	
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	

MEC FNDE		DRE ARAGUAÍNA- CARDÁPIOS CAFÉ DA MANHÃ - ESCOLAS PERÍODO INTEGRAL - 2º SEMESTRE 2018										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:		Café da manhã			
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	PÃO PIZZA COM LEITE COM CAFÉ									Frequência:	
30												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)	
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	
Pão de 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	
Apresuntado	15	19,33	0,43	2,02	1,00	0,00	0,00	0,00	2,29	0,25	0,13	3,39	
Queijo, mussarela	15	49,48	0,46	3,40	3,78	0,00	16,35	0,00	3,54	0,53	0,05	131,26	
Orégano	1	3,06	0,64	0,11	0,10	0,43	3,45	0,50	2,70	0,04	0,44	15,76	
Café, infusão 10%	50	4,54	0,74	0,36	0,03	0,00	0,00	0,00	4,83	0,00	0,00	1,58	
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	
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	