

Formulário 1 - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:			Café da manhã				
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - BEIJU COM MARGARINA, CREME DE ACEROLA E MAÇA								Frequência:	
1											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)
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	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
Maça Fuji	100	55,52	15,15	0,29	0,00	1,35	2,71	2,41	2,04	0,00	0,09	1,92
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
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
TOTAL		359,52	65,73	3,86	9,96	1,62	55,65	158,22	16,06	0,42	0,39	129,09

MEC FNDE		Formulário 1 - Cardápio CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:				Café da manhã					
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - BISCOITO DOCE DE POLVILHO E SUCO DE ACEROLA									Frequência:	
4												1	
			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)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
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		30	116,05	29,88	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,05	2,28
Coco		3	12,19	0,31	0,11	1,26	0,16	0,00	0,07	1,54	0,03	0,05	0,19
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
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
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
TOTAL			347,98	66,45	1,83	8,87	0,43	46,42	155,88	7,04	0,15	0,50	19,99

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:				Café da manhã					
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - MANGULÃO E SUCO DE CAJU								Frequência:		
5											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)
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
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
Fermento em pó químico		1,5	1,35	0,66	0,01	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
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
TOTAL			320,46	53,13	3,39	10,95	0,30	23,93	29,93	5,51	0,16	0,51	74,44

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:			Dias de Atendimento:					Refeição Servida:		Almoço		
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - BIFE ACEBOLADO, ARROZ, FEIJÃO E SALADA DE CENOURA E BETERRABA RALADAS									Frequência:	
6		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	60	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Beterraba	20	9,77	2,22	0,39	0,02	0,67	0,76	0,62	4,89	0,10	0,06	3,62
Carne, bovina, coxão mole	70	118,35	0,00	14,86	6,09	0,00	1,83	0,00	14,50	1,84	1,32	2,09
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	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51
Feijão carioca	20	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51
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
TOTAL		490,37	64,17	24,03	14,60	6,17	170,88	2,50	82,87	3,33	3,45	38,36

MEC FNDE		Formulário 1 - Cardápio CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:			Almoço				
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - CARNE DE PANELA, ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE CENOURA E BANANA								Frequência:	
7											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	60	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
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
Carne, bovina, acém	70	100,82	0,00	14,57	4,28	0,00	1,52	0,00	9,29	3,65	1,06	3,30
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	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Farinha de mandioca torrada	20	73,05	17,84	0,25	0,06	1,31	0,00	0,00	8,00	0,07	0,24	15,11
Feijão carioca	20	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51
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
TOTAL		635,23	105,89	24,92	12,91	8,88	173,03	24,11	107,56	5,26	3,76	60,21

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		Almoço			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - FRANGO ASSADO COM ERVAS, ARROZ, FEIJÃO E SALADA DE REPOLHO E TOMATE									Frequência:	
8												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	60	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65	
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	
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60	
Feijão carioca	20	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51	
Frango, coxa e sobrecoxa, com pele	70	145,60	0,00	11,41	10,75	0,00	5,95	0,00	16,80	1,16	0,49	5,25	
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	
Orégano	0,2	0,61	0,13	0,02	0,02	0,09	0,69	0,10	0,54	0,01	0,09	3,15	
Repolho branco	10	1,71	0,39	0,09	0,01	0,19	0,00	1,87	0,85	0,02	0,02	3,45	
Salsa	0,2	0,07	0,01	0,01	0,00	0,00	0,05	0,10	0,04	0,00	0,01	0,36	
Tomate	15	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04	
TOTAL		505,78	61,38	20,22	19,28	5,30	13,13	6,66	81,31	2,55	2,67	42,71	

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:				Almoço				
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO: HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - FRANGO AO MOLHO DE TOMATE, ARROZ, FEIJÃO, CENOURA COZIDA E MELANCIA									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)
Arroz, tipo 1	60	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65
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
Cenoura	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51
Colorau	0,3	1,00	0,23	0,02	0,00	0,01	0,18	0,02	0,00	0,00	0,02	0,36
Feijão carioca	20	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51
Frango, inteiro, com pele	70	158,42	0,00	11,51	12,11	0,00	4,90	0,00	17,01	0,79	0,44	4,41
Melancia	200	65,21	16,28	1,77	0,00	0,25	57,00	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
Tomate	20	3,07	0,63	0,22	0,03	0,23	8,33	4,24	2,11	0,03	0,05	1,39
TOTAL		589,18	78,92	22,27	20,64	5,95	238,70	18,34	101,63	2,39	3,02	53,96

Formulário 1 - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:				Almoço					
REFEIÇÃO:													
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - GALINHADA, FEIJÃO E SALADA DE ALFACE E TOMATE									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)	
Arroz, tipo 1	60	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65	
Açafrão	0,3	0,93	0,20	0,03	0,02	0,01	0,08	0,24	0,79	0,00	0,03	0,33	
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	
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	
Cenoura	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51	
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60	
Feijão carioca	20	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51	
Frango, coxa e sobrecoxa, com pele	80	166,40	0,00	13,04	12,28	0,00	6,80	0,00	19,20	1,32	0,56	6,00	
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	
Tomate	15	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04	
TOTAL		533,33	62,82	22,21	20,84	5,90	181,42	7,99	86,22	2,77	2,77	44,08	

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:			Lanche				
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - ROSCA COM MARGARINA E VITAMINA DE BANANA								Frequência:	
11											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)
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
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
Coco	3	12,19	0,31	0,11	1,26	0,16	0,00	0,07	1,54	0,03	0,05	0,19
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 biológico tablete	1,5	1,35	0,12	0,25	0,02	0,06	0,00	0,00	0,58	0,16	0,04	0,27
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, sem sal	20	118,63	0,00	0,00	13,42	0,00	49,02	0,00	0,23	0,00	0,02	0,99
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
TOTAL		545,66	86,01	10,15	19,45	3,21	88,54	21,66	52,56	1,18	1,09	135,32

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:				Lanche				
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - BOLO MOLE E SUCO DE ACEROLA								Frequência:	
12											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)
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	30	116,05	29,88	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,05	2,28
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	40	144,19	30,04	3,92	0,55	0,94	0,00	0,00	12,40	0,33	0,38	7,15
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
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
Queijo, minas, frescal	3	7,93	0,10	0,52	0,61	0,00	4,82	0,00	0,21	0,01	0,03	17,38
TOTAL		398,86	67,79	6,94	11,52	1,38	42,50	156,15	21,23	0,60	0,76	58,35

Formulário 1 - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			Refeição Servida:			Lanche				
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - TAPIOCA COM QUEIJO E TOMATE E SUCO DE ABACAXI								Frequência:	
13											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)
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
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, 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
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, mussarela	10	32,99	0,30	2,26	2,52	0,00	10,90	0,00	2,36	0,35	0,03	87,50
Tomate	15	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04
TOTAL		281,42	47,40	2,75	9,28	0,35	41,65	3,49	8,31	0,39	0,38	104,15

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:			Lanche					
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - BOLO DE MANDIOCA E LEITE COM CAFÉ								Frequência:	
14											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	20	77,37	19,92	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,03	1,52
Café, infusão 10%	3	0,27	0,04	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,29	0,00	0,00	0,09
Coco	3	12,19	0,31	0,11	1,26	0,16	0,00	0,07	1,54	0,03	0,05	0,19
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
Fermento em pó químico	1,5	1,35	0,66	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Leite de vaca integral pasteurizado	140	84,04	6,33	4,51	4,55	0,00	39,80	0,00	14,00	0,56	0,04	158,27
Mandioca	40	60,57	14,47	0,45	0,12	0,75	0,40	6,61	17,80	0,08	0,11	6,08
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
Queijo, minas, frescal	5	13,21	0,16	0,87	1,01	0,00	8,03	0,00	0,34	0,01	0,05	28,96
TOTAL		394,72	57,08	9,30	14,81	1,38	80,62	6,69	41,76	0,96	0,64	203,39

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		CARDÁPIOS 1º SEMESTRE 2019 - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:			Lanche					
REFEIÇÃO:												
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	HIPERTENSÃO - SEM ADIÇÃO DE SAL - BOLO DE FUBÁ CREMOSO E SUCO DE CAJU								Frequência:	
15											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
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
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
Fermento em pó químico	1,5	1,35	0,66	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Leite de vaca integral pasteurizado	20	12,01	0,90	0,64	0,65	0,00	5,69	0,00	2,00	0,08	0,01	22,61
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
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
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	5	13,21	0,16	0,87	1,01	0,00	8,03	0,00	0,34	0,01	0,05	28,96
TOTAL		361,50	60,75	7,82	10,33	2,56	46,10	29,93	28,29	0,83	0,80	61,88