

MEC FNDE		SECRETARIA DA EDUCAÇÃO - INTERMUNICÍPIO DE TOCANTINS (CARDÁPIO DOENÇA CELIACA) REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GURUPI) 15 CARDÁPIOS semestre e ano do planejamento)								DIRETORIA de Alimentação Escolar (Identificar o local escolar.)		SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:							Refeição Servida:	Café da manhã			
N.º do Cardápio: 1	CARDÁPIO:	CUSCUZ TEMPERADO E SUCO DE ACEROLA									Frequência: 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	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14	
Açerola, polpa congelada	20	4,39	1,11	0,12	0,00	0,14	0,00	124,65	1,73	0,01	0,03	1,52	
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	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28	
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	
Cenoura	8	2,73	0,61	0,11	0,01	0,25	67,24	0,41	0,90	0,02	0,01	1,80	
Carne, bovina, acém	50	72,01	0,00	10,41	3,06	0,00	1,09	0,00	6,64	2,61	0,76	2,36	
Flocos de milho	40	144,80	30,40	3,28	1,44	2,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Margarina, com sal	5	29,72	0,00	0,00	3,36	0,00	19,27	0,00	0,06	0,00	0,00	0,23	
TOTAL		314,44	47,62	14,11	7,89	3,47	87,69	126,10	10,42	2,66	0,85	9,06	

[illegible][illegible]

Formulário I - Cardápio

[illegible]

MEC FNDE		(CARDÁPIO DOENÇA CELIACA - 1º SEMESTRE/2020 REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GURUPI) 15 CARDÁPIOS							DIRETORIA (Identificar unidade escolar.				SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:			Café da manhã			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:		PÃO DE QUEIJO E LEITE ACHOCOLATADO								Frequência:		
5												1		
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)		
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)		
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		
Fécula de mandioca	50	165,43	40,57	0,26	0,14	0,32	0,00	0,00	1,51	0,00	0,05	5,94		
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	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	8	11,45	0,13	1,04	0,71	0,00	6,31	0,00	1,01	0,09	0,13	3,36		
Queijo, minas, frescal	20	52,85	0,65	3,48	4,04	0,00	32,10	0,00	1,38	0,06	0,19	115,85		
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		374,06	54,99	8,43	13,36	0,71	146,42	2,73	21,57	0,65	0,93	242,65		

MEC FNDE	(CARDÁPIO DOENÇA CELIACA - 1º SEMESTRE/2020 REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GURUPI) 15 CARDÁPIOS	DIRETORIA <i>(Identificar unidade escolar.)</i>	SEDUC-TO									
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0									
		Refeição Servida:	Café da manhã									
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	ARROZ CARRETEIRO, FEIJÃO, SALADA CRUA (ALFACE, PEPINO E TOMATE) E BANANA									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)
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
Alho	3	3,39	0,72	0,21	0,01	0,13	0,29	0,94	0,64	0,02	0,02	0,41
Cebola	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	8	70,72	0,00	0,00	8,00	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
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
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
Alface crespa	20	2,14	0,34	0,27	0,03	0,37	0,00	3,12	2,19	0,05	0,08	7,60
Pepino	15	1,43	0,31	0,13	0,00	0,17	3,23	0,75	1,40	0,02	0,02	1,44
Tomate	15	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04
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		764,56	108,55	25,55	26,42	8,83	14,57	41,14	117,91	4,34	3,75	61,33

Formulário I - Cardápio

[illegible]

MEC FNDE		(CARDÁPIO DOENÇA CELIACA - 1º SEMESTRE/2020 REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GURUPI) 15 CARDÁPIOS							DIRETORIA (Identificar unidade escolar.			SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		g)Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:			Almoço		
N.º do Cardápio:											1		
8		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, BATATA AO MOLHO, VINAGRETE E MEXERICA								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)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11	
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	
Alho	3	3,39	0,72	0,21	0,01	0,13	0,29	0,94	0,64	0,02	0,02	0,41	
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40	
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	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
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	
Carne, bovina, acém	80	115,22	0,00	16,65	4,89	0,00	1,74	0,00	10,62	4,17	1,21	3,77	
Tomate, molho industrializado	5	1,92	0,39	0,07	0,05	0,16	0,87	0,14	0,84	0,01	0,08	0,59	
Batata inglesa	40	25,75	5,88	0,71	0,00	0,47	0,07	12,43	5,83	0,10	0,14	1,42	
Limão, tahiti	3	0,95	0,33	0,03	0,00	0,04	0,00	1,15	0,29	0,01	0,01	1,53	
Pimentão verde	10	2,13	0,49	0,11	0,02	0,26	1,85	10,02	0,78	0,01	0,04	0,88	
Tomate	20	3,07	0,63	0,22	0,03	0,23	8,33	4,24	2,11	0,03	0,05	1,39	
Vinagre	3	0,54	0,00	0,00	0,00	0,00	1,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Mexerica	150	86,39	22,29	1,33	0,20	4,61	51,12	32,69	18,46	0,15	0,10	49,61	
TOTAL		634,23	99,77	28,66	13,76	11,00	65,58	63,52	107,15	5,97	3,87	91,30	

MEC FNDE		(CARDÁPIO DOENÇA CELÍACA - 1º SEMESTRE/2020 REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GRUPO) 15 CARDÁPIOS							DIRETORIA			SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		g/Dias de Atendimento:			0			(Identificar unidade escolar.			Refeição Servida:		Almoço	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:		GALINHADA, FEIJÃO, SALADA (ALFACE, REPOLHO E TOMATE) E BANANA								Frequência:		
9												1		
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboídratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)		
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)		
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11		
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		
Alho	3	3,39	0,72	0,21	0,01	0,13	0,29	0,94	0,64	0,02	0,02	0,41		
Cebola	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	8	70,72	0,00	0,00	8,00	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		
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,	100	208,00	0,00	16,30	15,35	0,00	8,50	0,00	24,00	1,65	0,70	7,50		
Alface crespa	20	2,14	0,34	0,27	0,03	0,37	0,00	3,12	2,19	0,05	0,08	7,60		
Repolho branco	15	2,57	0,58	0,13	0,02	0,28	0,00	2,81	1,28	0,02	0,02	5,18		
Tomate	15	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04		
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		

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		Formulário 1 - Cardápio						DIRETORIA			SEDUC-TO	
		(CARDÁPIO DOENÇA CELÍACA - 1º SEMESTRE/2020 REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GURUPI) 15 CARDÁPIOS						/(Identificar unidade escolar.				
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:			Almoço	
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJAO COM ABOBORA, ISCAS DE CARNE ACEBOLADA, SALADA COZIDA (BETERRABA E CHUCHU) E SUCO DE ACEROLA									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	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
Alho	3	3,39	0,72	0,21	0,01	0,13	0,29	0,94	0,64	0,02	0,02	0,41
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
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	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
Carne, bovina, patinho	80	106,78	0,00	17,38	3,61	0,00	1,21	0,00	16,98	3,58	1,42	2,64
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
Beterraba	15	7,32	1,67	0,29	0,01	0,51	0,57	0,47	3,67	0,08	0,05	2,72
Chuchu	15	2,55	0,62	0,10	0,01	0,19	0,00	1,59	1,08	0,02	0,03	1,73
Acerola, polpa congelada	20	4,39	1,11	0,12	0,00	0,14	0,00	124,65	1,73	0,01	0,03	1,52
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		581,94	89,13	27,73	12,25	6,48	2,07	129,76	90,06	5,23	3,76	44,34

MEC FNDE		(CARDÁPIO DOENÇA CELÍACA - 1º SEMESTRE/2020 REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GURUPI) 15 CARDÁPIOS							DIRETORIA (Identificar unidade escolar.			SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:			Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BISCOITO DE POLVILHO E VITAMINA DE BANANA E MAMÃO								Frequência:		
11											1		
Nome do Alimento		Per Capita	Calorias Kcal	Carboídratos CHO	Proteínas PTN	Lípídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)
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
Banana prata		30	29,47	7,79	0,38	0,02	0,61	0,96	6,48	7,89	0,04	0,11	2,27
Biscoito, polvilho doce		40	175,02	32,21	0,52	4,90	0,46	15,03	0,00	2,34	0,06	0,71	12,18
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
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
TOTAL			336,15	62,93	4,41	8,21	1,62	55,53	30,04	25,57	0,52	0,95	136,10

MEC FNDE		(CARDÁPIO DOENÇA CELÍACA - 1º SEMESTRE/2020 REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GURUPI) 15 CARDÁPIOS							DIRETORIA (Identificar unidade escolar.			SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		g)Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:			Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BISCOITO PÉ RACHADO E LEITE ACHOCOLATADO								Frequência:		
12	Per Capita		Calorias	Carboidratos	Proteínas	Lípidios	Fibra	Vitamina	Vitamina	Magnésio	Zinco	Ferro	Cálcio
Nome do Alimento		(g)	Kcal	CHO	PTN	LIP	Alimentar	A	C	Mg	Zn	Fe	Ca
		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
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
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		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		8	11,45	0,13	1,04	0,71	0,00	6,31	0,00	1,01	0,09	0,13	3,36
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
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE						(CARDÁPIO DOENÇA CELÍACA - 1º SEMESTRE/2020 REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GURUPI) 15 CARDÁPIOS							DIRETORIA SEDUC-TO		
Nº de Alunos:						0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Lanche	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:		FAROFA DE CARNE MOÍDA E MEXERICA								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	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14			
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28			
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			
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Cenoura	10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,32	84,05	0,51	1,12	0,02	0,02	2,25			
Couve manteiga	5	1,35	0,22	0,14	0,03	0,16	0,00	4,83	1,73	0,02	0,02	6,54			
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 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			
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			
Mexerica	150	86,39	22,29	1,33	0,20	4,61	51,12	32,69	18,46	0,15	0,10	49,61			
TOTAL		356,82	59,51	9,51	10,00	7,81	135,27	39,08	44,26	2,07	1,49	93,03			

MEC FNDE		(CARDÁPIO DOENÇA CELÍACA - 1º SEMESTRE/2020 REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GURUPI) 15 CARDÁPIOS							DIRETORIA			SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:			Lanche		
N.º do Cardápio:											Frequência:		
14		CARDÁPIO:	FAROFA DE FRANGO E LARANJA								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)	(µg)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Alho	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14	
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28	
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	
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11	
Cenoura	10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,32	84,05	0,51	1,12	0,02	0,02	2,25	
Couve manteiga	5	1,35	0,22	0,14	0,03	0,16	0,00	4,83	1,73	0,02	0,02	6,54	
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	
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	
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	
Laranja, péra	150	55,16	13,42	1,57	0,19	1,15	16,82	80,60	12,92	0,09	0,14	32,83	
TOTAL		315,68	51,29	13,36	6,93	4,39	102,23	87,79	51,00	0,64	1,01	78,64	

MEC FNDE		(CARDÁPIO DOENÇA CELÍACA - 1º SEMESTRE/2020 REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE GURUPI/15 CARDÁPIOS							DIRETORIA (Identificar unidade escolar.			SEDUC-TO			
Nº de Alunos:		g) Dias de Atendimento:			0				Refeição Servida:		Lanche				
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:									FEIJÃO TROPEIRO E BANANA			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	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14			
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28			
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			
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			
Couve manteiga	5	1,35	0,22	0,14	0,03	0,16	0,00	4,83	1,73	0,02	0,02	6,54			
Farinha de mandioca torrada	30	109,58	26,76	0,37	0,09	1,96	0,00	0,00	12,00	0,11	0,36	22,66			
Feijão fradinho	15	50,87	9,19	3,03	0,35	3,54	0,00	0,00	26,76	0,58	0,77	11,63			
Linguiça Mista	20	79,20	0,54	2,76	7,25	0,00	0,00	0,00	2,40	0,37	0,23	2,00			
Bacon	10	59,25	0,00	1,15	6,03	0,00	0,00	0,00	0,36	0,02	0,04	0,24			
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		450,40	76,19	9,51	13,86	8,83	4,91	38,26	83,63	1,34	2,02	56,43			

Formulário I - Cardápio

[illegible][illegible][illegible]

Formulário I - Cardápio

[illegible][illegible][illegible]

Formulário I - Cardápio

[illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible]

[illegible][illegible]

Formulário I - Cardápio

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible]

Formulário I - Cardápio

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

Formulário I - Cardápio

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

[illegible][illegible]

Formulário I - Cardápio

[illegible][illegible]