

N.º do Cardápio:		PÃO COM CARNE E SUCO DE ABACAXI											Frequência:	
1		CARDÁPIO:											1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboídratos 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		
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		
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		
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		
Óleo de soja	3	26,52	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
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		
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		

MEC	FOME DA UNIDADE CARDÁPIO - 1º SEMESTRE DE 2021 HIPERTENSÃO							SEDUC-TO				
FNDE	Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)											
N° de Alunos:	Dias de Atendimento:		0		Refeição Servida:		Café da manhã					
N.º do Cardápio: 2	CARDÁPIO:	BEIJÚ COM VITAMINA DE BANANA						Frequência: 1				
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
Polvillo doce	50	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00	0,26	13,71
Manteiga, sem sal	3	22,73	0,00	0,01	2,58	0,00	30,39	0,00	0,04	0,00	0,00	0,11
Sal	0,3	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
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		366,98	70,93	6,07	7,51	1,75	75,61	17,27	38,12	0,72	0,60	189,44

[illegible]

MEC FNDE		PLANEJAMENTO (insira o nome da Unidade escolar) - 1º SEMESTRE DE 2021 HIPERTENSÃO							SEDUC-TO				
Nº de Alunos:		Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)					SEDUC-TO						
N.º do Cardápio:		FAROFA CARNE E COUVE COM UMA FATIA DE ABACAXI											
10		FAROFA CARNE E COUVE COM UMA FATIA DE ABACAXI											
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
Alho	(g) 1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14	
Carne, bovina, músculo	30	42,47	0,00	6,47	1,65	0,00	0,57	0,00	5,24	1,10	0,56	1,09	
Couve manteiga	10	2,71	0,43	0,29	0,05	0,31	0,00	9,67	3,47	0,04	0,05	13,09	
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	
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, dietético	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Abacaxi	100	48,32	12,33	0,86	0,12	0,99	2,83	34,62	18,44	0,14	0,26	22,43	
									</				

[illegible]

[illegible]

MEC FNDE		PLANEJAMENTO (Insira o nome da Unidade escolar) - 1º SEMESTRE DE 2021 HIPERTENSÃO							SEDUC-TO				
Nº de Alunos:		Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)											
N.º do Cardápio:		Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)							Refeição Servida:				
15		0 Dias de Atendimento:							0				
CARDÁPIO:		BOLO DE MILHO COM SUCO DE GOIABA											
Nome do Alimento		Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
Açúcar cristal		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Farinha de trigo		20	77,37	19,92	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,03	1,52
Fermento em pó químico		30	108,14	22,53	2,94	0,41	0,70	0,00	0,00	9,30	0,25	0,29	5,36
Leite de vaca, integral		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		40	24,01	1,81	1,29	1,30	0,00	11,37	0,00	4,00	0,16	0,01	45,22
Ovo de galinha inteiro		5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Goiaba vermelha, polpa		12	17,17	0,20	1,56	1,07	0,00	9,46	0,00	1,52	0,13	0,19	5,04
Milho verde		30	10,50	2,10	0,30	0,00	0,30	40,50	6,00	0,00	0,00	0,06	5,10
		30	41,45	8,57	1,98	0,18	1,18	0,00	0,00	9,77	0,16	0,12	0,48

Faixa Etária :
Zona: (urbana e Rural)

SEDUC-TO

[illegible]