

[illegible][illegible]


Andréia de Sousa Ferreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4

Formulário 1 - Cardápio

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | SEDUC-TO | | |
|------------------|------------|--|---|------------------|----------------|--------------------|---------------|-------------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--|
| Nº de Alunos: | | Dias de Atendimento: | | | 0 | | | Refeição Servida: | | Lanche | | | |
| N.º do Cardápio: | | CARDÁPIO: | BAIÃO DE TRÊS COM SALADA ALFACE, TOMATE) E LARANJA. | | | | | | | | | Frequência: | |
| 8 | | | | | | | | | | | | 1 | |
| Nome do Alimento | Per Capita | Calorias Kcal | Carbohidratos CHO | Proteínas PTN | Lípidos 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 | 1 | 1,13 | 0,24 | 0,07 | 0,00 | 0,04 | 0,10 | 0,31 | 0,21 | 0,01 | 0,01 | 0,14 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Sal | 1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | |
| 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 | 3 | 1,26 | 0,21 | 0,08 | 0,02 | 0,04 | 0,00 | 0,95 | 0,74 | 0,01 | 0,02 | 2,40 | |
| Linguiça Mista | 100 | 396,00 | 2,70 | 13,80 | 36,25 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 12,00 | 1,87 | 1,13 | 10,00 | |
| 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 | |
| Alface crespa | 8 | 0,85 | 0,14 | 0,11 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 1,25 | 0,88 | 0,02 | 0,03 | 3,04 | |
| Tomate | 10 | 1,53 | 0,31 | 0,11 | 0,02 | 0,12 | 4,16 | 2,12 | 1,05 | 0,01 | 0,02 | 0,69 | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | </ | | | | | | | | | | | | |

Andréia de Sousa Perreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4

Formulário I - Cardápio

[illegible]

Andréa de Sousa Ferreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4

Formulário I - Cardápio

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|-----------------------------|------------|--|---|------------------|-----------------|--------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|---------------------|---------------------|----------------------|--|
| Nº de Alunos: | | q) Dias de Atendimento: | | | | 0 | | | | Refeição Servida: | | Lanche | |
| N.º do Cardápio: | | CARDÁPIO: | FAROFA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA BANANA. | | | | | | | | | Frequência: | |
| 12 | | | | | | | | | | | | 1 | |
| Nome do Alimento | Per Capita | Calorias Kcal | Carboidratos 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) | |
| 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 | |
| Alho | 1 | 1,13 | 0,24 | 0,07 | 0,00 | 0,04 | 0,10 | 0,31 | 0,21 | 0,01 | 0,01 | 0,14 | |
| 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 | |
| Carne moída de 2ª | 60 | 145,20 | 0,00 | 14,53 | 9,25 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 12,00 | 3,43 | 1,69 | 4,80 | |
| Cenoura | 10 | 3,41 | 0,77 | 0,13 | 0,02 | 0,32 | 84,05 | 0,51 | 1,12 | 0,02 | 0,02 | 2,25 | |
| 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 | |
| Cebola | 4 | 1,58 | 0,35 | 0,07 | 0,00 | 0,09 | 0,00 | 0,19 | 0,48 | 0,01 | 0,01 | 0,56 | |
| 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 | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Andréia de Sousa Ferreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFINSONO LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | SEDUC-TO | | |
|------------------------|-----|--|--|------------------|---------------|--------------|-----------------|-------------------|------------|-------------|------------------|----------|-----------|
| Nº de Alunos: | | 0) Dias de Atendimento: | | | 0 | | | Refeição Servida: | | Lanche | | | |
| N.º do Cardápio: 13 | | CARDÁPIO: | ARROZ, PICADINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA E BANANA. | | | | | | | | 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) |
| Alho | 1 | 1,13 | 0,24 | 0,07 | 0,00 | 0,04 | 0,10 | 0,31 | 0,21 | 0,01 | 0,01 | 0,14 | |
| Arroz, tipo 1 | 80 | 286,23 | 63,01 | 5,73 | 0,27 | 1,31 | 0,00 | 0,00 | 24,31 | 0,98 | 0,54 | 3,53 | |
| Cebola | 4 | 1,58 | 0,35 | 0,07 | 0,00 | 0,09 | 0,00 | 0,19 | 0,48 | 0,01 | 0,01 | 0,56 | |
| 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 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Pimentão verde | 2 | 0,43 | 0,10 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,37 | 2,00 | 0,16 | 0,00 | 0,01 | 0,18 | |
| 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 | |
| Colorau | 1 | 3,34 | 0,78 | 0,07 | 0,00 | 0,05 | 0,60 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,06 | 1,20 | |
| 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 | |
| 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 | | 740,00 | 106,49 | 32,48 | 20,80 | 4,86 | 5,92 | 41,81 | 88,00 | 6,98 | 4,09 | 27,25 | |

| MEC | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 | | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|---------------------|---|--|------------------|---------------|--------------|-----------------|------------|-------------------|-------------|----------|-----------------|-----------|
| FNDE | Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II e ensino médio) | | | | | | | | | | | |
| Nº de Alunos: | 0 Dias de Atendimento: | | | | 0 | | | Refeição Servida: | | Lanche | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| N.º do Cardápio: | CARDÁPIO: | ARROZ, STROGONOFF DE CARNE E SALADA (REPOLHO E TOMATE) | | | | | | | | | 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) |
| Arroz, tipo 1 | 80 | 286,23 | 63,01 | 5,73 | 0,27 | 1,31 | 0,00 | 0,00 | 24,31 | 0,98 | 0,54 | 3,53 |
| Alho | 1 | 1,13 | 0,24 | 0,07 | 0,00 | 0,04 | 0,10 | 0,31 | 0,21 | 0,01 | 0,01 | 0,14 |
| Tomate | 8 | 1,23 | 0,25 | 0,09 | 0,01 | 0,09 | 3,33 | 1,70 | 0,84 | 0,01 | 0,02 | 0,56 |
| 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 | 3 | 1,26 | 0,21 | 0,08 | 0,02 | 0,04 | 0,00 | 0,95 | 0,74 | 0,01 | 0,02 | 2,40 |
| Carne, bovina, acém | 100 | 144,03 | 0,00 | 20,82 | 6,11 | 0,00 | 2,17 | 0,00 | 13,28 | 5,21 | 1,51 | 4,72 |
| Milho verde | 8 | 11,05 | 2,28 | 0,53 | 0,05 | 0,31 | 0,00 | 0,00 | 2,61 | 0,04 | 0,03 | 0,13 |
| 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 |
| Sal | 1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Pimentão verde | 2 | 0,43 | 0,10 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,37 | 2,00 | 0,16 | 0,00 | 0,01 | 0,18 |
| Repolho branco | 12 | 2,05 | 0,46 | 0,11 | 0,02 | 0,23 | 0,00 | 2,25 | 1,02 | 0,02 | 0,02 | 4,15 |
| Cebola | 4 | 1,58 | 0,35 | 0,07 | 0,00 | 0,09 | 0,00 | 0,19 | 0,48 | 0,01 | 0,01 | 0,56 |
| | 4 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL | | 478,85 | 67,69 | 27,56 | 9,48 | 2,21 | 6,57 | 7,47 | 43,64 | 6,29 | 2,23 | 17,54 |

Andréia de Sousa Ferreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4

Formulário I - Cardápio

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFINSONO LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|-------------------------|------------|--|---|---------------|--------------|-----------------|------------|-------------------|-------------|----------|-------------|-----------|
| Nº de Alunos: | | 0 Dias de Atendimento: | | | 0 | | | Refeição Servida: | | | Lanche | |
| N.º do Cardápio: | | CARDÁPIO: | ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO E SALADA (TOMATE, ALFACE) | | | | | | | | Frequência: | |
| 17 | | | | | | | | | | | 1 | |
| Nome do Alimento | Per Capita | Calorias Kcal | Carbohidratos 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 |
| Alface lisa | 8 | 1,11 | 0,19 | 0,14 | 0,01 | 0,19 | 0,00 | 1,71 | 0,73 | 0,03 | 0,05 | 2,20 |
| 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 | 3 | 1,26 | 0,21 | 0,08 | 0,02 | 0,04 | 0,00 | 0,95 | 0,74 | 0,01 | 0,02 | 2,40 |
| Frango, peito, com pele | 100 | 149,47 | 0,00 | 20,78 | 6,73 | 0,00 | 4,00 | 0,00 | 28,29 | 0,60 | 0,44 | 8,42 |
| Milho verde | 8 | 11,05 | 2,28 | 0,53 | 0,05 | 0,31 | 0,00 | 0,00 | 2,61 | 0,04 | 0,03 | 0,13 |
| 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 |
| Sal | 1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Pimentão verde | 2 | 0,43 | 0,10 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,37 | 2,00 | 0,16 | 0,00 | 0,01 | 0,18 |
| Tomate | 12 | 1,84 | 0,38 | 0,13 | 0,02 | 0,14 | 5,00 | 2,55 | 1,26 | 0,02 | 0,03 | 0,83 |
| Cebola | 4 | 1,58 | 0,35 | 0,07 | 0,00 | 0,09 | 0,00 | 0,19 | 0,48 | 0,01 | 0,01 | 0,56 |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL | | 197,72 | 4,54 | 21,87 | 9,84 | 0,90 | 10,06 | 7,78 | 34,47 | 0,71 | 0,65 | 16,05 |

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 | | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|-------------------|------------|--|--|---------------|--------------|-----------------|------------|-------------------|-------------|----------|----------|-------------|--|
| | | Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | | | |
| Nº de Alunos: | | 0 Dias de Atendimento: | | | 0 | | | Refeição Servida: | | | Lanche | | |
| N.º do Cardápio: | | CARDÁPIO: | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA DOCE E SALADA (ALFACE, REPOLHO). | | | | | | | | | Frequência: | |
| 18 | | | | | | | | | | | | 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 | |
| Arroz, tipo 1 | 80 | 286,23 | 63,01 | 5,73 | 0,27 | 1,31 | 0,00 | 0,00 | 24,31 | 0,98 | 0,54 | 3,53 | |
| 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 | |
| Batata doce | 30 | 35,47 | 8,46 | 0,38 | 0,04 | 0,77 | 236,10 | 4,94 | 5,07 | 0,06 | 0,12 | 6,33 | |
| Alface lisa | 8 | 1,11 | 0,19 | 0,14 | 0,01 | 0,19 | 0,00 | 1,71 | 0,73 | 0,03 | 0,05 | 2,20 | |
| 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 | |
| Sal | 1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | |
| 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 | |
| Cebola | 3 | 1,18 | 0,27 | 0,05 | 0,00 | 0,07 | 0,00 | 0,14 | 0,36 | 0,01 | 0,01 | 0,42 | |
| 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 | 2 | 0,84 | 0,14 | 0,05 | 0,01 | 0,02 | 0,00 | 0,64 | 0,49 | 0,01 | 0,01 | 1,60 | |
| Pimentão verde | 2 | 0,43 | 0,10 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,37 | 2,00 | 0,16 | 0,00 | 0,01 | 0,18 | |
| 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 | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | </ | | | | | | | | | | | | |

Andréia de Sousa Perreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFINSON LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|--------------------------|------------|---|------------------------------------|---------------|--------------|-----------------|------------|-------------------|-------------|----------|-------------|-----------|
| Nº de Alunos: | | 0 Dias de Atendimento: | | | 0 | | | Refeição Servida: | | Lanche | | |
| N.º do Cardápio: | | CARDÁPIO: | BOLO DE MANDIOCA E SUCO DE ACEROLA | | | | | | | | 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) |
| 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 |
| 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 |
| 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 | 15 | 54,07 | 11,26 | 1,47 | 0,21 | 0,35 | 0,00 | 0,00 | 4,65 | 0,12 | 0,14 | 2,68 |
| Fermento em pó químico | 2 | 1,79 | 0,88 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| 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 |
| Mandioca | 40 | 60,57 | 14,47 | 0,45 | 0,12 | 0,75 | 0,40 | 6,61 | 17,80 | 0,08 | 0,11 | 6,08 |
| 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, 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 |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL | | 365,12 | 60,94 | 6,94 | 11,12 | 1,44 | 38,55 | 162,50 | 33,41 | 0,59 | 0,66 | 131,78 |

[illegible]

Andréia de Sousa Pereira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4


[illegible]

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL - 1º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | SEDUC-TO | | |
|------------------------------------|--|---|--|------------------|---------------|--------------|-----------------|--------------|-------------------|---------------|------------------|-------------|--------------|
| Nº de Alunos: | | 0 Dias de Atendimento: | | | | 0 | | | Refeição Servida: | | Lanche | | |
| N.º do Cardápio: <div>22</div> | | CARDÁPIO: | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO, SALADA (ALFACE, TOMATE). | | | | | | | | 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) |
| Arroz, tipo 1 | | 80 | 286,23 | 63,01 | 5,73 | 0,27 | 1,31 | 0,00 | 0,00 | 24,31 | 0,98 | 0,54 | 3,53 |
| 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 |
| Frango, coxa e sobrecoxa, sem pele | | 100 | 141,00 | 0,00 | 17,70 | 7,25 | 0,00 | 8,00 | 0,00 | 26,50 | 1,95 | 0,90 | 7,00 |
| Alface crespa | | 8 | 0,85 | 0,14 | 0,11 | 0,01 | 0,15 | 0,00 | 1,25 | 0,88 | 0,02 | 0,03 | 3,04 |
| 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 | | 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 | | 3 | 26,52 | 0,00 | 0,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Chelo verde | | 2 | 0,84 | 0,14 | 0,05 | 0,01 | 0,02 | 0,00 | 0,64 | 0,49 | 0,01 | 0,01 | 1,60 |
| 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 |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL | | | 557,61 | 82,38 | 29,79 | 10,94 | 7,21 | 12,26 | 4,41 | 116,67 | 3,85 | 3,92 | 53,05 |

Andréia de Sousa Ferreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4

Formulário I - Cardápio


[illegible]


 Andréia de Sousa Ferreira
 Nutricionista
 CRN/1 nº 10886
 Matrícula: 11501758/4

Formulário 1 - Cardápio

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL - 1º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|-------------------|------------|---|------------------|---------------|--------------|-------------------|------------|------------|-------------|----------|----------|-------------|--|
| Nº de Alunos: | | 0 Dias de Atendimento: | | 0 | | Refeição Servida: | | Lanche | | | | | |
| N.º de Cardápio: | | REFEIÇÃO: | | | | | | | | | | Frequência: | |
| 27 | | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM MANDIOCA E SALADA DE TOMATE E CENOURA | | | | | | | | | | 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 | |
| Arroz, tipo 1 | 80 | 286,23 | 63,01 | 5,73 | 0,27 | 1,31 | 0,00 | 0,00 | 24,31 | 0,98 | 0,54 | 3,53 | |
| 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 | |
| Cebola | 2 | 0,79 | 0,18 | 0,03 | 0,00 | 0,04 | 0,00 | 0,09 | 0,24 | 0,00 | 0,00 | 0,28 | |
| 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 | 2 | 0,84 | 0,14 | 0,05 | 0,01 | 0,02 | 0,00 | 0,64 | 0,49 | 0,01 | 0,01 | 1,60 | |
| Colorau | 1 | 3,34 | 0,78 | 0,07 | 0,00 | 0,05 | 0,60 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,06 | 1,20 | |
| 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 | |
| Mandioca | 40 | 60,57 | 14,47 | 0,45 | 0,12 | 0,75 | 0,40 | 6,61 | 17,80 | 0,08 | 0,11 | 6,08 | |
| 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 | |
| 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 | | 729,73 | 104,92 | 34,13 | 18,29 | 10,24 | 133,42 | 11,67 | 146,29 | 6,86 | 6,24 | 72,67 | |

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL - 1º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|-------------------------|------------|---|------------------|---------------|--------------|-------------------|------------|------------|-------------|----------|----------|-------------|--|
| Nº de Alunos: | | 0 Dias de Atendimento: | | 0 | | Refeição Servida: | | Lanche | | | | | |
| N.º de Cardápio: | | REFEIÇÃO: | | | | | | | | | | Frequência: | |
| 28 | | ARROZ, FEIJÃO, PEITO DE FRANGO ASSADO, SALADA E MELANCIA. | | | | | | | | | | 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) | |
| 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 | |
| Alho | 1 | 1,13 | 0,24 | 0,07 | 0,00 | 0,04 | 0,10 | 0,31 | 0,21 | 0,01 | 0,01 | 0,14 | |
| Arroz, tipo 1 | 80 | 286,23 | 63,01 | 5,73 | 0,27 | 1,31 | 0,00 | 0,00 | 24,31 | 0,98 | 0,54 | 3,53 | |
| Frango, peito, sem pele | 100 | 119,16 | 0,00 | 21,53 | 3,02 | 0,00 | 2,00 | 0,00 | 31,26 | 0,66 | 0,43 | 7,36 | |
| Cebola | 3 | 1,18 | 0,27 | 0,05 | 0,00 | 0,07 | 0,00 | 0,14 | 0,36 | 0,01 | 0,01 | 0,42 | |
| Coentro | 3 | 9,27 | 1,44 | 0,63 | 0,31 | 1,12 | 8,78 | 1,22 | 11,78 | 0,14 | 2,44 | 23,51 | |
| 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 | |
| Sal | 1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | |
| Melancia | 150 | 48,91 | 12,21 | 1,33 | 0,00 | 0,19 | 42,75 | 9,22 | 14,45 | 0,15 | 0,34 | 11,58 | |
| TOTAL | | 635,31 | 95,53 | 35,32 | 11,98 | 8,25 | 53,62 | 10,90 | 145,35 | 2,81 | 6,17 | 83,32 | |


 Andréia de Sousa Ferreira
 Nutricionista
 CRN/1 nº 10886
 Matrícula: 11501758/4


Formulário I - Cardápio

| MEC | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFINSON LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 | | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|-----------------------------|--|------------------|------------------------------------|------------------|-----------------|-----------------|---------------|---------------|-------------------|-------------|------------------|--------------|
| FNDE | Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II e ensino médio) | | | | | | | | | | | |
| Nº de Alunos: | 0 Dias de Atendimento: | | | | 0 | | | | Refeição Servida: | | Lanche | |
| N.º do Cardápio: 32 | | CARDÁPIO: | PAÇOÇA DE CARNE DE SOL E MELÂNCIA. | | | | | | | | Frequência: 1 | |
| Nome do Alimento | Per Capita | Calorias Kcal | Carbohidratos 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 | 42,75 | 9,22 | 14,45 | 0,15 | 0,34 | 11,58 |
| Melancia | 150 | 48,91 | 12,21 | 1,33 | 0,00 | 0,19 | 0,10 | 0,31 | 0,21 | 0,01 | 0,01 | 0,14 |
| 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 |
| Cebola | 4 | 1,58 | 0,35 | 0,07 | 0,00 | 0,09 | 0,00 | 0,19 | 0,48 | 0,01 | 0,01 | 0,56 |
| 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 | 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 | 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 |
| 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 | | 483,21 | 58,32 | 12,02 | 22,84 | 3,66 | 43,45 | 10,42 | 41,74 | 2,17 | 1,69 | 59,89 |

Andréia de Sousa Ferreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4

[illegible]

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|---|------------|--|---------------------------|------------------|-----------------|--------------------|---------------|-------------------|----------------|-------------|-------------|--------------|--|
| Nº de Alunos: | | 0 Dias de Atendimento: | | | | 0 | | Refeição Servida: | | | Lanche | | |
| N.º do Cardápio: | | REFEIÇÃO: | | | | | | | | | | Frequência: | |
| 34 | | CARDÁPIO: | MANGULÃO COM LEITE CAFÉ . | | | | | | | | | 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) | |
| 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 | |
| Fermento em pó químico | 2 | 1,79 | 0,88 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | |
| Leite de vaca, integral pasteurizado | 130 | 78,04 | 5,88 | 4,19 | 4,23 | 0,00 | 36,96 | 0,00 | 13,00 | 0,52 | 0,04 | 146,97 | |
| Ovo de galinha inteiro | 15 | 21,47 | 0,25 | 1,95 | 1,34 | 0,00 | 11,82 | 0,00 | 1,90 | 0,16 | 0,23 | 6,30 | |
| Sal | 1 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | |
| Queijo, minas, frescal | 15 | 39,64 | 0,49 | 2,61 | 3,03 | 0,00 | 24,08 | 0,00 | 1,03 | 0,04 | 0,14 | 86,89 | |
| 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 | |
| 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 | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |


 Andréia de Sousa Ferreira
 Nutricionista
 CRN/1 nº 10886
 Matrícula: 11501758/4

Formulário I - Cardápio

| MEC FNDE | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 | | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|--|---|---|------------------|---------------|--------------|---------------------|-----------------|-------------------|------------------|---------------|--------------------|----------------|
| Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II e ensino médio) | | | | | | | | | | | | |
| Nº de Alunos: | 0 Dias de Atendimento: | | | | 0 | | | Refeição Servida: | | Lanche | | |
| REFEIÇÃO: | | | | | | | | | | | | |
| N.º do Cardápio: | CARDÁPIO: | BAlÃO DE DOIS, ALMONDÊGAS, SALADA DE TOMATE E PEPINO | | | | | | | | | Frequência: | |
| 36 | | 1 | | | | | | | | | | |
| Nome do Alimento | Per Capita | Calorias Kcal | Carboidratos CHO | Proteínas PTN | Lípidios LIP | Fibra Alimentar (g) | 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) |
| Alho | 1 | 1,13 | 0,24 | 0,07 | 0,00 | 0,04 | 0,10 | 0,31 | 0,21 | 0,01 | 0,01 | 0,14 |
| Arroz, tipo 1 | 80 | 286,23 | 63,01 | 5,73 | 0,27 | 1,31 | 0,00 | 0,00 | 24,31 | 0,98 | 0,54 | 3,53 |
| 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 |
| 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 |
| Colorau | 1 | 3,34 | 0,78 | 0,07 | 0,00 | 0,05 | 0,60 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,06 | 1,20 |
| Farinha de rosca | 5 | 18,53 | 3,79 | 0,57 | 0,07 | 0,24 | 0,00 | 0,00 | 2,84 | 0,08 | 0,34 | 1,76 |
| Feijão fradinho | 30 | 101,75 | 18,37 | 6,06 | 0,71 | 7,08 | 0,00 | 0,00 | 53,52 | 1,16 | 1,54 | 23,26 |
| Laranja, pera | 150 | 55,16 | 13,42 | 1,57 | 0,19 | 1,15 | 16,82 | 80,60 | 12,92 | 0,09 | 0,14 | 32,83 |
| 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 |
| Pepino | 15 | 1,43 | 0,31 | 0,13 | 0,00 | 0,17 | 3,23 | 0,75 | 1,40 | 0,02 | 0,02 | 1,44 |
| 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 | 15 | 2,30 | 0,47 | 0,16 | 0,03 | 0,18 | 6,24 | 3,18 | 1,58 | 0,02 | 0,04 | 1,04 |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL | | 691,62 | 100,70 | 33,82 | 16,62 | 10,28 | 26,98 | 85,64 | 113,51 | 6,94 | 4,94 | 73,48 |

Andréia de Sousa Ferreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4

[illegible]

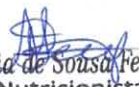
| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | SEDUC-TO | | |
|---------------------|------------|--|---|------------------|-----------------|--------------------|---------------|---------------|-------------------|-------------|-------------|--------------|--|
| Nº de Alunos: | | 0 Dias de Atendimento: | | | | 0 | | | Refeição Servida: | | Lanche | | |
| | | REFEIÇÃO: | | | | | | | | | | | |
| N.º do Cardápio: | | CARDÁPIO: | ARROZ, FEIJÃO, BIFE DE PANELA E LARANJA | | | | | | | | | 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) | |
| Alho | 1 | 1,13 | 0,24 | 0,07 | 0,00 | 0,04 | 0,10 | 0,31 | 0,21 | 0,01 | 0,01 | 0,14 | |
| 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 | |
| Batata inglesa | 30 | 19,31 | 4,41 | 0,53 | 0,00 | 0,35 | 0,05 | 9,33 | 4,37 | 0,07 | 0,11 | 1,07 | |
| Carne, bovina, acém | 100 | 144,03 | 0,00 | 20,82 | 6,11 | 0,00 | 2,17 | 0,00 | 13,28 | 5,21 | 1,51 | 4,72 | |
| Cebola | 2 | 0,79 | 0,18 | 0,03 | 0,00 | 0,04 | 0,00 | 0,09 | 0,24 | 0,00 | 0,00 | 0,28 | |
| Cenoura | 25 | 8,53 | 1,92 | 0,33 | 0,04 | 0,80 | 210,13 | 1,28 | 2,81 | 0,06 | 0,05 | 5,64 | |
| 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 | |
| Colorau | 40 | 3,34 | 0,78 | 0,07 | 0,00 | 0,05 | 0,60 | 0,07 | 0,00 | 0,00 | 0,06 | 1,20 | |
| Feijão carioca | 1 | 131,61 | 24,49 | 7,99 | 0,50 | 7,37 | 0,00 | 0,00 | 83,98 | 1,16 | 3,19 | 49,03 | |
| 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 | |
| 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 | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

Andréia de Sousa Ferreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matricula: 11501758/4

Formulário 1 - Cardápio

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL - 1º SEMESTRE DE 2021 | | | | | | | | | | SEDUC-TO | |
|---------------------------|------------|---|--|---------------|--------------|-----------------|------------|-------------------|-------------|----------|----------|-------------|--|
| Nº de Alunos: | | 0 Dias de Atendimento: | | | 0 | | | Refeição Servida: | | | Lanche | | |
| REFEIÇÃO: | | | | | | | | | | | | | |
| N.º do Cardápio: | | CARDÁPIO: | ARROZ COM ABOBORA, ASSADO DE PANELA E MEXERICA | | | | | | | | | 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) | |
| Abóbora, moranga | 40 | 4,95 | 1,07 | 0,38 | 0,02 | 0,68 | 140,00 | 3,86 | 0,74 | 0,03 | 0,00 | 1,22 | |
| Alface lisa | 15 | 2,07 | 0,36 | 0,25 | 0,02 | 0,35 | 0,00 | 3,21 | 1,37 | 0,05 | 0,09 | 4,13 | |
| Alho | 1 | 1,13 | 0,24 | 0,07 | 0,00 | 0,04 | 0,10 | 0,31 | 0,21 | 0,01 | 0,01 | 0,14 | |
| 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 | |
| Carne, bovina, coxão duro | 100 | 147,97 | 0,00 | 21,51 | 6,22 | 0,00 | 2,07 | 0,00 | 21,11 | 2,81 | 1,89 | 2,95 | |
| 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 | |
| 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 | |
| Tomate | 15 | 2,30 | 0,47 | 0,16 | 0,03 | 0,18 | 6,24 | 3,18 | 1,58 | 0,02 | 0,04 | 1,04 | |
| Mexerica | 150 | 86,39 | 22,29 | 1,33 | 0,20 | 4,61 | 51,12 | 32,69 | 18,46 | 0,15 | 0,10 | 49,61 | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | |

| MEC FNDE | | DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO LANCHE PARCIAL- 1º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) | | | | | | | | | | SEDUC-TO | | |
|------------------------|------------|--|--------------------------------------|---------------|--------------|-----------------|------------|-------------------|-------------|----------|----------|-------------|---|--|
| Nº de Alunos: | | 0) Dias de Atendimento: | | | | 0 | | Refeição Servida: | | Lanche | | | | |
| N.º do Cardápio: | | REFEIÇÃO: | | | | | | | | | | Frequência: | | |
| 40 | | CARDÁPIO: | ARROZ, COSTELA COM MANDIOCA E BANANA | | | | | | | | | | 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 | | |
| 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 | | |
| 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, costela | 130 | 465,04 | 0,00 | 21,72 | 41,28 | 0,00 | 5,94 | 0,00 | 15,18 | 3,51 | 1,56 | 0,00 | | |
| Cebola | 2 | 0,79 | 0,18 | 0,03 | 0,00 | 0,04 | 0,00 | 0,09 | 0,24 | 0,00 | 0,00 | 0,28 | | |
| 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 | | |
| 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 | | |
| Mandioca | 40 | 60,57 | 14,47 | 0,45 | 0,12 | 0,75 | 0,40 | 6,61 | 17,80 | 0,08 | 0,11 | 6,08 | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |


 Andréia de Sousa Ferreira
 Nutricionista
 CRN/1 nº 10886
 Matrícula: 11501758/4

DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFINO LANCHE PARCIAL - 1º SEMESTRE DE 2021
Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)
Modalidade de Ensino: (Indígenas, quilombolas, EJA...)

MEC
FNDE

SEDUC-
TO

Horário da Refeição:

Faixa Etária :

Zona: (urbana e Rural)

MÉDIA DAS RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

| REFEÇÃO | N.º DO CARDÁPIO | FREQUÊ- NCIA | Calorias Kcal | Carboidratos CHO | Proteínas Ptn | Lípidos LIP | Fibra Alimentar | Vitamina A (µg) | Vitamina C (mg) | Magnésio Mg | Zinco Zn | Ferro Fe | Cálcio Ca | Açúcar simples (kcal) | Frutas e Hortaliças (g) |
|--|--------------------|-----------------|------------------|---------------------|------------------|----------------|--------------------|--------------------|--------------------|----------------|-------------|-------------|--------------|-----------------------------|-------------------------------|
| CUSCUIZ TEMPERADO COM FRANGO DESFIADO, E LEITE. | 1 | 1 | 214,34 | 31,69 | 8,66 | 6,13 | 3,11 | 3,11 | 0,52 | 7,64 | 0,16 | 0,18 | 3,86 | | 4 |
| ARROZ, FEIJÃO, ISCA DE FRANGO AO MOLHO E ABÓBORA | 2 | 1 | 739,16 | 99,30 | 30,05 | 24,57 | 9,02 | 26,23 | 87,77 | 120,00 | 5,85 | 4,70 | 86,48 | | 200 |
| BISCOITO DE MASENA COM LEITE CARAMELIZADO | 3 | 1 | 289,18 | 49,10 | 6,18 | 7,71 | 0,84 | 25,59 | 2,49 | 24,01 | 0,77 | 0,76 | 124,66 | 58,03 | 175 |
| ARROZ, FEIJÃO, ALMODEGAS AO MOLHO E SALADA | 4 | 1 | 710,71 | 90,97 | 38,57 | 19,96 | 7,78 | 12,00 | 4,36 | 116,82 | 7,87 | 6,68 | 60,96 | | 175 |
| ARROZ, FEIJÃO, ALMODEGAS AO MOLHO E LEITE | 5 | 1 | 246,38 | 34,47 | 6,18 | 9,74 | 2,96 | 56,42 | 0,00 | 9,10 | 0,36 | 0,03 | 102,11 | | 57 |
| CUSCUIZ DE MILHO COM MARGARINA E LEITE | 6 | 1 | 708,67 | 94,29 | 36,81 | 19,20 | 7,88 | 5,99 | 12,41 | 124,51 | 7,68 | 6,02 | 68,51 | | 19 |
| ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM MANDIOCA E | 7 | 1 | 327,50 | 56,38 | 10,61 | 6,66 | 2,31 | 87,31 | 63,78 | 28,62 | 0,70 | 0,87 | 18,50 | 58,03 | 175 |
| PÃO COM FRANGO E CENOURA E SUCO DE CAJU. | 8 | 1 | 865,71 | 96,90 | 28,78 | 40,23 | 10,07 | 21,08 | 85,37 | 133,41 | 4,04 | 5,02 | 101,63 | | 215 |
| BAIÃO DE TRÊS COM SALADA ALFACE, TOMATE E | 9 | 1 | 294,25 | 34,07 | 11,20 | 12,30 | 1,26 | 41,35 | 0,00 | 11,53 | 0,97 | 2,33 | 192,95 | | 57 |
| PÃO COM OVOS MEXIDOS E LEITE. | 10 | 1 | 848,65 | 88,65 | 27,88 | 41,65 | 3,20 | 23,29 | 86,13 | 65,28 | 4,38 | 2,27 | 42,81 | | 179 |
| ARROZ, COSTELA BOVINA COM MANDIOCA, LARANJA. | 11 | 1 | 509,36 | 76,00 | 28,05 | 8,89 | 2,38 | 7,90 | 9,94 | 57,91 | 4,74 | 2,60 | 17,91 | | 35 |
| ARROZ, PICADINHO DE MÚSCULO COM MANDIOCA E | 12 | 1 | 390,01 | 37,96 | 15,41 | 19,40 | 3,14 | 84,75 | 1,72 | 30,31 | 3,61 | 2,27 | 40,76 | | 179 |
| FAROFA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA BANANA. | 13 | 1 | 740,00 | 106,49 | 32,48 | 20,80 | 4,86 | 5,92 | 41,81 | 88,00 | 6,98 | 4,09 | 27,25 | | 179 |
| ARROZ, PICADINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA E | 14 | 1 | 478,85 | 67,69 | 27,56 | 9,48 | 2,21 | 6,57 | 7,47 | 43,64 | 6,29 | 2,23 | 17,54 | | 165 |
| ARROZ, STROGONOFF DE CARNE E SALADA (REPOLHO E | 15 | 1 | 419,97 | 77,08 | 5,34 | 12,01 | 6,18 | 105,33 | 33,47 | 59,78 | 0,62 | 1,45 | 54,11 | | 75 |
| SOPA DE OVO, BANANA | 16 | 1 | 400,73 | 54,69 | 21,73 | 10,17 | 3,03 | 175,24 | 11,22 | 30,36 | 2,25 | 1,57 | 30,51 | | 38 |
| ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO E SALADA (TOMATE, | 17 | 1 | 197,72 | 4,54 | 21,87 | 9,84 | 0,90 | 10,06 | 7,78 | 34,47 | 0,71 | 0,65 | 16,05 | | 56 |
| ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO E BATATA DOCE E | 18 | 1 | 698,67 | 91,94 | 36,80 | 19,15 | 8,21 | 237,17 | 11,69 | 115,16 | 7,69 | 6,02 | 63,82 | 116,05 | 40 |
| ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA DOCE E | 19 | 1 | 365,12 | 60,94 | 6,94 | 11,12 | 1,44 | 38,55 | 162,50 | 33,41 | 0,59 | 0,66 | 131,78 | | 30 |
| BOLO DE MANDIOCA E SUCO DE ACEROLA | 20 | 1 | 454,29 | 69,10 | 10,62 | 15,21 | 2,52 | 369,15 | 4,27 | 37,59 | 1,11 | 1,35 | 129,32 | | 173 |
| BOLO DE CENOURA COM LEITE ACHOCOLATADO | 21 | 1 | 287,67 | 49,34 | 3,50 | 8,64 | 0,09 | 59,26 | 0,00 | 12,81 | 0,40 | 0,25 | 125,45 | 38,68 | 173 |
| BEIJÃO COM MARGARINA E LEITE COM CAFÉ. | 22 | 1 | 557,61 | 82,38 | 29,79 | 10,94 | 7,21 | 12,26 | 4,41 | 116,67 | 3,85 | 3,92 | 53,05 | | 173 |
| ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO, SALADA (ALFACE, | 23 | 1 | 380,48 | 74,52 | 11,32 | 3,63 | 7,01 | 6,41 | 3,07 | 86,81 | 1,77 | 2,92 | 42,07 | | 24 |
| ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA, E MELANCIA. | 24 | 1 | 422,41 | 52,30 | 21,81 | 13,58 | 2,50 | 4,89 | 10,60 | 19,27 | 4,06 | 2,50 | 26,51 | | 49 |
| SOPA DE MACARRÃO, CARNE E LEGUMES. | 25 | 1 | 539,22 | 69,94 | 26,62 | 16,76 | 2,60 | 88,91 | 4,67 | 48,89 | 5,70 | 3,00 | 17,63 | | 26 |
| ARROZ COLORIDO COM CARNE MOÍDA SALADA (ALFACE, | 26 | 1 | 576,94 | 85,59 | 23,62 | 17,00 | 6,81 | 93,56 | 33,42 | 89,42 | 1,03 | 1,70 | 61,54 | | 225 |
| FAROFA DE FRANGO COM CENOURA, BANANA. | 27 | 1 | 729,73 | 104,92 | 34,13 | 18,29 | 10,24 | 133,42 | 11,67 | 146,29 | 6,86 | 6,24 | 72,87 | | 177 |
| ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM MANDIOCA E | 28 | 1 | 635,31 | 95,53 | 35,32 | 11,98 | 8,25 | 53,62 | 10,90 | 145,35 | 2,81 | 6,17 | 83,32 | | 179 |
| ARROZ, FEIJÃO, PEITO DE FRANGO ASSADO, SALADA E | 29 | 1 | 850,02 | 70,30 | 22,86 | 51,79 | 2,01 | 101,58 | 4,91 | 42,49 | 3,29 | 2,04 | 20,56 | | 179 |
| ARROZ, LINGUIÇA, ASSADA E SALADA (BATATA, | 30 | 1 | 595,63 | 72,46 | 26,96 | 21,75 | 2,23 | 137,70 | 11,21 | 70,20 | 3,08 | 1,80 | 30,24 | | 177 |
| GALINHA COM CENOURA, MILHO VERDE E MELANCIA | 31 | 1 | 642,03 | 106,49 | 29,08 | 11,50 | 4,86 | 8,09 | 41,81 | 81,27 | 5,49 | 2,79 | 23,97 | | 157 |
| ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA E BATATA INGLESA | 32 | 1 | 483,21 | 58,32 | 12,02 | 22,84 | 3,66 | 43,45 | 10,42 | 41,74 | 2,17 | 1,69 | 59,89 | | 210 |
| PAÇOCA DE CARNE DE SOL E MELANCIA. | 33 | 1 | 353,58 | 42,66 | 18,25 | 11,79 | 2,01 | 84,15 | 1,65 | 15,56 | 3,36 | 1,95 | 18,43 | | 27 |
| MACARRONADA COM CARNE MOÍDA. | 34 | 1 | 356,15 | 60,98 | 9,08 | 8,60 | 0,12 | 72,86 | 0,00 | 19,05 | 0,73 | 0,88 | 254,94 | 38,68 | 140 |
| MANGULÃO COM LEITE CAFÉ. | 35 | 1 | 141,53 | 36,97 | 2,05 | 0,19 | 3,58 | 32,48 | 93,75 | 32,56 | 0,17 | 0,48 | 33,75 | | 185 |
| SALADA DE FRUTA. | 36 | 1 | 691,62 | 100,70 | 33,92 | 16,62 | 10,28 | 25,98 | 85,64 | 113,51 | 6,94 | 4,94 | 73,48 | | 158 |
| BAIÃO DE DOIS, ALMONDEGAS, SALADA DE TOMATE E | 37 | 1 | 720,02 | 116,59 | 36,97 | 11,46 | 14,99 | 7953,61 | 53,20 | 146,13 | 6,08 | 9,68 | 136,21 | | 225 |
| ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FÍGADO ACEBOLADO E | 38 | 1 | 730,96 | 116,45 | 37,90 | 12,16 | 11,30 | 229,86 | 92,32 | 145,64 | 7,71 | 5,69 | 100,46 | | 210 |
| ARROZ, FEIJÃO, BIFE DE PANELA E LARANJA | 39 | 1 | 612,65 | 95,63 | 30,24 | 11,80 | 7,40 | 199,53 | 43,98 | 71,54 | 4,18 | 2,76 | 64,93 | | 225 |
| ARROZ COM ABÓBORA, ASSADO DE PANELA E | 40 | 1 | 1041,95 | 124,84 | 30,67 | 46,81 | 5,40 | 11,25 | 40,04 | 100,70 | 4,93 | 2,88 | 23,41 | | 225 |
| ARROZ, COSTELA COM MANDIOCA E BANANA | | | | | | | | | | | | | | | |
| TOTAL | | 39,00 | 21251,98 | 2939,12 | 887,71 | 651,36 | 195,85 | 10895,45 | 1192,36 | 2717,48 | 142,37 | 115,81 | 2652,03 | 367,50 | 4396,00 |
| MÉDIA | | | 544,92 | 75,36 | 22,76 | 16,70 | 5,02 | 274,24 | 30,57 | 69,68 | 3,67 | 2,97 | 68,00 | 1,73% | 112,72 |

Andréia de Sousa Ferreira
Nutricionista
CRN/1 nº 10886
Matrícula: 11501758/4