


[illegible]

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

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 1º SEMESTRE DE 2021										SEDUC-TO	
		Etapas 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:										Frequência:	
14		SALADA DE FRUTA										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)	
Banana prata	60	58,95	15,57	0,76	0,04	1,23	1,93	12,95	15,77	0,09	0,23	4,54	
Maçã Fuji	60	33,31	9,09	0,17	0,00	0,81	1,63	1,44	1,22	0,00	0,06	1,15	
Laranja, pêra	60	22,06	5,37	0,63	0,08	0,46	6,73	32,24	5,17	0,04	0,05	13,13	
Mamão Formosa	60	27,20	6,93	0,49	0,07	1,09	22,20	47,12	10,39	0,04	0,14	14,92	


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


Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 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:		FAROFA DE FRANGO E CENOURA, ABACAXI.										Frequência:	
20												1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Alho	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	
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	
Frango, peito, com pele	50	74,73	0,00	10,39	3,37	0,00	2,00	0,00	14,15	0,30	0,22	4,21	
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	10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,32	84,05	0,51	1,12	0,02	0,02	2,25	
Abacaxi	150	72,48	18,50	1,29	0,19	1,48	4,25	51,94	27,66	0,22	0,39	33,65	

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

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 1º SEMESTRE DE 2021										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:			Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BEIJU COM LINGUIÇA ASSADA, LEITE.									Frequência:	
21												1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Linguiça Mista	50	198,00	1,35	6,90	18,13	0,00	0,00	0,00	6,00	0,94	0,57	5,00	
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	
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	
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	
					</								

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 1º SEMESTRE DE 2021									SEDUC-TO		
		Etapas 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:	ESCONDIDINHO DE FRANGO.									Frequência:	
22												1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboídratos 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)	
Mandioca	40	60,57	14,47	0,45	0,12	0,75	0,40	6,61	17,80	0,08	0,11	6,08	
Leite de vaca, integral pasteurizado	30	18,01	1,36	0,97	0,98	0,00	8,53	0,00	3,00	0,12	0,01	33,92	
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	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Frango, peito, sem pele	40	47,66	0,00	8,61	1,21	0,00	0,80	0,00	12,51	0,27	0,17	2,95	
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	4	1,58	0,35	0,07	0,00	0,09	0,00	0,19	0,48	0,01	0,01	0,56	
Azeite de oliva	6	53,04	0,00	0,00	6,00	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	
Tomate	10	1,53	0,31	0,11	0,02	0,12	4,16	2,12	1,05	0,01	0,02	0,69	
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 AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 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:	PETA CASEIRA E LEITE E CAFÉ									Frequência:	
26												1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Café, Infusão 10%	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	5	19,34	4,98	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,00	0,01	0,38	
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	
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	
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	

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 INTEGRAL - 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:	
27		BOLO DE CENOURA E LEITE										1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,02	1,14	
Cenoura	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51	
Farinha de trigo	50	180,24	37,55	4,90	0,68	1,17	0,00	0,00	15,50	0,41	0,48	8,93	
Fermento em pó químico	2	1,79	0,88	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Óleo de soja	12	106,08	0,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
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	
Achocolatado em pó	15	60,15	13,68	0,63	0,33	0,58	119,38	4,10	11,51	0,16	0,80	6,66	
Leite de vaca, integral pasteurizado	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05	
TOTAL		494,61	73,34	11,02	17,63	2,39	327,73	5,12	41,31	1,18	1,60	140,59	

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 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:	
28		FAROFA DE OVO COM CENOURA E BANANA										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)	
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	15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Farinha de mandioca torrada	60	219,16	53,52	0,74	0,17	3,92	0,00	0,00	24,01	0,22	0,72	45,32	
Ovo de galinha inteiro	20	28,62	0,33	2,61	1,78	0,00	15,77	0,00	2,53	0,22	0,31	8,40	
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	
Cenoura	10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,32	84,05	0,51	1,12	0,02	0,02	2,25	
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	
Colorau	1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20	
TOTAL		536,43	94,74	5,55	17,07	7,44	105,33	33,37	67,55	0,69	1,69	68,94	


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

Formulário I - Cardânio

MEC FNDE	DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 1º SEMESTRE DE 2021										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:	0Dias de Atendimento:				0			Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 32	CARDÁPIO:	BISCOITO DE QUEIJO E LEITE									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)
Farinha de trigo	20	72,09	15,02	1,96	0,27	0,47	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Fermento em pó químico	1	0,90	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
Polvilho doce	20	70,25	17,35	0,09	0,00	0,05	0,00	0,00	0,82	0,00	0,10	5,48
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
Leite de vaca, integral pasteurizado	120	72,04	5,42	3,86	3,90	0,00	34,12	0,00	12,00	0,48	0,04	135,66
TOTAL		306,77	38,70	9,48	12,58	0,52	52,90	0,00	22,64	1,11	0,51	236,42

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

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 1º SEMESTRE DE 2021										SEDUC-TO	
		Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)											
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:			Lanche		
		REFEIÇÃO:											
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:										Frequência:	
34		PÃO DE HOT DOG COM PATÊ DE FRANGO E SUCO DE CAJU										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)
Caju polpa		50	18,28	4,68	0,24	0,08	0,41	0,00	59,86	3,54	0,04	0,07	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
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Frango, peito, sem pele		40	47,66	0,00	8,61	1,21	0,00	0,80	0,00	12,51	0,27	0,17	2,95
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		4	1,58	0,35	0,07	0,00	0,09	0,00	0,19	0,48	0,01	0,01	0,56
Óleo de soja		4	35,36	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Açúcar cristal		15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,02	1,14
Pão de hot dog		60	167,40	29,67	5,70	2,60	1,26	0,00	0,00	0,00	0,40	1,99	82,80
		15											

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

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 1º SEMESTRE DE 2021										SEDUC-TO	
		Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)											
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:			Lanche		
		REFEIÇÃO:											
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO: BEIJU COM MORTADELA E LEITE										Frequência:	
36												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)
Póvilho 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
Mortadela		15	40,32	0,87	1,79	3,25	0,00	3,68	0,00	2,87	0,15	0,22	9,98
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
						</							

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

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

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 1º SEMESTRE DE 2021										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:				0				Refeição Servida:		Lanche	
		REFEIÇÃO:											
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:										Frequência:	
37		BOLO DE LARANJA COM SUCO DE ACEROLA										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		35	135,40	34,86	0,11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,35	0,00	0,06	2,66
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
Farinha de trigo		30	108,14	22,53	2,94	0,41	0,70	0,00	0,00	9,30	0,25	0,29	5,36
Fermento em pó químico		1	0,90	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Laranja, da terra		60	30,88	7,72	0,65	0,11	2,39	6,73	20,81	8,43	0,13	0,09	30,65
Leite de vaca, integral pasteurizado		30	18,01	1,36	0,97	0,98	0,00	8,53	0,00	3,00	0,12	0,01	33,92
Óleo de soja		5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo de galinha inteiro		8	11,45	0,13	1,04	0,71	0,00	6,31	0,00	1,01	0,09	0,13	3,36
TOTAL			354,46	68,42	5,86	7,21	3,27	21,56	176,62	24,26	0,60	0,61	77,84

MEC FNDE	DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 1º SEMESTRE DE 2021	SEDUC-TO										
Nº de Alunos:	Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)											
	Dias de Atendimento:	Refeição Servida:										
		Lanche										
N.º do Cardápio: <div style="text-align:center;">38</div>	CARDÁPIO:	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA E BISCOITO DE MAISENA	Frequência: <div style="text-align:right;">1</div>									
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboídratos CHO	Proteínas PTN	Lípídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálculo 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
Banana prata	90	88,42	23,36	1,14	0,06	1,84	2,89	19,43	23,66	0,13	0,34	6,81
Leite de vaca, integral pasteurizado	90	54,03	4,07	2,90	2,93	0,00	25,59	0,00	9,00	0,36	0,03	101,75
Aveia em flocos	15	59,07	10,00	2,09	1,27	1,37	0,00	0,20	17,81	0,39	0,67	7,18
Biscoito doce, maisena	40	177,13	30,09	3,23	4,79	0,84	0,00	2,49	14,86	0,41	0,70	21,78
TOTAL		417,34	77,48	9,39	9,04	4,05	28,48	22,12	65,43	1,30	1,76	138,27

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PEDRO AFONSO - LANCHE INTEGRAL - 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:		REFEIÇÃO:											
40		CARDÁPIO:	PÃO DE QUEIJO COM LEITE CAFÊ									Frequência:	
												1	
Nome do Alimento		Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Café, infusão 10%		10	0,91	0,15	0,07	0,01	0,00	0,00	0,00	0,97	0,00	0,00	0,32
Sal		0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Leite de vaca, integral pasteurizado		140	84,04	6,33	4,51	4,55	0,00	39,80	0,00	14,00	0,56	0,04	158,27
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
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		20	65,97	0,61	4,53	5,04	0,00	21,80	0,00	4,71	0,70	0,06	175,01
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

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

Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)

Horário da Refeição:

Zona: (urbana e Rural)

MÉDIA DAS RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

MEC
F-NDE

REFEIÇÃO	N.º DO CARDÁPIO	FREQÜÊNCIA	Calorias	Carboidratos	Proteínas	Lípidos	Fibra	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio	Zinco	Ferro	Cálcio	Açúcar simples	Frutas e Hortaliças
			(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)		
PANQUECA DE CARNE MOIDA COM SUCO DE TORTA NUTRITIVA DE FRANGO E SUCO DE CAJUICA	1	1	346,10	41,65	11,79	14,42	1,46	98,77	15,33	21,19	1,75	1,29	82,89	58,03	19
	2	1	509,14	83,51	18,68	12,51	4,39	120,26	7,34	80,67	1,04	2,48	192,72	58,03	33
	3	1	182,80	16,97	3,63	11,77	1,41	20,82	0,50	20,81	0,53	0,75	82,54	19,34	
GALINHAADA COM CENOURA, MILHO VERDE E TORTA NUTRITIVA DE CARNE MOIDA E SUCO PAO FRANCÉS COM PATÊ DE FRANGO E LEITE, CACHORRO QUENTE E SUICO DE AÇEROLA, FEIJÃO TROPEIRO, E BANANA	4	1	499,35	86,87	11,88	13,54	7,37	136,92	44,28	78,10	0,76	1,51	67,65	82,54	190
	5	1	599,63	72,46	26,95	21,75	2,23	137,70	11,21	70,20	3,08	1,80	30,24	58,03	177
	6	1	374,12	54,84	13,23	11,04	2,35	159,48	15,31	27,14	1,85	1,47	64,76	58,03	33
VITAMINA DE CUPUÇU E GRANOLA	7	1	224,02	37,09	11,52	2,79	1,79	70,33	0,93	26,13	0,69	0,81	15,12	58,03	12
	8	1	339,79	56,79	7,35	9,36	2,24	3,74	312,44	28,23	0,76	0,88	19,18	58,03	16
	9	1	749,08	95,27	17,99	34,82	11,63	4,91	42,51	129,17	2,27	4,16	97,45	58,03	164
BISCOITO DE MAISENA E LEITE	10	1	211,33	33,50	6,71	6,12	2,07	57,69	5,33	69,61	0,96	0,61	178,06	38,68	
	11	1	237,16	34,61	6,45	8,04	0,84	28,43	2,49	24,86	0,81	0,73	134,83	58,03	
	12	1	352,93	59,35	10,83	8,18	2,61	4,23	61,61	28,56	1,72	1,54	18,06	58,03	25
PAO COM CARNE MOIDA E SUICO DE CAJU. VITAMINA DE FRUTA E BISCOITO	13	1	285,59	50,76	6,73	7,76	2,70	20,02	12,00	36,06	0,77	1,13	80,57	58,03	180
	14	1	141,53	36,97	2,05	0,19	3,58	32,48	93,75	32,56	0,17	0,48	33,75	58,03	240
	15	1	280,73	32,09	7,28	14,41	1,00	59,26	0,00	26,48	0,85	0,91	121,57	58,03	
MACARRONADA COM CARNE MOIDA	16	1	317,94	40,32	15,27	10,20	1,85	126,73	5,18	11,23	2,75	1,66	19,52	58,03	25
	17	1	54,33	93,88	10,74	15,43	7,17	5,51	33,54	69,39	1,92	1,90	65,66	58,03	156
	18	1	27,37	36,21	11,88	9,38	3,11	30,13	0,52	17,64	0,56	0,21	116,91	58,03	4
FAROFÁ DE CUSCUZ COM SARDINHA E LEITE. FAROFÁ DE FRANGO E CENOURA, ABAÇAXI. BEIJU COM LINGUÇA ASSADA, LEITE, ESCONDIDINHO DE FRANGO.	19	1	276,08	34,92	10,48	10,70	2,96	28,43	0,00	18,82	0,81	0,91	250,61	58,03	164
	20	1	423,98	64,37	12,55	13,72	5,18	90,39	52,90	63,50	0,73	1,24	78,43	58,03	
	21	1	469,24	40,58	10,29	25,38	0,09	28,43	0,00	17,64	1,34	0,80	129,02	58,03	58
ARROZ DOCE COM COCO.	22	1	188,13	17,75	10,41	8,34	1,12	14,56	11,94	35,70	0,50	0,41	47,30	58,03	
	23	1	431,80	75,32	8,05	10,90	2,22	19,90	0,50	38,71	1,33	0,87	84,66	58,03	70
	24	1	365,68	45,58	16,51	11,89	2,35	4,90	11,07	17,80	3,44	2,16	24,01	58,03	157
SOPA DE MACARRÃO COM CARNE E LEGUMES. FAROFÁ DE LINGUÇA E LARANJA PETA CASEIRA E LEITE E CAFÉ	25	1	807,84	86,09	16,41	61,63	5,27	17,51	81,80	50,26	2,20	2,09	92,78	58,03	
	26	1	279,28	44,52	4,76	9,15	0,08	36,31	0,00	13,92	0,51	0,40	128,91	19,34	
	27	1	494,61	73,34	11,02	17,83	2,39	327,73	5,12	41,31	1,18	1,50	140,59	58,03	20
BOLO DE CENOURA E LEITE	28	1	536,43	94,74	5,55	17,07	7,44	105,33	33,37	67,65	0,69	1,89	86,94	163	
	29	1	344,44	45,88	12,62	13,83	3,56	5,30	53,29	49,58	2,17	1,71	60,94	156	
	30	1	400,46	44,43	27,38	12,81	2,33	136,40	7,40	38,18	2,89	1,76	28,23	52	
SOPA DE FRANGO COM VERDURAS CUSCUZ DE ARROZ, LEITE ACHOCOLATADO, BISCOITO DE QUEIJO E LEITE	31	1	353,31	59,40	8,60	9,13	0,45	145,35	2,73	22,75	0,70	1,43	189,29	58,03	
	32	1	306,77	38,70	9,48	12,58	0,52	52,90	0,00	22,64	1,11	0,51	236,42	120,05	5
	33	1	570,43	36,81	16,16	40,07	1,50	28,43	16,88	16,40	1,71	0,82	120,05	58,03	
CUSCUZ DE MILHO, LINGUÇA ASSADA, LEITE PÃO DE HOT DOG COM PATÊ DE FRANGO E OMELETE DE LEGUMES AO Forno E SUCO DE BEIJU COM MORTADELA E LEITE	34	1	332,78	50,66	14,80	7,89	1,84	1,50	60,43	16,88	0,72	2,34	89,20	135,40	60
	35	1	288,80	53,38	10,09	5,86	4,00	137,89	192,72	52,68	1,01	1,49	84,00	38,68	183
	36	1	250,84	40,10	5,18	6,50	0,09	32,11	0,00	14,51	0,55	0,45	134,00	135,40	
BOLO DE LARANJA COM SUCO DE AÇEROLA VITAMINA DE BANANA COM AVEIA E BISCOITO FAROFÁ DE CARNE E CENOURA E BANANA PÃO DE QUEIJO COM LEITE CAFÉ	37	1	354,46	68,42	5,86	7,21	3,27	21,56	176,62	24,26	0,60	0,61	77,84	138,27	180
	38	1	417,34	77,48	9,39	9,04	4,05	28,48	22,12	65,43	1,30	1,76	138,27	38,68	169
	39	1	417,74	76,25	9,99	9,87	6,26	130,99	33,38	63,82	2,13	1,94	48,55	138,27	
TOTAL	40	1	349,93	41,96	10,58	15,48	0,09	69,48	0,00						
MÉDIA															

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