Formulário I - Cardápio

ESTADO DO TOCANTINS
PREFEITURA MUNICIPAL DE ANANÁS
FUNDO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ANANÁS-FME
ADM: 2025-2028 – COM AMOR SE FAZ MAIS.
CNPJ: 19.870.299/0001-63

MEC
FNDE
1° SEMESTRE

ESCOLA INTEGRAL

Oferta:
PARCIAL

Modalidade de ensino:	Etapa de Ensino:	Faixa etária:	Nº de estudantes:	Jornada ampliada	Dias de atendimento:	Zona:	Horários das refeições:	Refeição servida:
☐ INDÍGENA ☐ QUILOMBOLA ☐ AEE ☐ JORNADA AMPLIADA	☐ PRÉ-ESCOLA ☐ FUNDAMENTAL I ☐ FUNDAMENTAL II ☐ MÉDIO	☐ 6 A 10 ANOS ☐ 11 A 15 ANOS ☐ 16 A 18 ANOS ☐ > 18 ANOS	200		20	URBANO	09:00/ 15:00	Lanche

N.º do Cardápio: 1 | CARDÁPIO: BEIJU COM QUEIJO,SUCO DE ABACAXI E FRUTA BANANA | Frequência 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Abacaxi, polpa congelada	50	15,30	3,90	0,23	0,06	0,00	0,62	0,18	0,00	0,62	0,00	
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Banana prata	100	98,25	25,96	1,27	0,07	0,00	0,00	0,38	3,21	21,59	0,00	100,00
Margarina, com sal	10	59,45	0,00	0,00	6,72	2,19	56,08	0,00	38,54	0,00	0,00	
Polvilho doce	50	175,61	43,39	0,22	0,00	0,00	0,79	0,26	0,00	0,00	0,00	
Queijo, mussarela	10	32,99	0,30	2,26	2,52	1,42	58,14	0,03	10,90	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		439,62	88,49	4,03	9,36	3,61	515,05	0,87	52,65	22,21	58,03	100,00

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

Nutricionista responsável: Nome completo e número do CRN

MEC/ FNDE
1º SEMESTRE

ESCOLA INTEGRAL

Nº de Estudante: 200 | Dias de Atendimento: 20 | Refeição Servida: Lanche

N.º do Cardápio: 2 | CARDÁPIO: FAROFA DE FRANGO COM CENOURA, SUCO DE ABACAXI E FRUTA BANANA | Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Abacaxi, polpa congelada	50	15,30	3,90	0,23	0,06	0,00	0,62	0,18	0,00	0,62	0,00	
Açafrão	0,5	1,55	0,33	0,06	0,03	0,01	0,74	0,06	0,13	0,40	0,00	
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Alho	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,00	0,05	0,01	0,10	0,31	0,00	1,00
Banana prata	100	98,25	25,96	1,27	0,07	0,00	0,00	0,38	3,21	21,59	0,00	100,00
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,09	0,00	2,00
Cenoura	10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,00	0,33	0,02	84,05	0,51	0,00	10,00
Farinha de mandioca torrada	50	182,63	44,60	0,61	0,14	0,05	5,16	0,60	0,00	0,00	0,00	
Frango, peito, filé	40	69,20	0,00	12,36	1,80	0,44	22,46	0,42	3,60	0,00	0,00	
Óleo de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		474,49	90,90	14,82	7,12	1,26	428,80	1,69	91,09	23,53	58,03	113,00

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE
1º SEMESTRE

ESCOLA INTEGRAL

Nº de Estudante: 200 | Dias de Atendimento: 20 | Refeição Servida: Lanche

N.º do Cardápio: 3 | CARDÁPIO: FEIJÃO TROPEIRO E SUCO DE CAJU E FRUTA MELANCIA | Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Melancia	200	65,21	16,28	1,77	0,00	0,00	0,00	0,45	57,00	12,29	0,00	200,00
Caju, polpa congelada	30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,00	1,25	0,04	0,00	35,92	0,00	
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,09	0,00	2,00
Couve manteiga	5	1,35	0,22	0,14	0,03	0,01	0,31	0,02	0,00	4,83	0,00	5,00
Farinha de mandioca torrada	50	182,63	44,60	0,61	0,14	0,05	5,16	0,60	0,00	0,00	0,00	
Feijão trepa-pau/ corda	40	48,40	8,13	1,27	1,25	0,21	0,45	0,45	0,04	0,88	0,00	40,00
Linguiça Mista	50	198,00	1,35	6,90	18,13	6,48	402,50	0,57	0,00	0,00	0,00	
Óleo de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		609,59	88,49	10,92	24,60	7,51	809,10	2,16	57,04	54,02	58,03	247,00

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL				
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 4	CARDÁPIO:	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E SUCO DE FRUTA DE GOIABA E FRUTA BANANA	Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Alho	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,00	0,05	0,01	0,10	0,31	0,00	1,00
Carne moída de 2ª	30	72,60	0,00	7,27	4,63	1,31	18,30	0,84	0,00	0,00	0,00	
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,09	0,00	2,00
Goiaba vermelha, polpa	30	10,50	2,10	0,30	0,00	0,00	0,92	0,06	40,50	6,00	0,00	
Banana prata	100	98,25	25,96	1,27	0,07	0,00	0,00	0,38	3,21	21,59	0,00	100,00
Óleo de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Pão de trigo francês	50	149,91	29,32	3,98	1,55	0,50	323,84	0,50	1,49	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		435,40	72,74	12,96	11,25	2,57	742,55	1,82	45,30	28,00	58,03	103,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL				
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 5	CARDÁPIO:	PAÇOCA DE CARNE, SUCO DE CAJU E BANANA	Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Alho	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,00	0,05	0,01	0,10	0,31	0,00	1,00
Banana prata	100	98,25	25,96	1,27	0,07	0,00	0,00	0,38	3,21	21,59	0,00	100,00
Caju, polpa congelada	30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,00	1,25	0,04	0,00	35,92	0,00	
Carne, bovina, coxão duro	50	73,98	0,00	10,76	3,11	1,43	24,27	0,95	1,03	0,00	0,00	
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,09	0,00	2,00
Farinha de mandioca torrada	50	182,63	44,60	0,61	0,14	0,05	5,16	0,60	0,00	0,00	0,00	
Óleo de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		469,98	88,72	12,94	8,37	2,24	430,17	2,00	4,34	57,91	58,03	103,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL				
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 6	CARDÁPIO:	SANDUICHE NATURAL E SUCO DE CAJU	Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Alface lisa	5	0,69	0,12	0,08	0,01	0,00	0,21	0,03	0,00	1,07	0,00	5,00
Caju, polpa congelada	30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,00	1,25	0,04	0,00	35,92	0,00	
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Alho	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,00	0,05	0,01	0,10	0,31	0,00	1,00
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,09	0,00	2,00
Cenoura	15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,00	0,50	0,03	126,08	0,77	0,00	15,00
Cheiro verde	1	0,42	0,07	0,03	0,01	0,00	0,06	0,01	0,00	0,32	0,00	1,00
Frango, peito, filé	40	69,20	0,00	12,36	1,80	0,44	22,46	0,42	3,60	0,00	0,00	
Óleo de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Pão de trigo francês	50	149,91	29,32	3,98	1,55	0,50	323,84	0,50	1,49	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tomate, extrato	10	6,09	1,50	0,24	0,02	0,00	49,79	0,21	0,00	1,80	0,00	
TOTAL		346,55	50,32	17,19	8,46	1,70	797,60	1,28	131,26	40,28	58,03	24,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL			
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 7	CARDÁPIO:	IOGURTE COM BISCOITO CREAM CRACKER	Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Iogurte, sabor morango	150	104,35	14,54	4,07	3,50	2,10	56,49	0,00	40,54	0,00	0,00	
Biscoito salgado, cream	60	259,04	41,24	6,03	8,66	2,64	512,61	1,32	0,00	0,00	0,00	
TOTAL		363,39	55,78	10,10	12,16	4,74	569,11	1,32	40,54	0,00	0,00	0,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL			
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 8	CARDÁPIO:	HAMBURGUER COM QUEIJO E PRESUNTO, SUCO DE GOIABA	Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Pão de hamburguer	50	139,50	24,73	4,75	2,17	0,55	239,50	1,66	0,00	0,00	0,00	
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Alface lisa	5	0,69	0,12	0,08	0,01	0,00	0,21	0,03	0,00	1,07	0,00	5,00
Presunto	10	9,37	0,21	1,43	0,27	0,19	102,08	0,08	0,00	0,00	0,00	
Queijo, mussarela	10	32,99	0,30	2,26	2,52	1,42	58,14	0,03	10,90	0,00	0,00	
Goiaba vermelha, polpa congela	30	10,50	2,10	0,30	0,00	0,00	0,92	0,06	40,50	6,00	0,00	
Tomate	10	1,53	0,31	0,11	0,02	0,00	0,10	0,02	4,16	2,12	0,00	10,00
TOTAL		252,61	42,72	8,99	4,98	2,16	400,94	1,91	55,56	9,19	58,03	15,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL			
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 9	CARDÁPIO:	SALADA DE FRUTAS COM ROSQUINHA DE CÔCO	Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Banana prata	50	49,12	12,98	0,63	0,03	0,00	0,00	0,19	1,61	10,80	0,00	50,00
Leite de vaca, integral UHT	150	90,05	6,78	4,83	4,88	2,10	95,64	0,05	42,65	0,00	0,00	
Maçã Fuji	50	27,76	7,58	0,14	0,00	0,00	0,00	0,05	1,36	1,20	0,00	50,00
Biscoito rosquinha, coco	60	294,60	39,66	4,26	13,20	2,34	211,20	0,00	0,00	0,00	0,00	
Laranja, pêra	50	18,39	4,47	0,52	0,06	0,00	0,00	0,05	5,61	26,87	0,00	50,00
TOTAL		479,91	71,47	10,39	18,17	4,44	306,84	0,33	51,21	38,87	0,00	150,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL			
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 10	CARDÁPIO:	CANJICA COM CÔCO									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Açúcar cristal	10	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	38,68	
Coco seco ralado	10	50,10	4,77	0,29	3,55	5,50	6,50	0,19	0,00	0,07	0,00	
Leite de vaca, integral UHT	180	108,05	8,14	5,80	5,85	2,52	114,77	0,05	51,17	0,00	0,00	
Milho de canjica	30	23,90	4,05	0,37	0,66	0,09	0,24	0,22	0,55	0,00	0,00	
TOTAL		220,74	26,92	6,49	10,06	8,11	121,50	0,49	51,72	0,07	38,68	0,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL			
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 11	CARDÁPIO:	CUSCUZ DE MILHO COM LINGUIÇA E LEITE CARAMELIZADO									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Flocos de milho	50	181,00	38,00	4,10	1,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Linguiça Mista	50	198,00	1,35	6,90	18,13	6,48	402,50	0,57	0,00	0,00	0,00	
Margarina, com sal	10	59,45	0,00	0,00	6,72	2,19	56,08	0,00	38,54	0,00	0,00	
Óleo de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
Leite de vaca, integral UHT	150	90,05	6,78	4,83	4,88	2,10	95,64	0,05	42,65	0,00	0,00	
TOTAL		630,72	61,07	15,88	36,52	11,53	953,65	0,63	81,18	0,00	58,03	0,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL			
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 12	CARDÁPIO:	CUSCUZ DE ARROZ COM CARNE MOÍDA E SUCO DE CAJU E FRUTA (MELÃO OU MEXERICA)									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Flocos de arroz	50	187,50	43,50	3,35	0,00	9,53	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00	
Carne moída de 2ª	50	121,00	0,00	12,11	7,71	2,19	30,50	1,41	0,00	0,00	0,00	
Margarina, com sal	10	59,45	0,00	0,00	6,72	2,19	56,08	0,00	38,54	0,00	0,00	
Óleo de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
Caju, polpa congelada	30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,00	1,25	0,04	0,00	35,92	0,00	
Melão	100	29,37	7,53	0,68	0,00	0,00	11,17	0,23	2,50	8,68	0,00	100,00
TOTAL		510,51	68,77	16,33	19,48	14,67	498,43	2,55	41,04	44,60	58,03	100,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL			
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 13	CARDÁPIO:	PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS E CENOURA E SUCO DE FRUTA DE GOIABA	Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Ovo de galinha inteiro	25	35,78	0,41	3,26	2,23	0,65	41,98	0,39	19,71	0,00	0,00	
Goiaba vermelha, polpa	30	10,50	2,10	0,30	0,00	0,00	0,92	0,06	40,50	6,00	0,00	
Óleo de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Pão de trigo francês	50	149,91	29,32	3,98	1,55	0,50	323,84	0,50	1,49	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
Cenoura	10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,00	0,33	0,02	84,05	0,51	0,00	10,00
TOTAL		301,82	47,54	7,71	8,79	1,91	766,49	0,99	145,75	6,51	58,03	10,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL			
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 14	CARDÁPIO:	BEIJU COM MARGARINA,LEITE COM CAFÉ E FRUTA MAÇÃ	Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Leite de vaca, integral UHT	100	60,03	4,52	3,22	3,25	1,40	63,76	0,03	28,43	0,00	0,00	
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Maçã Fuji	100	55,52	15,15	0,29	0,00	0,00	0,00	0,09	2,71	2,41	0,00	100,00
Margarina, com sal	10	59,45	0,00	0,00	6,72	2,19	56,08	0,00	38,54	0,00	0,00	
Polvilho doce	50	175,61	43,39	0,22	0,00	0,00	0,79	0,26	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
Café, infusão 10%	10	0,91	0,15	0,07	0,01	0,00	0,10	0,00	0,00	0,00	0,00	
Açúcar cristal	10	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	38,68	
TOTAL		448,22	88,11	3,87	9,98	3,59	520,16	0,42	69,68	2,41	96,71	100,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL			
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 15	CARDÁPIO:	VITAMINA DE ACEROLA COM ROSQUINHA DE CÔCO	Frequência: 1

Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Acerola, polpa congelada	50	10,97	2,77	0,30	0,00	0,00	0,64	0,08	0,00	311,62	0,00	
Leite de vaca, integral UHT	150	90,05	6,78	4,83	4,88	2,10	95,64	0,05	42,65	0,00	0,00	
Biscoito salgado, cream cracke	60	259,04	41,24	6,03	8,66	2,64	512,61	1,32	0,00	0,00	0,00	
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
TOTAL		418,08	65,73	11,21	13,54	4,74	608,89	1,47	42,65	311,62	58,03	0,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL				
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 16	CARDÁPIO:	CUSCUZ DE MILHO COM CARNE MOÍDA E LEITE CARAMELIZADO									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
Açúcar cristal	15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
Flocos de milho	50	181,00	38,00	4,10	1,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Carne moída de 2ª	50	121,00	0,00	12,11	7,71	2,19	30,50	1,41	0,00	0,00	0,00	
Margarina, com sal	10	59,45	0,00	0,00	6,72	2,19	56,08	0,00	38,54	0,00	0,00	
Óleo de soja	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
Caju, polpa congelada	30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,00	1,25	0,04	0,00	35,92	0,00	
Melão	100	29,37	7,53	0,68	0,00	0,00	11,17	0,23	2,50	8,68	0,00	100,00
TOTAL		504,01	63,27	17,08	21,28	5,14	498,43	1,70	41,04	44,60	58,03	100,00

0

Jesiane de Castro Lima
NUTRICIONISTA
CRN/1 7426

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL				
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 17	CARDÁPIO:										Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

0

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL				
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20	Refeição Servida:	Lanche

N.º do Cardápio: 18	CARDÁPIO:										Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

0

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL											
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20					Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 19	CARDÁPIO:										Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
												0

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE	ESCOLA INTEGRAL											
Nº de Estudante:	200	Dias de Atendimento:	20					Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 20	CARDÁPIO:										Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per capita (g)	Calorias (kcal)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Gordura Saturada (g)	Sódio Na (mg)	Ferro Fe (mg)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Açúcar simples adicionado (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
												0