

MEC FNDE 1º SEMESTRE		ESCOLA DE TEMPO 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:				
INÍCIO CULMINAÇÃO FIM JORNADA AMPLIADA		ESCOLA FUNDAMENTAL I FUNDAMENTAL II MÉDIO	6-7 ANOS 8-10 ANOS 11-14 ANOS > 15 ANOS	200		12	URBANO	09:00/ 15:00	Lanche				
N.º do Cardápio: 1		CARDÁPIO: CUSCUZ DE MILHO COM OVOS MEXIDOS E CAFÉ COM LEITE									2		
Nome do Alimento		Per capita	Calorias	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Gordura Saturada	Sódio Na	Ferro Fe	Vitamina A	Vitamina C	Açúcar simples adicionado	Frutas, Legumes e Verduras
		(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(µg)	(mg)	(kcal)	(g)
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		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		20	28,62	0,33	2,61	1,78	0,52	33,58	0,31	15,77	0,00	0,00	
Flocos de milho		50	181,00	38,00	4,10	1,80	0,00	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	
Óleo de soja		5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,76	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Leite de vaca, integral UHT		120	72,04	5,42	3,86	3,90	1,68	76,51	0,04	34,12	0,00	0,00	
TOTAL			384,79	58,84	10,69	12,49	2,96	509,63	0,37	49,88	0,00	58,03	0,00
Nutricionista responsável: WALLACE CARLOS DE SOUSA CRN 17468													
MEC/ FNDE 1º SEMESTRE		ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL											
Nº de Estudante:		200			Dias de Atendimento:			12		Refeição Servida:		Lanche	
N.º do Cardápio: 2		CARDÁPIO: FAROFA DE FRANGO COM CENOURA E SUCO DE ACEROLA									1		
Nome do Alimento		Per capita	Calorias	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Gordura Saturada	Sódio Na	Ferro Fe	Vitamina A	Vitamina C	Açúcar simples adicionado	Frutas, Legumes e Verduras
		(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(µg)	(mg)	(kcal)	(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	
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
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	0,00	0,00	0,00	
Cebola		2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,01	0,00	0,00	0,09	0,00	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	
TOTAL			371,91	63,82	13,62	7,00	1,26	428,82	1,21	87,88	312,94	58,03	13,00
Nutricionista responsável: WALLACE CARLOS DE SOUSA CRN 17468													
MEC/ FNDE 1º SEMESTRE		ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL											
Nº de Estudante:		200			Dias de Atendimento:			12		Refeição Servida:		Lanche	
N.º do Cardápio: 3		CARDÁPIO: FEIJÃO TROPEIRO E SUCO DE CAJU									1		
Nome do Alimento		Per capita	Calorias	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Gordura Saturada	Sódio Na	Ferro Fe	Vitamina A	Vitamina C	Açúcar simples adicionado	Frutas, Legumes e Verduras
		(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(µg)	(mg)	(kcal)	(g)
Açúcar cristal		15	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	58,03	
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	
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	
TOTAL			544,37	72,22	9,15	24,60	7,51	809,10	1,71	0,04	41,72	58,03	47,00
Nutricionista responsável: WALLACE CARLOS DE SOUSA CRN 17468													

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE		ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL											
Nº de Estudante:		200 Dias de Atendimento:				12				Refeição Servida:		Lanche	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO: PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E SUCO DE FRUTA DE GOIABA										Frequência:	
4												1	
Nome do Alimento	Per capita	Calorias	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Gordura Saturada	Sódio Na	Ferro Fe	Vitamina A	Vitamina C	Açúcar simples adicionado	Frutas, Legumes e Verduras	
	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(µg)	(mg)	(kcal)	(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		
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	399,43	0,00	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		
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		
TOTAL		337,15	46,78	11,70	11,18	2,57	742,55	1,44	42,09	6,41	58,03	3,00	
Nutricionista responsável: WALLACE CARLOS DE SOUSA CRN 17468													
MEC/ FNDE 1º SEMESTRE		ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL											
Nº de Estudante:		200 Dias de Atendimento:				12				Refeição Servida:		Lanche	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO: PAÇOÇA DE CARNE E SUCO DE CAJU E FRUTA BANANA										Frequência:	
5												1	
Nome do Alimento	Per capita	Calorias	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Gordura Saturada	Sódio Na	Ferro Fe	Vitamina A	Vitamina C	Açúcar simples adicionado	Frutas, Legumes e Verduras	
	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(µg)	(mg)	(kcal)	(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	
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		
Carne, bovina, coxão duro	30	44,39	0,00	6,45	1,87	0,86	14,56	0,57	0,62	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		
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	
TOTAL		440,39	88,72	8,63	7,12	1,67	420,47	1,63	3,93	57,91	58,03	103,00	
Nutricionista responsável: WALLACE CARLOS DE SOUSA CRN 17468													
MEC/ FNDE 1º SEMESTRE		ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL											
Nº de Estudante:		200 Dias de Atendimento:				12				Refeição Servida:		Lanche	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO: BEIJO COM MARGARINA E LEITE COM CAFÉ										Frequência:	
6												1	
Nome do Alimento	Per capita	Calorias	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Gordura Saturada	Sódio Na	Ferro Fe	Vitamina A	Vitamina C	Açúcar simples adicionado	Frutas, Legumes e Verduras	
	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(µg)	(mg)	(kcal)	(g)	
Leite de vaca, integral UHT	120	72,04	5,42	3,86	3,90	1,68	76,51	0,04	34,12	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		
Café, infusão 10%	10	0,91	0,15	0,07	0,01	0,00	0,10	0,00	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		
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		
TOTAL		366,03	63,90	4,20	10,63	3,87	532,91	0,32	72,65	0,00	58,03	0,00	
Nutricionista responsável: WALLACE CARLOS DE SOUSA CRN 17468													

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE		ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL										
N.º de Estudante:		200 Dias de Atendimento:			12			Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 7		CARDÁPIO: CUSCUZ DE MILHO COM LINGUIÇA E LEITE Caramelizado									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per capita	Calorias	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Gordura Saturada	Sódio Na	Ferro Fe	Vitamina A	Vitamina C	Açúcar simples adicionado	Frutas, Legumes e Verduras
	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(µg)	(mg)	(kcal)	(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	30	118,80	0,81	4,14	10,88	3,89	241,50	0,34	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	120	72,04	5,42	3,86	3,90	1,68	76,51	0,04	34,12	0,00	0,00	
TOTAL		533,51	59,18	12,15	28,30	8,52	773,52	0,40	72,65	0,00	58,03	0,00

Nutricionista responsável: WALLACE CARLOS DE SOUSA CRN 17468

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE		ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL										
N.º de Estudante:		200 Dias de Atendimento:			12			Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 8		CARDÁPIO: MISTO FRIO (QUEIJO, PRESUNTO, TOMATE E ALFACE) SUCO DE GOIABA									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per capita	Calorias	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Gordura Saturada	Sódio Na	Ferro Fe	Vitamina A	Vitamina C	Açúcar simples adicionado	Frutas, Legumes e Verduras
	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(µg)	(mg)	(kcal)	(g)
Pão de hambúrguer	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 congelada	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

Nutricionista responsável: WALLACE CARLOS DE SOUSA CRN 17468

MEC/ FNDE 1º SEMESTRE		ESCOLA DE TEMPO INTEGRAL										
N.º de Estudante:		200 Dias de Atendimento:			12			Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 9		CARDÁPIO: CANJICA COM CÔCO									Frequência: 2	
Nome do Alimento	Per capita	Calorias	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Gordura Saturada	Sódio Na	Ferro Fe	Vitamina A	Vitamina C	Açúcar simples adicionado	Frutas, Legumes e Verduras
	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(µg)	(mg)	(kcal)	(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

Nutricionista responsável: WALLACE CARLOS DE SOUSA CRN 17468

Wallace Sousa
Dr. Wallace Sousa
 Nutricionista Clínico e Esportivo
 CRN 1-17468