

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				Refeição Servida:				LANCHE			
N.º do Cardápio:		REFEIÇÃO:										Frequência:	
1		VITAMINA DE BANANA E BISCOITO CREAM CRAKER										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)	
Banana prata	100	98,25	25,96	1,27	0,07	2,04	3,21	21,59	26,29	0,15	0,38	7,56	
Leite de vaca integral	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05	
Açúcar cristal	15	58,03	14,34	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,02	1,14	
Biscoito salgado, cream	40	172,69	27,49	4,02	5,77	1,00	0,00	0,00	15,90	0,45	0,88	8,00	
TOTAL		389,00	72,91	8,56	9,09	3,05	31,64	21,59	52,34	1,00	1,31	129,75	

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				Refeição Servida:				LANCHE			
N.º do Cardápio:		REFEIÇÃO:										Frequência:	
2		GALINHADA COM CENOURA E MELANCIA										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	60	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65	
Cebola	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Cebolinha	5	0,98	0,17	0,09	0,02	0,18	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99	
CHEIRO VERDE	5	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99	
Frango, sobrecoxa, sem pele	80	129,44	0,00	14,06	7,70	0,00	3,14	0,00	21,06	1,34	0,72	5,03	
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	
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11	
Melancia	250	81,52	20,35	2,21	0,00	0,31	71,25	15,37	24,08	0,24	0,57	19,30	
Cenoura	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51	
TOTAL		485,15	70,81	21,28	13,04	2,31	242,85	20,83	71,28	2,41	1,92	41,14	

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				Refeição Servida:				LANCHE			
N.º do Cardápio:		REFEIÇÃO:										Frequência:	
3		BOLO DE POLVILHO E SUCO DE POLPA DE MANGA										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)	
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	
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	
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	
Manga, polpa, congelada	30	14,49	3,76	0,11	0,07	0,32	0,00	7,47	2,85	0,02	0,03	2,14	
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	
Queijo, prato	15	53,98	0,28	3,40	4,37	0,00	18,40	0,00	4,24	0,52	0,04	141,00	
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
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	
TOTAL		475,19	79,73	6,74	14,95	0,44	40,50	7,47	15,71	0,85	0,54	219,85	

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				Refeição Servida:				LANCHE			
N.º do Cardápio:		REFEIÇÃO:										Frequência:	
13		CARDÁPIO: BAIÃO DE DOIS E CARNE MOIDA COM MANDIOCA										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	60	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65	
Feijão fradinho	20	67,83	12,25	4,04	0,47	4,72	0,00	0,00	35,68	0,78	1,03	15,50	
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	
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	
Cebola	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
SAL	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Cebolinha	5	0,98	0,17	0,09	0,02	0,18	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99	
Colorau	0,5	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60	
MANDIOCA	30	45,43	10,85	0,34	0,09	0,56	0,30	4,96	13,35	0,06	0,08	4,56	
Cheiro verde	5	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99	
TOTAL		524,40	71,76	23,58	15,06	6,63	0,70	8,62	82,29	5,04	3,31	36,65	

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				Refeição Servida:				LANCHE			
N.º do Cardápio:		REFEIÇÃO:										Frequência:	
14		CARDÁPIO: ROSCA CASEIRA COM LEITE ACHOCOLATADO										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)	
Achocolatado em pó	10	40,10	9,12	0,42	0,22	0,39	79,59	2,73	7,67	0,10	0,54	4,44	
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	
Farinha de trigo	40	144,19	30,04	3,92	0,55	0,94	0,00	0,00	12,40	0,33	0,38	7,15	
Fermento biológico tablete	0,5	0,45	0,04	0,08	0,01	0,02	0,00	0,00	0,19	0,05	0,01	0,09	
Leite de vaca integral	180	108,05	8,14	5,80	5,85	0,00	51,17	0,00	18,00	0,72	0,05	203,49	
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	
Margarina, sem sal	10	59,31	0,00	0,00	6,71	0,00	24,51	0,00	0,11	0,00	0,01	0,50	
TOTAL		468,65	62,43	11,57	19,22	1,35	163,15	2,73	39,80	1,32	1,17	221,00	

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				Refeição Servida:				LANCHE			
N.º do Cardápio:		REFEIÇÃO:										Frequência:	
15		CARDÁPIO: BISCOITO CREAM CRAKER E LEITE ACHOCOLATADO										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)	
Biscoito salgado, cream	50	215,87	34,37	5,03	7,22	1,26	0,00	0,00	19,87	0,57	1,10	10,00	
Leite de vaca integral	150	90,05	6,78	4,83	4,88	0,00	42,65	0,00	15,00	0,60	0,05	169,58	
Achocolatado em pó	10	40,10	9,12	0,42	0,22	0,39	79,59	2,73	7,67	0,10	0,54	4,44	
TOTAL		346,01	50,26	10,28	12,31	1,64	122,23	2,73	42,55	1,27	1,68	184,02	

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		LANCHE	
N.º do Cardápio: 16		CARDÁPIO: BOLO DE ARROZ E LEITE ACHOCOLATADO										Frequência: 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)	
Flocos de arroz	50	187,50	43,50	3,35	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,85	15,00	
Leite de vaca integral	180	108,05	8,14	5,80	5,85	0,00	51,17	0,00	18,00	0,72	0,05	203,49	
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	
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, prato	10	35,99	0,19	2,27	2,91	0,00	12,27	0,00	2,83	0,35	0,03	94,00	
Fermento em pó químico	0,5	0,45	0,22	0,00	0,00	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	
Achocolatado em pó	10	40,10	9,12	0,42	0,22	0,39	79,59	2,73	7,67	0,10	0,54	4,44	
TOTAL		532,83	76,27	13,19	19,87	0,45	150,91	2,73	29,92	1,28	1,65	322,27	

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		LANCHE	
N.º do Cardápio: 17		CARDÁPIO: BOLO DE CHOCOLATE E SUCO DE POLPA DE CAJÁ										Frequência: 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)	
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	
Farinha de trigo	40	144,19	30,04	3,92	0,55	0,94	0,00	0,00	12,40	0,33	0,38	7,15	
Leite de vaca integral	30	18,01	1,36	0,97	0,98	0,00	8,53	0,00	3,00	0,12	0,01	33,92	
Margarina, sem sal	10	59,31	0,00	0,00	6,71	0,00	24,51	0,00	0,11	0,00	0,01	0,50	
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	
Cajá polpa, congelada	30	7,90	1,91	0,18	0,05	0,41	0,00	0,00	2,15	0,02	0,10	2,75	
Fermento em pó químico	0,5	0,45	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Achocolatado em pó	20	80,20	18,24	0,84	0,43	0,78	159,17	5,46	15,35	0,21	1,07	8,88	
TOTAL		440,43	81,81	7,30	9,61	2,12	200,09	5,46	34,58	0,78	1,77	59,66	

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		lanche	
N.º do Cardápio: 18		CARDÁPIO: BOLO DE CENOURA E SUCO DE POLPA TAMARINDO										Frequência: 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)	
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	
Farinha de trigo	40	144,19	30,04	3,92	0,55	0,94	0,00	0,00	12,40	0,33	0,38	7,15	
Fermento em pó químico	0,5	0,45	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tamarindo, polpa, colgelada	30	71,70	18,75	0,84	0,18	1,53	0,45	1,05	27,60	0,03	0,84	22,20	
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	
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	
Cenoura	30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,96	252,15	1,54	3,37	0,07	0,06	6,76	
TOTAL		445,34	81,35	6,55	11,67	3,42	260,48	2,59	44,94	0,54	1,48	42,59	

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		LANCHE	

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		LANCHE	
N.º do Cardápio: 27		CARDÁPIO: PETA E LEITE ACHOCOLATADO										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)
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
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
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
Leite de vaca integral pasteurizado		180	108,05	8,14	5,80	5,85	0,00	51,17	0,00	18,00	0,72	0,05	203,49
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
Achocolatado em pó		10	40,10	9,12	0,42	0,22	0,39	79,59	2,73	7,67	0,10	0,54	4,44
TOTAL			391,36	52,13	7,69	16,96	0,48	138,64	2,73	28,58	0,93	0,95	223,10

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		LANCHE	
N.º do Cardápio: 28		CARDÁPIO: BOLO DE MANDIOCA E SUCO DE POLPA DE ACEROLA										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)
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
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
Mandioca		30	45,43	10,85	0,34	0,09	0,56	0,30	4,96	13,35	0,06	0,08	4,56
Coco		5	20,32	0,52	0,18	2,10	0,27	0,00	0,12	2,57	0,05	0,09	0,32
Farinha de trigo		40	144,19	30,04	3,92	0,55	0,94	0,00	0,00	12,40	0,33	0,38	7,15
Fermento em pó químico		0,5	0,45	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Margarina, com sal		5	29,72	0,00	0,00	3,36	0,00	19,27	0,00	0,06	0,00	0,00	0,23
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, prato		10	35,99	0,19	2,27	2,91	0,00	12,27	0,00	2,83	0,35	0,03	94,00
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
Acerola, polpa congelada		30	6,58	1,66	0,18	0,00	0,21	0,00	186,97	2,60	0,02	0,05	2,28
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
TOTAL			519,45	74,88	9,25	20,87	1,98	48,25	192,05	38,38	1,04	0,84	148,92

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		LANCHE	
N.º do Cardápio: 35		CARDÁPIO: BAIÃO DE TRÊS (arroz, feijão e linguiça) E BANANA										Frequência: 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)
Arroz, tipo 1		60	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65
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		3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
Colorau		0,5	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60
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
Feijão fradinho		20	67,83	12,25	4,04	0,47	4,72	0,00	0,00	35,68	0,78	1,03	15,50
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
Cebolinha		5	0,98	0,17	0,09	0,02	0,18	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99
Banana prata		100	98,25	25,96	1,27	0,07	2,04	3,21	21,59	26,29	0,15	0,38	7,56
SAL		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cheiro verde		5	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99
TOTAL			630,02	88,22	16,88	23,91	8,11	3,61	25,26	89,23	2,64	2,48	39,86

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - CARDÁPIOS LANCHE 2019.1										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:				REFEIÇÃO:				Refeição Servida:		LANCHE	
N.º do Cardápio: 36		CARDÁPIO: CACHORRO QUENTE COM CENOURA RALADA E SUCO DE POLPA DE CAJU										Frequência: 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)
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 trigo francês		50	149,91	29,32	3,98	1,55	1,15	1,49	0,00	12,73	0,38	0,50	7,88
Carne moída de 2ª		40	96,80	0,00	9,69	6,17	0,00	0,00	0,00	8,00	2,28	1,12	3,20
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		3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
Tomate, extrato		10	6,09	1,50	0,24	0,02	0,28	0,00	1,80	2,93	0,04	0,21	2,91
Caju polpa		30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,24	0,00	35,92	2,12	0,03	0,04	0,25
Cenoura		15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
COLORAU		0,5	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60
SAL		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cheiro verde		5	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99
Cebolinha		5	0,98	0,17	0,09	0,02	0,18	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99
TOTAL			333,98	51,12	14,67	7,86	2,52	127,97	42,15	30,65	2,80	2,04	27,90

