MEC FNDE	SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO, JUVENTUDE E ESPORTES	DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - HIPERTENSÃO 2019.2 (Identificar unidade escolar, semestre e ano do planejamento). MÉDIA DAS RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS (Formulário II)	SEDUC-TO

REFEIÇÃO	N.º DO CARDÁPIO	FREQUÊNCIA	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas Ptn (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)	Açúcar simples (kcal)	Frutas e Hortaliças (g)
BISCOITO DOCE MAISENA E VITAMINA DE	1	1	420,34	68,52	9,90	12,06	1,47	42,65	190,70	40,03	1,24	1,18	205,66	58,03	0
SANDUICHE NATURAL COM SUCO DE POLPA DE	2	1	328,23	48,03	15,57	8,13	2,29	134,91	193,37	35,50	0,83	0,92	22,28	58,03	41
CUSCUZ DE MILHO COM LEITE	3	1	340,80	53,90	9,35	10,25	4,09	134,49	2,73	22,73	0,70	0,58	174,26	0,00	0
PETA CASEIRA E LEITE ACHOCOLATADO	4	1	389,44	60,89	8,39	12,40	0,51	142,58	2,73	29,62	0,99	1,08	227,94	0,00	0
TORTA NUTRITIVA E SUCO DE POLPA DE	5	1	380,82	52,44	20,55	9,76	1,86	109,86	5,26	44,91	1,12	1,28	63,39	58,03	24
BAIÃO DE DOIS, BIFE , SALADA DE ALFACE E	6	1	766,38	122,52	35,54	14,77	10,43	16,72	31,85	127,51	5,09	4,45	43,89	0,00	148
MARIA IZABEL COM SALADA DE CENOURA E	7	1	631,41	98,81	27,31	12,80	2,66	126,30	5,76	55,15	5,89	3,20	28,08	58,03	37
MACARRONADA COM CARNE MOÍDA, FEIJÃO,	8	1	701,92	111,09	34,66	13,87	10,18	4,25	39,20	129,66	6,21	5,78	77,81	0,00	153
ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO E	9	1	832,67	95,90	37,45	31,67	7,01	17,14	7,83	123,58	3,73	3,80	53,23	0,00	37
BAIÃO DE TRÊS COM SALADA DE REPOLHO E	10	1	795,07	94,93	22,73	34,88	6,96	6,34	7,39	79,83	3,56	2,70	37,09	0,00	37
FAROFA COLORIDA COM SUCO DE POLPA DE	11	1	495,75	63,97	7,99	23,30	4,02	126,08	187,88	30,80	1,18	1,27	49,98	58,03	18
BOLO DE POLVILHO COM SUCO DE POLPA DE	12	1	385,79	63,97	6,70	11,75	0,44	38,75	7,47	14,19	0,82	0,59	198,20	58,03	0
ARROZ COLORIDO COM TIRINHAS DE CARNE E	13	1	499,26	91,26	15,11	8,48	4,29	130,30	33,43	64,31	2,14	1,69	31,56	0,00	142
BEIJU COM COCO E LEITE ACHOCOLATADO	14	1	376,07	60,32	5,83	12,64	1,05	134,49	2,98	29,93	0,80	1,02	188,62	0,00	0
ARROZ COM ABOBORA E CARNE MOÍDA E	15	1	463,20	74,34	15,79	10,92	2,66	11,31	56,16	42,99	3,12	1,72	34,76	0,00	127
TOTAL		15,00	7807,13	1160,87	272,86	227,65	59,92	1176,17	774,75	870,73	37,44	31,26	1436,76	348,18	764,00
MÉDIA			520,48	77,39	18,19	15,18	3,99	78,41	51,65	58,05	2,50	2,08	95,78	4,46%	50,93