

MEC FNDE	DIRETORIA REGIONAL DE ARAGUAINA - CAFÉ DA MANHÃ - HIPERTENSÃO										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:	Dias de Atendimento:	100						Refeição Servida:	Café da manhã			
Nº do Cardápio:	CARDÁPIO:	BISCOITO DOCE MAISENA E VITAMINA DE ACEROLA									Frequência:	
1		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
Biscoito doce, maisena	60	265,69	45,14	4,84	7,18	1,26	0,00	3,73	22,29	0,62	1,06	32,67
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
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
TOTAL		420,34	68,52	9,90	12,06	1,47	42,65	190,70	40,03	1,24	1,18	205,66

MEC FNDE	DIRETORIA REGIONAL DE ARAGUAINA - CAFÉ DA MANHÃ - HIPERTENSÃO										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:	Dias de Atendimento:	100						Refeição Servida:	Café da manhã			
Nº do Cardápio:	CARDÁPIO:	SANDUICHE NATURAL COM SUÇO DE FRUTA (POLPA/SAFRA)									Frequência:	
2		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)
Alface lisa	5	0,69	0,12	0,08	0,01	0,12	0,00	1,07	0,46	0,02	0,03	1,38
Tomate	10	1,53	0,31	0,11	0,02	0,12	4,16	2,12	1,05	0,01	0,02	0,69
Frango, peito, sem pele	50	59,58	0,00	10,76	1,51	0,00	1,00	0,00	15,63	0,33	0,22	3,68
Cenoura	10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,32	84,05	0,51	1,12	0,02	0,02	2,25
Pão de trigo de forma integral	100	253,19	49,94	9,43	3,65	6,88	0,17	0,00	60,43	1,59	2,99	131,76
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	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Alho	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14
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
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
TOTAL		428,35	67,99	20,81	10,21	7,69	89,48	190,99	81,65	2,00	3,36	143,32

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE ARAGUAINA - CAFÉ DA MANHÃ - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:		Café da manhã		
N.º do Cardápio:		REFEIÇÃO:									Frequência:	
3		CARDÁPIO: CUSCUZ DE MILHO 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)
Flocos de milho	50	181,00	38,00	4,10	1,80	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
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
Margarina, sem sal	5	29,66	0,00	0,00	3,35	0,00	12,26	0,00	0,06	0,00	0,00	0,25
TOTAL		340,80	53,90	9,35	10,25	4,09	134,49	2,73	22,73	0,70	0,58	174,26

MEC FNDE		DIRETORIA REGIONAL DE ARAGUAINA - CAFÉ DA MANHÃ - HIPERTENSÃO									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:			100			Refeição Servida:		Café da manhã		
N.º do Cardápio:		REFEIÇÃO:									Frequência:	
4		CARDÁPIO: PETA CASEIRA 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)
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
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
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
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
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
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
TOTAL		397,43	62,13	8,44	12,75	0,51	145,59	2,73	31,74	1,03	0,98	258,91

