MEC FNDE	SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO, JUVENTUDE E ESPORTES	DIRETORIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE ARAGUAINA - INTOLERANCIA A LACTOSE 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	Carboidratos CHO	Proteínas Ptn	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	Açúcar simples	Frutas e Hortaliças
			(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(kcal)	(g)
BISCOITO CREAM CRACKER E SUCO DE	1	1	409,99	71,59	8,27	11,55	2,22	0,00	186,97	34,55	0,93	1,83	19,42	58,03	0
SANDUICHE NATURAL COM VITAMINA DE	2	1	374,56	50,10	19,50	10,98	3,92	95,60	190,99	62,46	1,14	1,74	25,43	58,03	26
CUSCUZ DE MILHO COM MARGARINA E LEITE	3	1	300,32	49,85	8,66	8,26	6,05	103,65	2,73	36,24	0,45	1,41	10,67	0,00	0
CUSCUZ DE ARROZ COM LEITE	4	1	306,82	55,35	7,91	6,46	2,41	103,65	2,73	36,24	0,45	2,26	25,67	0,00	0
PÃO COM CARNE MOÍDA E SUCO DE POLPA DE	5	1	475,70	76,82	14,35	12,00	2,54	3,38	0,86	34,21	2,22	1,88	24,11	58,03	4
ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO E SALADA	6	1	676,96	95,81	26,98	19,58	6,90	15,97	6,88	108,17	3,83	3,46	47,76	0,00	34
SOPA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA COM	7	1	552,24	88,85	21,83	12,28	8,98	210,29	21,61	98,38	3,71	4,19	67,57	58,03	104
BAIÃO DE DOIS, BIFE , SALADA DE REPOLHO E	8	1	770,34	133,91	36,32	9,76	10,98	23,34	31,41	126,89	5,06	5,18	62,00	0,00	128
MARIA IZABEL COM SALADA DE REPOLHO E	9	1	590,66	97,85	17,89	13,13	2,58	8,65	196,14	45,47	3,16	1,58	25,10	58,03	43
BAIÃO DE TRÊS COM SALADA ALFACE E	10	1	702,06	110,01	21,88	18,59	7,16	6,44	8,16	79,57	3,94	2,66	39,63	58,03	37
FAROFA COLORIDA COM SUCO DE POLPA DE	11	1	499,66	64,40	8,11	23,30	4,11	166,58	6,91	28,20	1,15	1,28	52,80	58,03	18
ARROZ, FEIJÃO, ASSADO DE PANELA, SALADA	12	1	492,19	73,66	22,17	11,86	6,06	7,58	34,97	83,53	3,61	3,61	40,93	58,03	23
GALINHADA COM LARANJA	13	1	493,51	74,85	21,51	11,31	2,90	186,07	56,97	60,31	2,68	1,53	39,59	0,00	127
VITAMINA DE BANANA E BISCOITO CREAM	14	1	411,47	72,94	12,24	10,64	6,32	11,21	21,59	89,84	1,18	2,73	26,70	58,03	100
BOLO DE POLVILHO COM SUCO DE POLPA DE	15	1	388,29	69,52	5,56	10,29	0,36	32,62	6,23	12,04	0,65	0,54	149,25	116,05	0
TOTAL		15,00	7444,79	1185,51	253,17	189,98	73,50	975,04	775,15	936,09	34,15	35,88	656,62	638,32	644,00
MÉDIA			496,32	79,03	16,88	12,67	4,90	65,00	51,68	62,41	2,28	2,39	43,77	8,57%	42,93