

MEC
FNDE

CARDÁPIOS_ALMOÇO_DRE DIANÓPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021
 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental, II ensino médio)
 Modalidade de Ensino: (índigenas, quilombolas, EJA...)

Horário da Refeição:

Faixa Etária :

Zona: (urbana e Rural)

SEDUC-TO

Nº de Alunos:

Dias de Atendimento:

Refeição Servida:

Almogó

N.º do Cardápio:

CARDÁPIO:

ARROZ/FEIJÃO/MACARRONADA COM CARNE MOIDA / SALADA DE REPOLHO COM

Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidos 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	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Arroz, tipo 1	90	322,01	70,88	6,44	0,30	1,48	0,00	0,00	27,35	1,10	0,61	3,97
Carne moída de 1ª	100	204,00	0,00	30,67	9,00	0,00	0,00	0,00	20,00	5,20	2,53	7,00
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Macarrão trigo	40	148,45	31,18	4,00	0,52	1,17	0,00	0,00	11,08	0,31	0,35	6,92
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
Repolho branco	30	5,14	1,16	0,26	0,04	0,57	0,00	5,62	2,55	0,05	0,05	10,36
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
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
TOTAL		932,57	137,77	52,30	18,59	13,38	12,69	15,51	174,15	8,23	7,86	97,80

SEDUC-TO

Almogó

Frequência:

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	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Arroz, tipo 1	90	322,01	70,88	6,44	0,30	1,48	0,00	0,00	27,35	1,10	0,61	3,97
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Couve manteiga	30	8,12	1,30	0,86	0,16	0,94	0,00	29,01	10,40	0,12	0,14	39,26
Feijão fradinho	40	135,67	24,50	8,08	0,95	9,44	0,00	0,00	71,36	1,55	2,05	31,01
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	100	143,11	1,64	13,03	8,90	0,00	78,83	0,00	12,66	1,08	1,56	42,02
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	40	6,13	1,26	0,44	0,07	0,47	16,65	8,49	4,22	0,05	0,09	2,78
TOTAL		710,49	101,07	29,22	20,40	12,65	95,68	39,22	128,08	3,95	4,50	122,31

Aimogö

SEDUCTO

Symone
Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Nº de Alunos:

0	Dias de Atendimento:
---	----------------------

Refeição Servida:

Almoço

N.º do Cardápio:

9

CARDÁPIO:

BAIAO DE DOIS COM FEIJAO VERDE/FRANGO AO MOLHO/SALADA DE ALFACE -

RUCULA E TOMATE

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)
Alfaxe lisa	20	2,76	0,49	0,34	0,02	0,47	0,00	4,28	1,82	0,07	0,12	5,50
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Agafração	0,5	1,55	0,33	0,06	0,03	0,02	0,13	0,40	1,32	0,01	0,06	0,56
Arroz, tipo 1	90	322,01	70,88	6,44	0,30	1,48	0,00	0,00	27,35	1,10	0,61	3,97
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Feijão fradinho	30	101,75	18,37	6,06	0,71	7,08	0,00	0,00	53,52	1,16	1,54	23,26
Frango, coxa e sobrecoxa,	150	312,00	0,00	24,45	23,03	0,00	12,75	0,00	36,00	2,48	1,05	11,25
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
Tomate	40	6,13	1,26	0,44	0,07	0,47	16,65	8,49	4,22	0,05	0,09	2,78
Sal - ^{med}	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Rúcula	20	2,63	0,44	0,35	0,02	0,35	0,00	9,26	3,56	0,05	0,19	23,31
TOTAL		844,28	93,27	38,50	34,20	10,19	29,73	24,15	129,89	4,96	3,71	73,89

Signature
Guillermo Rodríguez de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Nº de Alunos:

0 | Dias de Atendimento:

0

Refeição Servida:

Almoço

N.º do Cardápio:	7
------------------	---

CARDÁPIO:

GALINHADA COM FRANGO CAPIRA / SALADA DE REPOLHO COM TOMATE

Frequência:

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)
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11
Arroz, tipo 1	90	322,01	70,88	6,44	0,30	1,48	0,00	0,00	27,35	1,10	0,61	3,97
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Frango, caipira, inteiro, com	150	364,33	0,00	35,83	23,42	0,00	24,24	0,00	27,52	2,55	2,49	25,14
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
Pimentão verde	3	0,64	0,15	0,03	0,00	0,08	0,56	3,01	0,23	0,00	0,01	0,26
Repolho branco	40	6,85	1,54	0,35	0,06	0,76	0,00	7,49	3,41	0,06	0,06	13,82
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
TOTAL		795,01	75,23	43,37	33,92	2,92	37,74	19,16	65,82	3,80	3,39	48,96

Guilherme Rodrigues de S. Moraes
Nutricionista
CRN 14566

N.º do Cardápio: 8		CARDÁPIO: ARROZ /FEIJÃO/ CORTADINHO DE ABOBRINHA COM CARNE MOIDA											Sequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidos 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)		
Aboobrinha, italiana	40	7,71	1,72	0,46	0,06	0,54	7,84	2,75	7,98	0,07	0,10	6,05		
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27		
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11		
Arroz, tipo 1	100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41		
Carne moída de 2ª	80	193,60	0,00	19,38	12,34	0,00	0,00	0,00	16,00	4,57	2,25	6,40		
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40		
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60		
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29		
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		
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		

N.º do Cardápio:

CARDÁPIO:

ARROZ / FEIJÃO / OVO CAPIRÁ COZIDO / FAROFA DE JILÓ / SALADA DE ALFACE
TOMATE E RÚCULA

Frequência:

9												
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	UNIDADE: ENERGIA					
							Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
Alface lisa	(g) 20	(g) 2,76	(g) 0,49	(g) 0,34	(g) 0,02	(g) 0,47	(µg) 0,00	(Mg) 4,28	(Mg) 1,82	(Mg) 0,07	(Mg) 0,12	(Mg) 5,50
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Arroz, tipo 1	100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Farinha de mandioca torrada	30	109,58	26,76	0,37	0,09	1,96	0,00	0,00	12,00	0,11	0,36	22,66
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Jiló	15	4,10	0,93	0,21	0,03	0,72	2,13	1,02	3,09	0,02	0,05	3,00
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	100	143,11	1,64	13,03	8,90	0,00	78,83	0,00	12,66	1,08	1,56	42,02
Rúcula	20	2,63	0,44	0,35	0,02	0,35	0,00	9,26	3,56	0,05	0,19	23,31
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	40	6,13	1,26	0,44	0,07	0,47	16,65	8,49	4,22	0,05	0,09	2,78

Guillermo Rodríguez de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

S. Simoes
Guilhermina Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Formulário I - Cardápio

MEC	CARDÁPIOS_ALMOÇO_DRE DIANÓPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021	SEDUC-TO										
FNDE	Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)											
Nº de Alunos:	Dias de Atendimento:	Refeição Servida:										
	0	Almoço										
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	Baião de Três / Salada de Couve com Tomate										
12		Frequência:										
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	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Arroz, tipo 1	90	322,01	70,88	6,44	0,30	1,48	0,00	0,00	27,35	1,10	0,61	3,97
Carne, bovina, acém	100	144,03	0,00	20,82	6,11	0,00	2,17	0,00	13,28	5,21	1,51	4,72
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cebolinha	1	0,20	0,03	0,02	0,00	0,04	0,00	0,32	0,25	0,00	0,01	0,80
Coentro	1	3,09	0,48	0,21	0,10	0,37	2,93	0,41	3,93	0,05	0,81	7,84
Couve manteiga	30	8,12	1,30	0,86	0,16	0,94	0,00	29,01	10,40	0,12	0,14	39,26
Feijão fradinho	40	135,67	24,50	8,08	0,95	9,44	0,00	0,00	71,36	1,55	2,05	31,01
Limão, taiti	2	0,64	0,22	0,02	0,00	0,02	0,00	0,76	0,19	0,00	0,00	1,02
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
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	20	3,07	0,63	0,22	0,03	0,23	8,33	4,24	2,11	0,03	0,05	1,39
TOTAL		711,42	99,41	36,98	17,68	12,82	13,62	35,83	130,47	8,10	5,22	91,67

Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

01 Dias de Atendimento:

0

Refeição Servida:

Aimoco

N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:											ARROZ/ FEIJÃO/ BIFE COZIDO E SECO/ CORTADINHO DE MAXIXE/ MELANCIA											Frequência:	
13																									
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		2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27												
Arroz, tipo 1		100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41												
Carne, bovina, fraldinha		100	220,72	0,00	17,58	16,15	0,00	4,64	0,00	16,12	4,19	1,54	3,11												
Cebola		10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40												
Cheiro verde		2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60												
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29												
Melancia		200	65,21	16,28	1,77	0,00	0,25	57,00	12,29	19,26	0,19	0,45	15,44												
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												
Sal		1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00												
Tomate, extrato		6	3,66	0,90	0,15	0,01	0,17	0,00	1,08	1,76	0,02	0,13	1,74												
Maxixe		20	2,75	0,55	0,28	0,01	0,44	0,60	1,93	1,92	0,04	0,07	4,17												

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE	CARDÁPIOS _ALMOÇO_ DRE DIANOÓPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)	SEDUC-TO										
Nº de Alunos:	0 Dias de Atendimento:	Refeição Servida:										
N.º do Cardápio: 15	CARDÁPIO: ARROZ/ FEIJÃO / FAROFA COLORIDA DE PEIXE / SALADA DE TOMATE COM REPOLHO	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
Alho	(g) 2	(g) 2,26	(g) 0,48	(g) 0,14	(g) 0,00	(g) 0,09	(µg) 0,19	(Mg) 0,62	(Mg) 0,43	(Mg) 0,02	(Mg) 0,02	(Mg) 0,27
Açafrão	0,5	1,55	0,33	0,06	0,03	0,02	0,13	0,40	1,32	0,01	0,06	0,56
Arroz, tipo 1	100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Cebolinha	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Cenoura	30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,96	252,15	1,54	3,37	0,07	0,06	6,76
Coentro	2	6,18	0,96	0,42	0,21	0,75	5,85	0,82	7,86	0,09	1,63	15,68
Couve manteiga	10	2,71	0,43	0,29	0,05	0,31	0,00	9,67	3,47	0,04	0,05	13,09
Farinha de mandioca torrada	40	146,11	35,68	0,49	0,11	2,62	0,00	0,00	16,01	0,14	0,48	30,21
Feijão fradinho	50	169,58	30,62	10,10	1,18	11,80	0,00	0,00	89,20	1,94	2,56	38,76
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
Pescada filê	100	107,21	0,00	16,65	4,00	0,00	47,86	0,00	22,80	0,25	0,17	13,55
Repolho branco	30	5,14	1,16	0,26	0,04	0,57	0,00	5,62	2,55	0,05	0,05	10,36
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	40	6,13	1,26	0,44	0,07	0,47	16,65	8,49	4,22	0,05	0,09	2,78
TOTAL		905,66	152,48	36,53	16,11	19,39	322,84	28,02	182,68	3,90	5,86	138,72

Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

MEC
FNDECARDÁPIOS_ALMOÇO_DRE DIANÓPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021
Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)

SEDUC-TO

Nº de Alunos:

0 Dias de Atendimento:

0

Refeição Servida:

Almoço

N.º do Cardápio:

20

CARDÁPIO:

ARROZ / FEIJÃO / TORTA DE FRANGO/ SALADA DE ALFACE COM TOMATE

Frequência:

1

Nome do Alimento	Per Capita	Calorias	Carboidratos	Proteínas	Lipídios	Fibra	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio	Zinco	Ferro	Cálcio
		Kcal	CHO	PTN	LIP	Alimentar	(µg)	(mg)	Mg	(mg)	(mg)	(mg)
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Alface americana	30	2,64	0,52	0,18	0,04	0,31	0,00	3,29	1,72	0,07	0,08	4,33
Arroz, tipo 1	100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Farinha de trigo	30	108,14	22,53	2,94	0,41	0,70	0,00	0,00	9,30	0,25	0,29	5,36
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Fermento em pó químico	1	0,90	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Frango, peito, sem pele	70	83,41	0,00	15,07	2,11	0,00	1,40	0,00	21,88	0,46	0,30	5,15
Leite de vaca, integral pasteurizado	25	15,01	1,13	0,81	0,81	0,00	7,11	0,00	2,50	0,10	0,01	28,26
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
Milho verde	10	13,82	2,86	0,66	0,06	0,39	0,00	0,00	3,26	0,05	0,04	0,16
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	12,5	17,89	0,20	1,63	1,11	0,00	9,85	0,00	1,58	0,14	0,20	5,25
Pimentão verde	3	0,64	0,15	0,03	0,00	0,08	0,56	3,01	0,23	0,00	0,01	0,26
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	40	6,13	1,26	0,44	0,07	0,47	16,65	8,49	4,22	0,05	0,09	2,78
Tomate, extrato	3	1,83	0,45	0,07	0,01	0,08	0,00	0,54	0,88	0,01	0,06	0,87
TOTAL		880,19	140,40	39,34	16,98	13,21	55,04	17,05	183,10	3,85	5,80	121,63

Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Sophia
Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

MEC FNDE		CARDÁPIOS_ ALMOÇO_ DE DIANÓPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021 Formatório Cardápio Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)						SEDUC-TO					
Nº de Alunos:	0 Dias de Atendimento:		0		Refeição Servida:		Almoço						
N.º do Cardápio: 25		CARDÁPIO:	BAIÃO DE DOIS- ASSADO DE PANELA COM BATATA/ SALADA DE CENOURA/TOMATE							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)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Alio	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,13	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Açafraão	0,5	1,55	0,33	0,06	0,03	0,02	0,13	0,40	1,32	0,01	0,06	0,56	
Arroz, tipo 1	90	322,01	70,88	6,44	0,30	1,48	0,00	0,00	0,00	27,35	1,10	0,61	3,97
Batata inglesa	30	19,31	4,41	0,53	0,00	0,35	0,05	9,33	4,37	0,07	0,11	1,07	
Carne, bovina, músculo	150	212,37	0,00	32,34	8,24	0,00	2,87	0,00	26,18	5,48	2,80	5,46	
Cenoura	40	13,65	3,06	0,53	0,07	1,27	336,20	2,05	4,49	0,09	0,07	9,02	
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40	
Cebolinha	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60	
Coentro	2	6,18	0,96	0,42	0,21	0,75	5,85	0,82	7,86	0,09	1,63	15,68	
Feijão fradinho	50	169,58	30,62	10,10	1,18	11,80	0,00	0,00	89,20	1,94	2,56	38,76	
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	
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08	
TOTAL		844,26	112,63	51,10	20,10	16,39	357,79	20,68	166,03	8,86	7,96	79,86	

Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566


Guilherme Rodrigues de S. Moraes
Nutricionista
CRN 14566

Nº de Alunos:

0 Dias de Atendimento:

0

Refeição Servida:

Aimogo

N.º do Cardápio:

29

CARDÁPIO:

ARROZ/FEIJAO/MUSCULO COZIDO E SECO/ SALADA COZIDA(BATATA -CENOURA E CHUCHU)

Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboídratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)				(Mg)	(Mg)	(Mg)
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Arroz, tipo 1	100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41
Carne, bovina, músculo	150	212,37	0,00	32,34	8,24	0,00	2,87	0,00	26,18	5,48	2,80	5,46
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cebolinha	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Coentro	2	6,18	0,96	0,42	0,21	0,75	5,85	0,82	7,86	0,09	1,63	15,68
Feijão carioca	40	131,61	24,49	7,99	0,50	7,37	0,00	0,00	83,98	1,16	3,19	49,03
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
Batata inglesa	40	25,75	5,88	0,71	0,00	0,47	0,07	12,43	5,83	0,10	0,14	1,42
Cenoura	30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,96	252,15	1,54	3,37	0,07	0,06	6,76
Chuchu	30	5,09	1,24	0,21	0,02	0,38	0,00	3,18	2,17	0,03	0,05	3,45
Tomate, extrato	5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		829,40	115,80	49,69	17,38	12,07	261,13	20,59	163,34	8,21	8,70	90,93

Spencer
Guilherme Rodrigues de J. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Almoço

Frequência:

1

Guilherme Rodrigues de S. Moraes
Nutricionista
CRN 14566

Formulário I - Cardápio

MEC	CARDÁPIOS_ALMOÇO_DRE DIANÓPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021	SEDUC-TO										
FNDE	Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)											
Nº de Alunos:	Dias de Atendimento: 0	Almoço										
Nº do Cardápio:	Refeição Servida:	Frequência:										
32	ARROZ/ FEIJÃO/PEIXE COM MANDIOCA/ SALADA DE ALFACE	1										
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
Alho	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27	0,27
Açúcarão	0,5	1,55	0,33	0,06	0,03	0,02	0,13	0,40	1,32	0,01	0,06	0,56
Arroz, tipo 1	100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41
Alface lisa	30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cebolinha	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Coentro	2	6,18	0,96	0,42	0,21	0,75	5,85	0,82	7,86	0,09	1,63	15,68
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Limão, tahiti	2	0,64	0,22	0,02	0,00	0,02	0,00	0,76	0,19	0,00	0,00	1,02
Mandioca	40	60,57	14,47	0,45	0,12	0,75	0,40	6,61	17,80	0,08	0,11	6,08
Óleo de soja	6	53,04	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pescada filé	100	107,21	0,00	16,65	4,00	0,00	47,86	0,00	22,80	0,25	0,17	13,55
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	7	1,07	0,22	0,08	0,01	0,08	2,91	1,48	0,74	0,01	0,02	0,49
TOTAL		763,30	127,72	35,68	11,39	13,55	57,36	18,22	190,90	3,27	6,89	114,58

Guilherme Rodrigues de C. Morais
Nutricionista
CRN 14566

SEDUC-TO

Spinaord
Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

FİNDE

CARDÁPIOS_ALMOÇO_DRE DIANÓPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021
Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)

Almoço

0 | Dias de Atendimento:

REFEIÇÃO:

Refeição Servida:

Almoço

CARDAPIO:

ARROZ - FEIJAO - CORTADINHO DE CARNE COM BATATINHA - SALADA DE PEPINO

Frequência:

TOTAL

Spermael
Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Nome do Alimento	Per Capita	ARROZ/FEIJÃO/ TORTA DE PEIXE - LARANJA											Frequência:	
		Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	1	
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27		
Arroz, tipo 1	90	322,01	70,88	6,44	0,30	1,48	0,00	0,00	27,35	1,10	0,61	3,97		
Batata inglesa	20	12,87	2,94	0,35	0,00	0,23	0,03	6,22	2,92	0,05	0,07	0,71		
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40		
Cebolinha	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60		
Cenoura	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51		
Coentro	2	6,18	0,96	0,42	0,21	0,75	5,85	0,82	7,86	0,09	1,63	15,68		
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		
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29		
Fermento em pó químico	1	0,90	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Laranja, péra	150	55,16	13,42	1,57	0,19	1,15	16,82	80,60	12,92	0,09	0,14	32,83		
Leite de vaca, integral	20	12,01	0,90	0,64	0,65	0,00	5,69	0,00	2,00	0,08	0,01	22,61		
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	5	7,16	0,08	0,65	0,45	0,00	3,94	0,00	0,63	0,05	0,08	2,10		
Pescada filé	80	85,76	0,00	13,32	3,20	0,00	38,29	0,00	18,24	0,20	0,14	10,84		
Queijo, mussarela	20	65,97	0,61	4,53	5,04	0,00	21,80	0,00	4,71	0,70	0,06	175,01		
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Tomate, extrato	5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45		
TOTAL		981,60	154,59	42,57	21,27	14,91	260,71	91,28	199,82	4,26	7,29	341,40		

Formulário I - Cardápio

[illegible]

Symone
Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Formulário I - Cardápio

MEC FNDE	CARDÁPIOS_ALMOÇO_DRE DIANÓPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021	SEDUC-TO										
Nº de Alunos:	Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)	Frequência:										
Dias de Atendimento:	REFEIÇÃO: 	Almoço										
N.º do Cardápio: 37	CARDÁPIO:	1										
Nome do alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboídratos 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)
Alho	(g) 2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Açafraão	0,5	1,55	0,33	0,06	0,03	0,02	0,13	0,40	1,32	0,01	0,06	0,56
Arroz, tipo 1	100	357,79	78,76	7,16	0,34	1,64	0,00	0,00	30,38	1,22	0,68	4,41
Franjo, peito, sem pele	100	119,16	0,00	21,53	3,02	0,00	2,00	0,00	31,26	0,66	0,43	7,36
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cebolinha	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Coentro	2	6,18	0,96	0,42	0,21	0,75	5,85	0,82	7,86	0,09	1,63	15,68
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Limão, tahiti	2	0,64	0,22	0,02	0,00	0,02	0,00	0,76	0,19	0,00	0,00	1,02
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
Repolho branco	30	5,14	1,16	0,26	0,04	0,57	0,00	5,62	2,55	0,05	0,05	10,36
Rúcula	10	1,31	0,22	0,18	0,01	0,17	0,00	4,63	1,78	0,02	0,09	11,66
Sai	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	40	6,13	1,26	0,44	0,07	0,47	16,65	8,49	4,22	0,05	0,09	2,78
TOTAL		739,73	114,94	40,40	12,37	13,22	24,83	22,44	166,65	3,61	7,07	118,38

Nº de Alunos:

0 Dias de Atendimento:

REFEIÇÃO:

Refeição Servida:

Almogo

N.º do Cardápio:

39

CARDÁPIO:

ARROZ / FEIJÃO / COSTELA COM MANDIOCA/ SALADA (RÚCULA-ALFACE-TOMATE)

Frequência:

1998

39												
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)
Afndice lisa	20	2,76	0,49	0,34	0,02	0,47	0,00	4,28	1,82	0,07	0,12	5,50
Agafração	0,5	1,55	0,33	0,06	0,03	0,02	0,13	0,40	1,32	0,01	0,06	0,56
Alho	2	2,26	0,48	0,14	0,00	0,09	0,19	0,62	0,43	0,02	0,02	0,27
Arroz, tipo 1	7	25,05	5,51	0,50	0,02	0,11	0,00	0,00	2,13	0,09	0,05	0,31
Carne, bovina, costela	100	357,72	0,00	16,71	31,75	0,00	4,57	0,00	11,68	2,70	1,20	0,00
Cebola	10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cebolinha	2	0,39	0,07	0,04	0,01	0,07	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Coentro	2	6,18	0,96	0,42	0,21	0,75	5,85	0,82	7,86	0,09	1,63	15,68
Feijão carioca	35	115,16	21,43	6,99	0,44	6,45	0,00	0,00	73,48	1,02	2,80	42,90
Mandioca	50	75,71	18,08	0,57	0,15	0,94	0,50	8,26	22,25	0,10	0,14	7,60
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
Pimentão verde	3	0,64	0,15	0,03	0,00	0,08	0,56	3,01	0,23	0,00	0,01	0,26
Rúcula	10	1,31	0,22	0,18	0,01	0,17	0,00	4,63	1,78	0,02	0,09	11,66
Sal	1,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	40	6,13	1,26	0,44	0,07	0,47	16,65	8,49	4,22	0,05	0,09	2,78
TOTAL		669,53	49,85	26,57	40,73	9,83	28,46	31,61	128,87	4,19	6,24	90,50

[illegible]

MEC
FNDE

Horário da Refeição:
Faixa Etária:
Zona: (urbana e Rural)

SEDUC-TO

MÉDIA DAS RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

REFEIÇÃO	N.º DO CARDÁPIO	FREQUÊNCIA A	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas Ptn (g)	Lípidos Lip (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (mg)	Magnésio (mg)	Zinco (mg)	Ferro (mg)	Cálcio Ca (mg)	Açúcar simples (g)	Frutas e Hortaliças (g)
ARROZ /	1	1	932,57	137,77	52,30	16,59	13,38	12,69	15,51	174,15	8,23	7,86	97,80		74
ARROZ /	2	1	927,12	123,45	46,08	26,70	13,08	50,92	36,09	197,06	6,09	6,39	123,64		84
BAIÃO DE DOIS	3	1	710,49	101,07	29,22	20,40	12,65	95,68	39,22	128,08	3,95	4,50	122,31		84
ARROZ /	4	1	800,87	112,64	45,37	17,81	14,25	19,41	34,99	163,05	7,24	6,58	109,22		84
ARROZ /	5	1	864,59	131,51	40,56	18,67	14,25	170,21	26,95	174,01	6,54	7,21	134,12		84
BAIÃO DE DOIS	6	1	844,28	93,27	36,50	34,20	10,18	29,73	24,15	129,89	4,95	3,71	73,89		94
GALINHADA	7	1	795,01	75,23	43,37	33,92	2,92	37,74	19,16	65,62	3,80	3,39	48,98		79
ARROZ	8	1	822,16	113,24	37,46	23,44	11,76	8,30	5,28	164,09	7,39	7,18	82,53		54
ARROZ	9	1	886,07	142,38	32,25	20,12	15,16	97,80	24,77	174,82	4,10	7,10	168,24		108
ARROZ /	10	1	926,10	136,84	35,73	23,38	12,97	26,31	16,54	170,05	7,20	7,40	99,00		78
ARROZ /	11	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		99
BAIÃO DE	12	1	704,41	97,89	36,59	17,64	12,37	5,29	31,12	127,17	6,06	5,15	88,89		86
ARROZ /	13	1	806,78	128,65	37,11	27,15	11,71	61,84	15,82	175,78	7,14	6,93	90,42		234
ARROZ /	14	1	789,41	129,33	34,37	14,66	14,56	61,29	71,52	184,08	3,43	7,13	141,62		190
ARROZ /	15	1	942,18	161,40	36,65	16,14	20,04	322,84	29,02	186,68	3,94	5,98	146,27		121
ARROZ COM	16	1	824,46	141,04	36,27	13,23	14,99	308,19	36,53	196,72	3,27	6,38	106,96		186
ARROZ /	17	1	751,79	116,79	35,18	15,17	12,76	222,72	15,84	172,25	3,14	5,92	97,68		64
ARROZ /	18	1	755,52	117,96	37,12	14,36	14,47	63,05	16,66	169,34	3,10	33,02	98,99		87
ARROZ /	19	1	741,17	113,43	34,79	15,70	14,72	51,11	8,06	162,70	3,56	4,41	73,66		70
ARROZ /	20	1	989,35	149,07	44,89	22,89	13,21	138,19	17,05	199,96	4,44	5,64	96,04		137
ARROZ /	21	1	759,40	123,50	41,29	10,26	4,69	99,49	31,86	167,44	3,66	4,57	3,63		48,16
SIRIGADO /	22	1	809,61	132,98	37,16	13,79	14,34	28,38	39,20	193,72	6,03	7,85	133,96		158
ARROZ /	23	1	637,52	138,04	36,19	14,43	14,23	341,13	36,27	182,04	4,97	6,38	113,84		157
ARROZ /	24	1	739,89	111,68	35,69	16,14	15,87	353,52	19,72	149,04	6,25	5,82	67,97		116
BAIÃO DE DOIS	25	1	727,40	114,80	35,71	13,31	13,20	71,12	29,59	179,57	3,21	7,02	138,67		91
ARROZ /	26	1	891,07	117,80	43,07	26,59	13,00	96,74	17,89	169,02	8,61	7,92	98,57		94
ARROZ /	27	1	618,58	84,70	34,86	14,35	11,56	256,20	19,64	168,57	8,15	7,87	81,60		106
ARROZ COM	28	1	824,14	114,84	49,38	17,27	11,56	234,63	17,82	181,51	3,27	6,79	119,32		106
ARROZ /	29	1	746,55	118,96	36,23	13,43	14,13	234,63	17,82	181,51	3,27	6,79	119,32		106
ARROZ /	30	1	957,00	115,86	36,04	38,20	13,51	27,26	26,59	168,70	5,72	8,03	127,59		88
ARROZ /	31	1	738,14	121,70	35,80	11,31	13,97	50,96	8,41	107,04	3,36	6,78	110,83		95
BAIÃO DE DOIS	32	1	709,53	97,11	46,22	13,88	10,40	17,61	14,78	148,45	3,49	4,77	74,23		78
ARROZ -	33	1	758,98	116,25	40,74	12,76	13,14	29,23	20,63	175,36	6,63	8,51	95,83		116
ARROZ -	34	1	881,90	154,77	42,25	21,72	15,92	260,71	91,28	193,62	4,10	7,10	337,83		206
ARROZ -	35	1	856,57	123,09	22,33	7,66	11,91	3,69	11,25	124,20	3,53	4,70	83,22		46
ARROZ A	36	1	794,95	113,93	40,09	12,32	12,80	16,51	16,33	183,69	3,56	7,01	113,54		86
ARROZ -	37	1	799,72	117,19	44,61	15,86	13,07	179,52	12,73	174,20	7,31	8,76	96,42		73
ARROZ /	38	1	669,53	49,85	26,57	40,73	9,83	28,46	31,61	128,87	4,19	6,24	90,50		139
BAIÃO DE DOIS	39	1	841,55	92,83	38,15	34,18	9,84	29,73	14,89	126,33	4,91	3,52	50,58		76
ARROZ /	40	1													
TOTAL		40,00	31271,39	4572,84	1487,10	752,57	492,29	3757,78	983,31	6274,04	197,48	269,98	4338,96	0,00	2835,00
MÉDIA			781,86	114,32	37,18	18,81	12,31	93,94	24,58	156,85	4,94	6,72	108,47	0,00%	70,88

Guilherme Rodrigues de S. Moraes
Nutricionista
CRN 14566