

**CARDÁPIOS\_CAFÉ DA MANHÃ\_DRE DIANÓPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021**

**Horário da Refeição:**

**Faixa Etária :**

Zona: (urbana e Rural)

Nº de Alunos:

Dias de Atendimento:

0

Refeição Servida:

Café da manhã

N.º do Cardápio:

PÃO CASEIRO / LEITE CARAMELIZADO/MELANCIA

**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)      |
| Agúcar cristal                | 8          | 30,95         | 7,97             | 0,03          | 0,00         | 0,00            | 0,00       | 0,00       | 0,08        | 0,00     | 0,01     | 0,61      |
| Farinha de trigo              | 20         | 72,09         | 15,02            | 1,96          | 0,27         | 0,47            | 0,00       | 0,00       | 6,20        | 0,17     | 0,19     | 3,57      |
| Fermento biológico tablete    | 1          | 0,90          | 0,08             | 0,17          | 0,02         | 0,04            | 0,00       | 0,00       | 0,38        | 0,11     | 0,03     | 0,18      |
| Gergelim, semente             | 4          | 23,34         | 0,86             | 0,85          | 2,02         | 0,47            | 0,13       | 0,00       | 14,43       | 0,21     | 0,22     | 33,02     |
| Leite de vaca, integral em pó | 30         | 149,00        | 11,75            | 7,63          | 8,07         | 0,00            | 108,32     | 0,00       | 23,23       | 0,82     | 0,16     | 267,08    |
| Melancia                      | 150        | 48,91         | 12,21            | 1,33          | 0,00         | 0,19            | 42,75      | 9,22       | 14,45       | 0,15     | 0,34     | 11,58     |
| Óleo de soja                  | 2,5        | 22,10         | 0,00             | 0,00          | 2,50         | 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      |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
| TOTAL                         |            | 347,29        | 47,89            | 11,95         | 12,88        | 1,17            | 151,20     | 9,22       | 58,77       | 1,45     | 0,94     | 316,04    |

*Guillermo Rodríguez del Moral*  
Guillermo Rodríguez del Moral  
Nutricionista  
GRN 14566







| N.º do Cardápio:              |  | CARDÁPIO:  |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          | BEIJU COM MARGARINA/ LEITE ACHOCOLATADO |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Frequência: |  |
|-------------------------------|--|------------|---------------|------------------|---------------|--------------|-----------------|------------|------------|-------------|----------|----------|-----------------------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|-------------|--|
| 5                             |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 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                                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
| Leite de vaca, integral em pó |  | 30         | 149,00        | 11,75            | 7,63          | 8,07         | 0,00            | 108,32     | 0,00       | 23,23       | 0,82     | 0,16     | 267,08                                  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
| 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                                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
| 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                                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
| Sal                           |  | 1          | 0,00          | 0,00             | 0,00          | 0,00         | 0,00            | 0,00       | 0,00       | 0,00        | 0,00     | 0,00     | 0,00                                    |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |
|                               |  |            |               | </               |               |              |                 |            |            |             |          |          |                                         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |             |  |

Guilherme Rodrigues de S. Moraes  
Nutricionista  
CRN 14566













## Formulário I - Cardápio

| <b>MEC</b>                    | <b>CARDÁPIOS_CAFÉ DA MANHÃ_DRE DIANOPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021</b>   |               |                  |               |              |                 |                 | <b>SEDUC-TO</b>   |               |          |          |           |
|-------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------|------------------|---------------|--------------|-----------------|-----------------|-------------------|---------------|----------|----------|-----------|
| FNDE                          | Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
| Nº de Alunos:                 | Dias de Atendimento:                                                  | 0             |                  |               |              |                 |                 | Refeição Servida: | Café da manhã |          |          |           |
| N.º do Cardápio:              | VITAMINA NUTRITIVA / BISCOITO SALGADO/ MELANCIA                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
| 12                            | CARDÁPIO:                                                             |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
| Nome do Alimento              | Per Capita<br>(g)                                                     | Calorias Kcal | Carboidratos CHO | Proteínas PTN | Lípidios 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)     | (Mg)     | (Mg)      |
| Biscoito salgado, cream       | 30                                                                    | 129,52        | 20,62            | 3,02          | 4,33         | 0,75            | 0,00            | 0,00              | 11,92         | 0,34     | 0,66     | 6,00      |
| Leite de vaca, integral em pó | 30                                                                    | 149,00        | 11,75            | 7,63          | 8,07         | 0,00            | 108,32          | 0,00              | 23,23         | 0,82     | 0,16     | 267,08    |
| Maçã Fuji                     | 20                                                                    | 11,10         | 3,03             | 0,06          | 0,00         | 0,27            | 0,54            | 0,48              | 0,41          | 0,00     | 0,02     | 0,38      |
| Mamão Papaia                  | 20                                                                    | 8,03          | 2,09             | 0,09          | 0,02         | 0,21            | 5,68            | 16,44             | 4,44          | 0,01     | 0,04     | 4,48      |
| Melancia                      | 200                                                                   | 65,21         | 16,28            | 1,77          | 0,00         | 0,25            | 57,00           | 12,29             | 19,26         | 0,19     | 0,45     | 15,44     |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
|                               |                                                                       |               |                  |               |              |                 |                 |                   |               |          |          |           |
| TOTAL                         |                                                                       | 362,86        | 53,77            | 12,56         | 12,43        | 1,48            | 171,54          | 29,22             | 59,26         | 1,37     | 1,33     | 293,39    |

Guilherme Rodrigues de S. Morais  
Nutricionista  
CRN 14566



## Formulário I - Cardápio

| <b>MEC</b>                    | <b>CARDAPIOS CAFE DA MANHA_DRE DIANOPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021</b>          |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       | <b>SEDUC-TO</b>        |                     |                     |                      |
|-------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------|-------------------|-----------------|---------------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|---------------------|---------------------|----------------------|
| <b>FNDE</b>                   | <b>Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)</b> |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
| Nº de Alunos:                 | 0                                                                            | Dias de Atendimento: | 0                                      | Refeição Servida: |                 | Café da manhã             |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
| N.º do Cardápio:              | 14                                                                           | CARDÁPIO:            | PÃO COM OVO MEXIDO/ LEITE ACHOCOLATADO |                   |                 |                           |                       |                       |                        | Frequência:         |                     |                      |
|                               |                                                                              |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        | 1                   |                     |                      |
| Nome do Alimento              | Per Capita<br>(g)                                                            | Calorias<br>Kcal     | Carboidratos<br>CHO                    | Proteínas<br>PTN  | Lipídios<br>LIP | Fibra<br>Alimentar<br>(g) | Vitamina<br>A<br>(µg) | Vitamina<br>C<br>(Mg) | Magnésio<br>Mg<br>(Mg) | Zinco<br>Zn<br>(Mg) | Ferro<br>Fe<br>(Mg) | Cálcio<br>Ca<br>(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                 |
| Leite de vaca, integral em pó | 30                                                                           | 149,00               | 11,75                                  | 7,63              | 8,07            | 0,00                      | 108,32                | 0,00                  | 23,23                  | 0,82                | 0,16                | 267,08               |
| 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                 |
| Ovo de galinha inteiro        | 50                                                                           | 71,56                | 0,82                                   | 6,52              | 4,45            | 0,00                      | 39,41                 | 0,00                  | 6,33                   | 0,54                | 0,78                | 21,01                |
| 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                           |                                                                              | 0,00                 | 0,00                                   | 0,00              | 0,00            | 0,00                      | 0,00                  | 0,00                  | 0,00                   | 0,00                | 0,00                | 0,00                 |
|                               |                                                                              |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
|                               |                                                                              |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
|                               |                                                                              |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
|                               |                                                                              |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
|                               |                                                                              |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
|                               |                                                                              |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
|                               |                                                                              |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
|                               |                                                                              |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
|                               |                                                                              |                      |                                        |                   |                 |                           |                       |                       |                        |                     |                     |                      |
| TOTAL                         |                                                                              | 454,76               | 51,01                                  | 18,54             | 19,29           | 1,54                      | 228,81                | 2,73                  | 49,96                  | 1,85                | 1,97                | 300,41               |

Guilherme Rodrigues de S. Moraes  
Nutricionista  
CRN 14566

## Formulário I - Cardápio

| MEC<br>FNDE                       |                      |                                                                      |                                     |                   |              | CARDÁPIOS_CAFE DA MANHA_DRE DIANÓPOLIS - 2º SEMESTRE DE 2021 |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
|-----------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------|--------------|--------------------------------------------------------------|------------|------------|-------------|----------|----------|-----------|-----------------------------|--|--|
|                                   |                      |                                                                      |                                     |                   |              |                                                              | SEDUC-TO   |            |             |          |          |           |                             |  |  |
| N° de Alunos:                     | Dias de Atendimento: | Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio) |                                     |                   |              |                                                              |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
|                                   | 0                    | Dias de Atendimento:                                                 | 0                                   | Refeição Servida: |              |                                                              |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
| N.º do Cardápio:<br><div>15</div> |                      | CARDÁPPIO:                                                           | FAROFA DE FRANGO COM SUCO DE GOIABA |                   |              |                                                              |            |            |             |          |          |           | Frequência:<br><div>1</div> |  |  |
| Nome do Alimento                  | Per Capita           | Calorias Kcal                                                        | Carboídratos 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      |                             |  |  |
| 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      |                             |  |  |
| Açúcar cristal                    | 10                   | 38,68                                                                | 9,96                                | 0,03              | 0,00         | 0,00                                                         | 0,00       | 0,00       | 0,10        | 0,00     | 0,02     | 0,76      |                             |  |  |
| 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      |                             |  |  |
| 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     |                             |  |  |
| 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      |                             |  |  |
| Goiaba vermelha, com casca        | 40                   | 21,67                                                                | 5,20                                | 0,43              | 0,18         | 2,49                                                         | 0,00       | 32,24      | 2,76        | 0,05     | 0,07     | 1,78      |                             |  |  |
| 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                    | 0,00                                                                 | 0,00                                | 0,00              | 0,00         | 0,00                                                         | 0,00       | 0,00       | 0,00        | 0,00     | 0,00     | 0,00      |                             |  |  |
|                                   |                      |                                                                      |                                     |                   |              |                                                              |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
|                                   |                      |                                                                      |                                     |                   |              |                                                              |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
|                                   |                      |                                                                      |                                     |                   |              |                                                              |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
|                                   |                      |                                                                      |                                     |                   |              |                                                              |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
|                                   |                      |                                                                      |                                     |                   |              |                                                              |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
|                                   |                      |                                                                      |                                     |                   |              |                                                              |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
|                                   |                      |                                                                      |                                     |                   |              |                                                              |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
|                                   |                      |                                                                      |                                     |                   |              |                                                              |            |            |             |          |          |           |                             |  |  |
| TOTAL                             |                      | 359,93                                                               | 51,99                               | 11,98             | 11,85        | 5,30                                                         | 1,23       | 33,83      | 37,12       | 0,56     | 0,87     | 39,42     |                             |  |  |

Guilherme Rodrigues de S. Mota  
Nutricionista  
CRN 14566









Café da manhã

**Frequência:**

| Nome do Alimento           | Per Capita | Calorias | Carboidratos | Proteínas | Lípidios | Fibra     | Vitamina | Vitamina | Magnésio | Zinco | Ferro | Cálcio |
|----------------------------|------------|----------|--------------|-----------|----------|-----------|----------|----------|----------|-------|-------|--------|
|                            | (g)        | Kcal     | CHO          | PTN       | LIP      | Alimentar | A        | C        | Mg       | Zn    | Fe    | Ca     |
| Alho                       | 1          | 1,13     | 0,24         | 0,07      | 0,00     | 0,04      | 0,10     | 0,31     | 0,21     | 0,01  | 0,01  | 0,14   |
| 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   |
| Açúcar cristal             | 10         | 38,68    | 9,96         | 0,03      | 0,00     | 0,00      | 0,00     | 0,00     | 0,10     | 0,00  | 0,02  | 0,76   |
| 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                  | 1          | 0,20     | 0,03         | 0,02      | 0,00     | 0,04      | 0,00     | 0,32     | 0,25     | 0,00  | 0,01  | 0,80   |
| 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                    | 1          | 3,09     | 0,48         | 0,21      | 0,10     | 0,37      | 2,93     | 0,41     | 3,93     | 0,05  | 0,81  | 7,84   |
| 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   |
| Goiabá vermelha, com casca | 40         | 21,67    | 5,20         | 0,43      | 0,18     | 2,49      | 0,00     | 32,24    | 2,76     | 0,05  | 0,07  | 1,78   |
| 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   |
| 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  |
| Sal                        | 1          | 0,00     | 0,00         | 0,00      | 0,00     | 0,00      | 0,00     | 0,00     | 0,00     | 0,00  | 0,00  | 0,00   |
|                            |            |          |              |           |          |           |          |          |          |       |       |        |
|                            |            |          |              |           |          |           |          |          |          |       |       |        |
|                            |            |          |              |           |          |           |          |          |          |       |       |        |
|                            |            |          |              |           |          |           |          |          |          |       |       |        |
|                            |            |          |              |           |          |           |          |          |          |       |       |        |
|                            |            |          |              |           |          |           |          |          |          |       |       |        |
|                            |            |          |              |           |          |           |          |          |          |       |       |        |
|                            |            |          |              |           |          |           |          |          |          |       |       |        |
|                            |            |          |              |           |          |           |          |          |          |       |       |        |
| TOTAL                      |            | 354,51   | 61,61        | 12,15     | 6,86     | 3,82      | 172,26   | 34,94    | 29,09    | 0,50  | 1,49  | 34,46  |

Guilherme Rodrigues de S. Morais  
Nutricionista  
CRN 14566



| N.º do Cardápio:                |            | CARDÁPIO:     |                  | VITAMINA DE ABACATE / BISCOITO SALGADO |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  | Frequência: |  |
|---------------------------------|------------|---------------|------------------|----------------------------------------|--------------|-----------------|------------|------------|-------------|----------|----------|-----------|--|--|-------------|--|
| 22                              |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  | 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                  | 5          | 19,34         | 4,98             | 0,02                                   | 0,00         | 0,00            | 0,00       | 0,00       | 0,05        | 0,00     | 0,01     | 0,38      |  |  |             |  |
| Abacate                         | 40         | 38,46         | 2,41             | 0,50                                   | 3,36         | 2,53            | 24,48      | 3,46       | 5,87        | 0,09     | 0,08     | 3,17      |  |  |             |  |
| Biscoito salgado, cream cracker | 40         | 172,69        | 27,49            | 4,02                                   | 5,77         | 1,00            | 0,00       | 0,00       | 15,90       | 0,45     | 0,88     | 8,00      |  |  |             |  |
| Leite de vaca, integral em pó   | 30         | 149,00        | 11,75            | 7,63                                   | 8,07         | 0,00            | 108,32     | 0,00       | 23,23       | 0,82     | 0,16     | 267,08    |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |
|                                 |            |               |                  |                                        |              |                 |            |            |             |          |          |           |  |  |             |  |



**Café da manhã**

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                       | 10         | 38,68         | 9,96             | 0,03          | 0,00         | 0,00            | 0,00       | 0,00       | 0,10        | 0,00     | 0,02     | 0,76      |
| Agatão                               | 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                                 | 1          | 1,13          | 0,24             | 0,07          | 0,00         | 0,04            | 0,10       | 0,31       | 0,21        | 0,01     | 0,01     | 0,14      |
| 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      |
| Carne moída de 1ª                    | 30         | 61,20         | 0,00             | 9,20          | 2,70         | 0,00            | 0,00       | 0,00       | 6,00        | 1,56     | 0,76     | 2,10      |
| Cebola                               | 5          | 1,97          | 0,44             | 0,09          | 0,00         | 0,11            | 0,00       | 0,23       | 0,60        | 0,01     | 0,01     | 0,70      |
| 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      |
| 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      |
| 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     |
| Manga Palmer                         | 50         | 36,24         | 9,68             | 0,21          | 0,09         | 0,82            | 0,00       | 32,76      | 4,36        | 0,04     | 0,05     | 5,82      |
| 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      |
| 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      |
| Sal                                  | 1          | 0,00          | 0,00             | 0,00          | 0,00         | 0,00            | 0,00       | 0,00       | 0,00        | 0,00     | 0,00     | 0,00      |
|                                      |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                                      |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                                      |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                                      |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
|                                      |            |               |                  |               |              |                 |            |            |             |          |          |           |
| TOTAL                                |            | 424,50        | 73,76            | 16,95         | 8,65         | 4,13            | 39,67      | 55,30      | 55,58       | 2,31     | 1,80     | 56,89     |



Guillermo Rodríguez de S. Norais  
Nutricionista  
CRN 14566



Café da manhã

**Frequência:**  
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 |
|-------------------------------|------------|---------------|------------------|---------------|--------------|-----------------|-----------------|-----------------|-------------|----------|----------|-----------|
|                               | (g)        | (g)           | (g)              | (g)           | (g)          | (g)             |                 |                 | (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      |
| Leite de vaca, Integral em pó | 30         | 149,00        | 11,75            | 7,63          | 8,07         | 0,00            | 108,32          | 0,00            | 23,23       | 0,82     | 0,16     | 267,08    |
| Mamão Formosa                 | 150        | 68,01         | 17,33            | 1,22          | 0,18         | 2,72            | 55,50           | 117,79          | 25,99       | 0,11     | 0,35     | 37,31     |
| 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      |
| 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      |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |                 |                 |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |                 |                 |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |                 |                 |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |                 |                 |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |                 |                 |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |                 |                 |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |                 |                 |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |                 |                 |             |          |          |           |
|                               |            |               |                  |               |              |                 |                 |                 |             |          |          |           |
| TOTAL                         |            | 436,74        | 67,53            | 13,25         | 13,38        | 4,26            | 264,16          | 120,52          | 69,68       | 1,41     | 1,54     | 316,94    |





SEDUC-TO

Guilherme Rodrigues de S. Morais  
Nutricionista  
CRN 14566