

CARDÁPIOS_LANCHE ENSINO INTEGRAL_DRE DIANOPOLIS_2º SEMESTRE DE 2021

Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)

Modalidade de Ensino: (indígenas, quilombolas, EJA...)

Horário da Refeição:

Faixa Etária :

Zona: (urbana e Rural)

SEDUC-TO

Nº de Alunos:		Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Lanche
---------------	--	----------------------	---	-------------------	--------

N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:										CUSCUZ DE MILHO COM CARNE MOIDA /SUCO DE GOIABA			Frequência:	
1												1				
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca				
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)				
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				
Agúcar cristal	10	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76				
Carne moída de 2ª	50	121,00	0,00	12,11	7,71	0,00	0,00	0,00	10,00	2,86	1,41	4,00				
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				
Flocos de milho	50	181,00	38,00	4,10	1,80	3,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				
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				
Pimentão verde	3	0,64	0,15	0,03	0,00	0,08	0,56	3,01	0,23	0,00	0,01	0,26				
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00				

Formulário I - Cardápio

[illegible]

Guilherme
Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

MEC FNDE	CARDAPIOS_LANCHE ENSINO INTEGRAL_DRE DIANOPOLIS_2º SEMESTRE DE 2021 Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)	SEDUC-TO
-------------	---	----------

N.º do Cardápio:	
CARDÁPIO:	IOGURTE COM BISCOITO SALGADO/ BANANA
Frequência:	

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]

TOTAL	410.07	72.84	10.71	10.50	3.48	57.26	21.59	58.27	1.21 1.26 217.63

DIETITIAN
CRN 14566

Guilherme Rodrigues de P. Morais
Nutricionista
CRN 14566

SEDUC-TO

Guillermo Rodríguez de S. Morán
Nutricionista
CRN 14566

Formulário I - Cardápio

MEC	CARDÁPIOS_LANCHE ENSINO INTEGRAL_DRE DIANOPOLIS_2º SEMESTRE DE 2021						SEDUC-TO					
FNDE	Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)											
Nº de Alunos:	Dias de Atendimento:	0			Refeição Servida:	Lanche						
N.º do Cardápio: 18	CARDÁPIO:	PAO COM MARGARINA/ LEITE ACHOCOLATADO/BANANA									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
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
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
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
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		466,97	76,15	13,29	13,27	3,59	211,87	24,32	69,99	1,45	1,57	287,19

Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Guilherme Rodrigues de S. Moraes
Nutricionista
CRN 14566

SEDUC-TO

REFEIÇÃO:

Lanche

FAROFA DE PEIXE/ SUCO DE GOIABA/ BANANA

Frequência:

Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

Formulário I - Cardápio

MEC	CARDÁPIOS_LANCHE ENSINO INTEGRAL_DRE DIANOPOLIS_2º SEMESTRE DE 2021	SEDUC-TO										
FNDE	Etapas de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)											
Nº de Alunos:	0 Dias de Atendimento:	Lanche										
	REFEIÇÃO: 0											
N.º do Cardápio: 34	CARDÁPPIO:	MACARRONADA AO MOLHO DE CARNE MOÍDA										
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
Alho	(g) 1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Carne moída de 2ª	50	121,00	0,00	12,11	7,71	0,00	0,00	0,00	10,00	2,86	1,41	4,00
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
Macarrão trigo	50	185,56	38,97	5,00	0,65	1,46	0,00	0,00	13,85	0,39	0,44	8,65
Óleo de soja	4	35,36	0,00	0,00	4,00	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
Tomate, extrato	10	6,09	1,50	0,24	0,02	0,28	0,00	1,80	2,93	0,04	0,21	2,91
TOTAL		351,96	41,29	17,56	12,40	1,92	0,10	2,98	28,08	3,30	2,09	17,99

Guilherme Rodrigues de S. Morais
Nutricionista
CRN 14566

CARDÁPIOS_LANCHE ENSINO INTEGRAL_DRE DIANOPOLIS_2º SEMESTRE DE 2021
Etapa de Ensino: (pré-escola, ensino fundamental I, II ensino médio)
Modalidade de Ensino: (indígenas, quilombolas, EJA...)
Horário da Refeição:
Faixa Etária:
Zona: (urbana e Rural)

SEDUC-TO

MÉDIA DAS RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

REFEIÇÃO	N.º DO CARDÁPIO	FREQUÊNCIA	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas Ptn	Lípidos LP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	Apúcar simples	Frutas e Hortaliças
CUSCUD DE MILHO COM CARNE MOIDA /SUCO	1	1	456,89	54,46	16,97	19,74	6,46	0,79	36,83	15,71	2,94	1,58	9,79	38,68	51
ROSCA COM LEITE ACHOCOLATADO	2	1	394,83	55,64	13,57	12,95	1,37	197,62	2,73	45,94	1,50	1,23	296,08	15,47	100
CUSCUD DE ARROZ/ LEITE CARAMELIZADO/	3	1	494,35	62,07	12,27	11,50	2,11	130,80	21,59	49,75	0,96	1,41	291,07	19,34	100
MACARRÃO COM FRANGO E	4	1	386,51	62,07	18,91	7,58	5,02	322,45	121,27	56,88	1,00	1,06	78,17	38,68	285
FAROFÁ COLORIDA DE PESCADÃO/ SUCO DE	5	1	362,16	50,60	11,70	12,66	4,11	195,98	25,34	36,36	0,42	0,92	75,44	38,68	45
MEXIDÃO/SUCO DE ACEROLA	6	1	402,30	61,01	13,73	11,86	7,86	5,19	190,68	70,56	1,25	1,85	65,38	38,68	18
MISTO FRIO/ LEITE ACHOCOLATADO	7	1	450,78	47,09	18,66	20,85	1,59	239,87	78,23	49,54	2,35	2,65	609,76	38,68	18
IOGURTE COM BISCOITO SALGADO/ BANANA	8	1	410,07	72,84	10,71	10,50	3,48	57,26	21,59	58,27	1,21	1,26	217,63	38,68	100
PASTEL DE FORNO /SUCO DE ACEROLA	9	1	359,35	43,50	20,08	11,36	1,94	28,65	188,90	36,31	1,06	2,09	35,82	38,68	8
PAO COM FRANGO DESFIADO-ALFACE-	10	1	427,18	73,54	17,37	8,43	6,79	102,47	64,43	65,33	1,04	1,42	31,74	38,68	198
PAO CASEIRO / LEITE ACHOCOLATADO	11	1	362,92	49,32	12,02	13,23	1,51	188,04	2,73	55,07	1,49	1,23	310,46	19,34	61
MUNJICA DE CARNE MOIDA/ PAO FRANCES	12	1	399,39	49,08	17,12	14,56	2,75	6,71	12,94	61,52	3,41	2,95	29,76	38,68	60
POLENTA DOCE/ LEITE ACHOCOLATADO	13	1	429,76	60,82	14,75	14,75	1,80	235,41	2,73	57,40	1,81	1,01	431,44	38,68	178
FAROFÁ DE CARNE MOIDA/SUCO DE	14	1	455,13	58,07	14,12	19,04	3,83	34,88	16,02	47,72	3,28	3,09	54,20	38,68	11
BEIJU COM FRANGO DESFIADO E SUCO DE	15	1	397,51	71,70	12,80	6,69	1,04	263,88	71,32	36,02	0,45	1,48	44,21	38,68	40
TORTA DE FRANGO/ SUCO DE ACEROLA	16	1	408,17	43,95	23,83	15,18	1,96	77,11	191,65	45,66	1,43	2,02	136,77	38,68	11
BISCOITO COM VITAMINA(MAÇA-MAÇA)	17	1	341,86	44,59	11,87	13,87	1,64	116,26	16,19	43,00	1,29	1,10	280,44	38,68	100
PAO COM MARGARINA/ LEITE	18	1	466,97	76,15	13,29	13,27	3,59	211,87	24,32	69,99	1,45	1,57	22,55	38,68	16
SOPA DE LEGUMES COM CARNE/BANANA	19	1	362,34	60,86	13,15	8,27	3,94	87,51	27,02	49,20	2,25	1,77	22,55	38,68	127
PAO DE FRANGO COM PAO E BANANA	20	1	386,48	59,20	16,40	10,17	3,92	10,42	26,27	60,53	0,93	2,04	30,48	38,68	111
SANDUICHE COM SUCO DE ACEROLA/ LARANJA	21	1	298,33	43,17	9,56	9,80	2,08	9,24	7,95	26,19	1,64	2,09	25,26	38,68	200
CALDO DE FRANGO COM PAO E BANANA	22	1	400,67	60,06	15,33	11,88	2,90	67,51	294,44	42,09	1,93	0,87	404,70	38,68	28
BEIJU COM MANSARELA LEITE	23	1	463,67	65,17	15,06	15,84	0,51	220,60	2,73	40,02	1,98	1,04	547,74	38,68	18
PAO AO MOLHO DE CARNE MOIDA/ SUCO DE	24	1	402,24	50,16	17,97	14,44	2,98	2,35	38,62	37,49	3,48	2,23	20,64	38,68	40
FAROFÁ DE FRANGO COM SUCO DE ACEROLA	25	1	350,70	49,59	12,04	11,78	3,73	88,21	189,16	41,76	0,59	1,67	49,21	38,68	150
BOLO DE TRIGO COM VITAMINA DE GOIABA	26	1	386,34	55,07	12,04	13,13	3,19	137,44	32,24	37,08	1,25	0,73	280,84	58,03	18
ENROLADINHO DE QUEIJO/SUCO DE	27	1	453,98	62,65	12,70	15,46	8,47	3,16	58,62	208,66	53,62	1,45	240,38	63,83	50
X-SALADA/SUCO DE ACEROLA/ BANANA	28	1	418,34	73,16	13,67	9,38	5,16	219,72	156,01	58,85	1,79	1,45	287,61	38,68	160
BOLO DE CHOCOLATE / VITAMINA DE	29	1	416,87	70,38	13,25	12,78	1,80	197,25	12,65	56,48	1,57	1,41	286,66	58,03	180
MINGAU DE CHOCOLATE COM BISCOITO	30	1	394,81	62,07	7,45	12,96	0,93	159,18	2,73	30,37	0,97	1,32	243,16	38,68	50
CANJICA COM AMENDOIM/ BANANA	31	1	356,33	55,66	14,05	14,86	3,05	89,05	21,59	75,52	1,70	0,96	348,51	38,68	100
FAROFÁ DE PEIXE/ SUCO DE GOIABA/ BANANA	32	1	452,21	77,95	10,81	12,40	7,34	27,27	55,42	59,17	0,50	1,12	50,07	38,68	148
MACARRONADA AO MOLHO DE CARNE MOIDA	33	1	351,96	41,29	17,56	12,40	1,92	0,10	2,98	28,08	3,30	2,09	17,99	38,68	8
BOLO DE CENOURA / COM ACHOCOLATADO	34	1	488,98	65,79	13,89	19,98	1,96	67,65	99,92	54,22	0,99	1,37	133,91	38,68	20
SALADA DE FRUTAS COM BISCOITO	35	1	355,01	65,79	8,69	8,67	4,30	67,65	99,92	37,10	88,84	1,60	91,44	38,68	240
FAROFÁ DE FEIJÃO COM OVO / SUCO DE CAJU	36	1	458,37	68,45	13,38	15,00	8,56	39,51	37,10	88,84	1,60	3,75	29,49	77,37	8
SOPA DE INHAME COM FRANGO/ BANANA	37	1	360,77	65,92	16,34	5,09	4,48	4,44	28,80	78,84	0,86	1,22	29,49	77,37	38
BOLO DE MANDIOCA SUCO DE GOIABA	38	1	416,96	73,12	8,16	10,82	4,72	40,89	39,10	43,95	0,85	0,97	67,87	77,37	40
BOLO DE BANANA/ SUCO DE ACEROLA	39	1	430,90	65,59	6,30	16,70	1,83	9,85	189,02	26,56	0,55	0,79	17,77	58,03	35
TOTAL	40,00	16311,62	2430,11	554,25	511,30	140,65	4320,38	2612,53	1999,91	62,74	64,50	6815,04	1135,39	1795,00	
MÉDIA	407,79	60,75	13,86	5,11	3,52	108,01	65,31	50,00	1,57	1,61	170,38	6,96%	44,88		