

MEC FNDE		PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:				0		Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	Galinhada com melancia									Frequência:	
6													
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)
Arroz, tipo 1		60	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65
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
Cheiro verde		5	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99
Cebola		3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
Milho verde		8	11,05	2,28	0,53	0,05	0,31	0,00	0,00	2,61	0,04	0,03	0,13
Frango, coxa e sobrecoxa, com		55	114,40	0,00	8,97	8,44	0,00	4,68	0,00	13,20	0,91	0,39	4,13
Alho		1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14
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		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cenoura		10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,32	84,05	0,51	1,12	0,02	0,02	2,25
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			458,92	67,76	15,99	13,77	2,05	145,95	15,25	57,54	1,93	1,40	29,70
Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1 /18427													



A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

MEC FNDE		PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	Pão de hot dog com patê de frango e suco de caju								Frequência:		
58			Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe
Nome do Alimento		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(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
Alho		1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14
Caju polpa		50	18,28	4,68	0,24	0,08	0,41	0,00	59,86	3,54	0,04	0,07	0,42
Cebola		3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
Colorau		1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Frango, peito, sem pele		40	47,66	0,00	8,61	1,21	0,00	0,80	0,00	12,51	0,27	0,17	2,95
Leite de vaca, integral pasteurizado		20	12,01	0,90	0,64	0,65	0,00	5,69	0,00	2,00	0,08	0,01	22,61
Óleo de soja		5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pão de hot dog		60	167,40	29,67	5,70	2,60	1,26	0,00	0,00	0,00	0,40	1,99	82,80
Creme de Leite		10	22,15	0,45	0,15	2,25	0,00	12,80	0,00	0,75	0,03	0,03	8,27

Nathalia Souza Silva CRN1/18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/18427

MEC FNDE		PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Lanche			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	Beiju com mortadela e suco de goiaba								Frequência:		
59													
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)
Mortadela		20	53,76	1,16	2,39	4,33	0,00	4,91	0,00	3,83	0,20	0,29	13,31
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
Goiaba vermelha, polpa		40	14,00	2,80	0,40	0,00	0,40	54,00	8,00	0,00	0,00	0,08	6,80
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

Nathalia Souza Silva CRN1/18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/18427

MEC FNDE		PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023										SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:				0				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	Torta nutritiva de frango e suco de tamarindo									Frequência:		
60			Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
Nome do Alimento		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Farinha de trigo		50	180,24	37,55	4,90	0,68	1,17	0,00	0,00	15,50	0,41	0,48	8,93	
Açúcar cristal		20	77,37	19,92	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,03	1,52	
Alho		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	
Cenoura		10	3,41	0,77	0,13	0,02	0,32	84,05	0,51	1,12	0,02	0,02	2,25	
Cheiro verde		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40	
Colorau		1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20	
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	
Leite de vaca, integral pasteurizado		40	24,01	1,81	1,29	1,30	0,00	11,37	0,00	4,00	0,16	0,01	45,22	
Milho verde		5	6,91	1,43	0,33	0,03	0,20	0,00	0,00	1,63	0,03	0,02	0,08	
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	
Ovo de galinha inteiro		15	21,47	0,25	1,95	1,34	0,00	11,82	0,00	1,90	0,16	0,23	6,30	
Queijo, minas, frescal		10	26,43	0,32	1,74	2,02	0,00	16,05	0,00	0,69	0,03	0,09	57,93	
Sal		1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tamarindo, polpa, colgelada		40	95,60	25,00	1,12	0,24	2,04	0,60	1,40	36,80	0,04	1,12	29,60	
Tomate		10	1,53	0,31	0,11	0,02	0,12	4,16	2,12	1,05	0,01	0,02	0,69	
TOTAL			548,45	89,02	22,69	12,17	4,08	129,76	5,60	80,07	1,22	2,34	160,64	

Nathalia Souza Silva CRN1/18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/18427



Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

MEC FNDE	<div>SECRETARIA DA EDUCAÇÃO</div> <div>TOCANTINS</div> <div>GOVERNO DO ESTADO</div> <div>ALIMENTAÇÃO ESCOLAR</div>														SEDUC-TO	
	PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023															
	MÉDIA DAS RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS															
REFEIÇÃO	N.º DO CARDÁPIO	FREQÜÊNCIA	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas Ptn	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca	Açúcar simples	Frutas, Legumes e Verduras	
			(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(kcal)	(g)	
Sanduíche natural com suco de acerola	1	5	329,79	44,89	13,44	10,80	2,37	104,07	344,35	31,50	1,13	2,55	205,23	38,68	100	
Pão com carne moída e suco de abacaxi	2	5	331,65	43,90	14,33	10,82	1,67	7,84	5,82	28,48	2,74	1,87	23,12	38,68		
Bolo de chocolate com suco de maracujá	3	5	234,34	45,71	6,98	7,93	4,14	11,99	2,90	14,85	0,45	0,52	33,80	77,37		
Pão de queijo com suco de goiaba	4	5	325,38	57,73	4,24	8,54	0,52	83,46	8,00	6,35	0,22	0,58	110,82	38,68		
Farofa de frango e banana e suco de abacaxi	5	5	430,91	78,73	12,81	8,63	5,23	5,93	26,42	65,24	0,66	1,35	54,34	38,68		
Galinhada com melancia	6	5	458,92	67,76	15,99	13,77	2,05	145,95	15,25	57,54	1,93	1,40	29,70			
Farofa com carne moída com banana e suco de manga	7	5	471,38	80,44	13,25	12,25	5,48	3,93	35,79	59,62	2,93	2,29	50,89	38,68		
Sanduíche de frango com suco de maracujá	8	5	311,14	41,22	14,18	9,99	1,82	8,24	5,85	19,08	0,70	2,05	76,84	38,68		
Pão com queijo mussarela e suco de acerola	9	5	263,34	42,11	8,78	6,59	1,43	23,29	249,30	21,01	1,12	0,64	186,68	38,68		
Arroz com carne, abóbora e banana	10	5	416,79	62,41	13,54	13,38	3,40	6,25	25,95	51,76	2,82	1,58	17,88			
Baião de três com laranja	11	5	399,04	56,16	11,85	14,42	4,76	17,21	82,68	61,97	1,61	2,02	61,13			
Torta de frango com suco de maracujá	12	5	287,72	39,05	12,79	9,25	1,50	19,73	8,85	31,60	0,77	0,80	42,17	38,68		
Feijão tropeiro com banana e suco de acerola	13	5	458,91	81,07	9,13	12,71	8,43	3,63	279,78	92,05	1,30	2,75	71,96	38,68		
Bolo de mandioca com queijo e suco de abacaxi	14	5	373,37	63,41	6,93	10,83	1,87	54,32	10,44	44,10	0,89	0,75	133,91	77,37		
Sanduíche de carne moída e suco de maracujá	15	5	343,29	40,36	15,23	13,46	1,64	6,34	7,95	15,59	2,75	3,00	79,31	38,68		
Bolo de cenoura com suco de caju	16	5	251,18	44,38	4,47	6,77	1,50	180,09	48,91	15,42	0,43	0,48	36,44	77,37		
Pão pizza com suco de abacaxi	17	5	267,28	43,78	9,92	5,83	1,55	24,78	3,78	25,14	1,18	0,95	152,99	38,68		
Torta de carne moída com suco de maracujá	18	5	334,16	40,44	14,81	12,98	1,46	18,43	7,30	27,59	2,80	1,70	38,13	58,03		
Açaí batido com leite e banana	19	5	244,33	44,15	5,67	6,86	3,83	57,37	21,59	49,91	0,74	0,77	166,34	30,95		
Pão de queijo caseiro com suco de maracujá	20	5	339,72	63,08	3,94	8,31	0,35	17,21	3,27	9,94	0,52	0,57	107,78	58,03		
Cuscuz de milho com ovo e suco de acerola	21	5	344,64	58,19	8,45	9,39	4,72	19,71	249,30	6,73	0,30	0,47	14,30	38,68		
Baião de dois com banana	22	5	412,89	84,01	9,38	5,53	7,15	4,25	27,98	90,53	1,40	2,47	40,95			
Macarronada de carne moída e melancia	23	5	338,39	41,60	16,05	12,36	1,50	63,94	16,09	38,96	3,03	2,09	27,31			
Bolo de cenoura e suco de maracujá	24	5	245,16	44,96	4,64	5,79	1,40	180,09	4,29	16,96	0,49	0,55	38,18	77,37		
Maria izabel com abóbora, salada (repolho, tomate e	25	5	426,99	70,17	17,94	8,57	3,30	232,66	24,31	55,66	3,76	1,94	43,68			
Arroz com linguiça e couve, salada (alface e tomate) e	26	5	514,51	66,81	12,73	21,57	3,07	174,62	73,02	39,04	1,90	1,32	40,20	38,68		
Cachorro quente com suco de manga	27	5	374,81	48,25	9,78	16,07	2,14	4,64	13,80	11,53	0,96	2,58	99,63	38,68		
Galinhada, salada (repolho, cenoura e tomate) e laranja	28	5	422,26	67,57	14,44	10,56	4,59	356,69	65,24	54,21	1,53	1,07	49,73			
Macarrão de frango a molho branco com suco de	29	5	507,52	89,31	18,91	9,37	3,92	20,98	5,58	59,48	0,98	2,25	66,57	58,03		
Misto quente, suco de laranja com cenoura	30	5	360,07	46,59	13,27	15,09	4,85	239,73	54,76	49,06	1,93	1,87	273,01	38,68		
Paçoca de carne com suco de abacaxi	31	5	391,77	67,81	11,59	8,30	4,25	1,19	1,74	36,58	2,87	1,68	56,96	38,68		
Pão com ovo e cenoura e suco de goiaba	32	5	329,10	48,34	11,89	9,92	4,48	299,63	12,07	35,78	1,21	3,63	120,82	38,68		
Quibe assado com suco de tamarindo	33	5	494,71	74,11	22,34	13,45	3,59	36,63	8,52	57,48	3,23	2,78	221,93	58,03		
Tapioca recheada com queijo e presunto, creme de	34	5	474,40	70,70	11,78	16,20	0,42	94,45	249,30	26,36	1,51	0,65	336,02	38,68		
X-salada com suco de acerola	35	5	363,15	48,42	17,78	10,84	1,87	30,44	254,12	36,53	1,44	0,91	193,33	58,03		
Salada de frutas e iogurte	36	5	192,24	42,52	4,41	2,26	2,99	38,02	64,68	34,41	0,43	0,39	116,88			
Enroladinho de queijo e laranja	37	5	402,44	55,67	12,95	14,49	2,13	108,53	64,48	32,38	0,90	1,02	219,14	19,34		
Tapioca com queijo e leite com café	38	5	400,49	60,81	9,64	13,28	0,12	83,71	0,00	22,41	1,30	0,38	359,43	38,68		
Tapioca com carne de sol, suco de caju e banana	39	5	556,79	90,29	12,56	17,81	3,09	25,75	86,22	46,19	2,03	1,27	203,76	38,68		
Tapioca com frango desfiado e suco de acerola	40	5	409,79	62,39	14,52	11,40	0,62	24,60	312,17	20,15	1,13	0,76	198,98	58,03		
Tapioca com ovo e suco de tamarindo	41	5	402,06	83,66	3,99	7,02	2,16	16,37	1,40	41,53	0,26	1,71	52,85	58,03		
Cuscuz com margarina, leite com café e mamão	42	5	413,15	74,93	9,66	9,04	3,19	106,31	94,23	45,54	0,86	1,27	201,65	38,68		
Cuscuz com queijo, leite com cacau e banana	43	5	569,16	94,45	17,14	15,15	6,81	87,57	25,91	60,53	1,66	1,51	355,73	38,68		
Farofa de linguiça com couve e banana	44	5	528,61	82,58	8,32	19,83	6,65	3,95	41,50	64,62	1,20	1,66	76,40			
Farofa de ovo e leite com café	45	5	419,24	66,77	9,58	12,72	3,69	66,30	0,78	42,24	1,13	1,21	226,66	38,68		
Bolo de coco e creme de goiaba	46	5	457,61	63,71	11,85	17,37	2,11	143,07	8,25	37,19	1,22	0,96	191,75	58,03		
Bolo de laranja e leite com cacau	47	5	471,75	72,12	13,97	14,37	4,83	93,55	21,49	35,56	1,15	0,75	193,59	85,11		
Arroz doce	48	5	356,65	68,34	8,96	4,78	0,98	39,41	0,21	32,53	1,30	0,47	163,69	38,68		
Panqueca de carne moída com suco de goiaba	49	5	364,54	46,40	14,80	13,03	1,66	94,24	12,96	26,35	2,38	1,79	86,49	58,03		
Canjica	50	5	170,88	22,66	4,70	7,10	0,60	35,03	0,12	18,14	0,59	0,51	138,47	38,68		
Pão francês com patê de frango e suco de acerola	51	5	307,69	54,85	10,91	4,89	2,14	99,84	250,33	29,16	0,72	0,92	27,75	58,03		
Creme de cupuaçu e pão com margarina	52	5	415,35	68,52	11,11	11,33	4,02	93,45	10,58	89,36	1,42	1,24	188,93	38,68		
Vitamina de frutas e pão doce com queijo	53	5	452,47	61,61	12,11	18,96	2,89	142,54	42,22	48,48	1,56	1,45	342,04	38,68		
Escondidinho de frango com suco de acerola	54	5	246,72	35,14	10,64	7,32	1,32	10,43	319,48	39,08	0,53	0,49	51,50	58,03		
Sopa de macarrão com carne e legumes	55	5	385,30	44,59	20,69	13,37	2,05	0,73	8,80	18,23	3,97	2,38	23,26			
Sopa de frango com verduras	56	5	306,51	46,12	17,19	5,66	2,69	169,83	9,83	24,10	0,92	0,95	26,65			
Cuscuz de arroz e com leite com cacau	57	5	384,84	61,94	10,66	10,73	3,41	69,62	0,00	15,19	0,60	0,91	185,65	38,68		
Pão de hot dog com patê de frango e suco de caju	58	5	356,04	46,95	15,57	11,79	1,82	19,98	60,38	19,47	0,83	2,36	119,56	38,68		
Beiju com mortadela e suco de goiaba	59	5	282,06													
Torta nutritiva de frango e suco de tamarindo	60	5	346,44													
Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAÚJO em 20/07/2022 09:48:51.																
A autenticidade deste documento pode ser verificada no site https://sgd.ati.to.gov.br/verificador , informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E																
TOTAL			300,00	22673,8												
MÉDIA				75,58												

Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 24/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ai.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

FICHAS TÉCNICAS DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

MODO DE PREPARO

SANDUICHE NATURAL: 1. Cozinhe o frango já temperado com alho, sal e cebola, após cozido desfiar o frango; 2. Refair a cenoura e o queijo mussarela; 3. Cortar o tomate em rodela; 4. Misturar o frango desfiado (com um pouco de caldo do cozimento) com o queijo ralado, a cenoura ralada, MONTAGEM DO SANDUICHE: Passar a mistura em uma fatia do pão de forma, coloque a fatia de tomate coloque a outra fatia do pão de forma.

SUCO DE ACEROLA: Em um liquidificador coloque a polpa de acerola, água e o açúcar, bater até chegar ao ponto preferido.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

MODO DE PREPARO

PÃO COM CARNE MOÍDA: 1. Em uma panela coloque óleo e aqueça, depois coloque o alho, o sal e a cebola até dourar; 2. Colocar a carne temperada e refogar; 3. Coloque o tomate, água e deixe cozinhar, por fim coloque o cheiro verde e o milho verde. **MONTAGEM DO PÃO:** 1. Em uma das pontas do pão abra e coloque o recheio. **SUCO DE ABACAXI:** 1. Em um liquidificador coloque a polpa de abacaxi, água filtrada, açúcar e bata.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

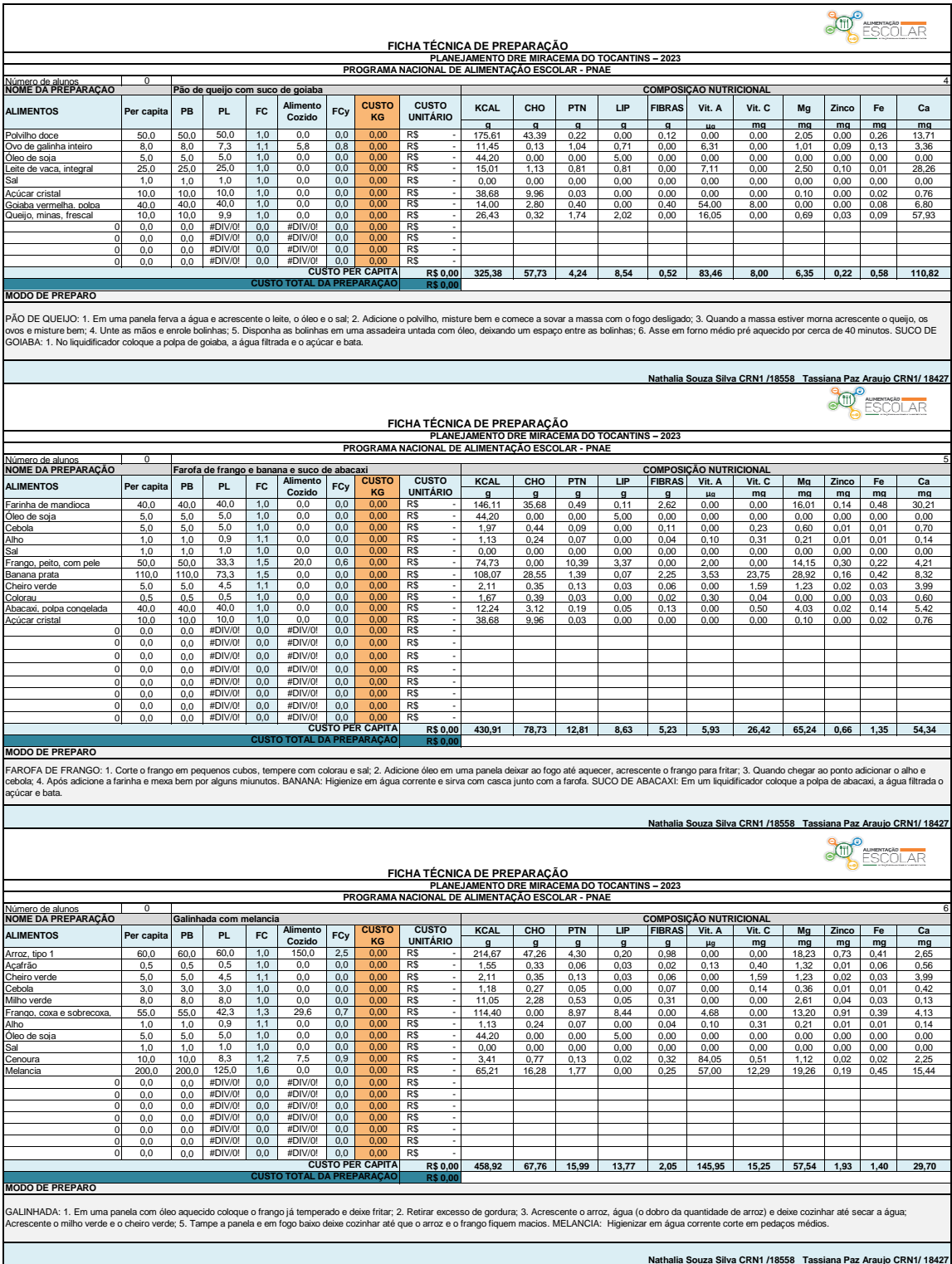
MODO DE PREPARO

BOLO DE CHOCOLATE: 1. Em uma vasilha coloque o ovo, açúcar, óleo, cacau, farinha de trigo; 2. Adicione o leite aos poucos e coloque o fermento e bata até a massa ficar lisa e homogênea; 3. Unte a assadeira e coloque a massa e leve ao forno pré aquecido até estar assado. **SUCO DE MARACUJÁ:** 1. No liquidificador coloque a polpa de maracujá, água filtrada e açúcar e bata.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E



A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos		PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																		7	
NOME DA PREPARAÇÃO		Farofa com carne moída com banana e suco de manga								COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL											
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca		
									g	g	g	g	g	µg	mg	mg	mg	mg	mg		
Farinha de mandioca	40,0	40,0	40,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	146,11	35,68	0,49	0,11	2,62	0,00	0,00	16,01	0,14	0,48	30,21		
Carne moída de 2ª	45,0	45,0	45,0	1,0	45,0	1,0	0,00	R\$ -	108,90	0,00	10,90	6,94	0,00	0,00	0,00	9,00	2,57	1,26	3,60		
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Cheiro verde	5,0	5,0	4,5	1,1	0,0	0,0	0,00	R\$ -	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99		
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Colorau	0,5	0,5	0,5	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60		
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,0	0,0	0,00	R\$ -	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14		
Cebola	3,0	3,0	3,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42		
Banana prata	110,0	110,0	73,3	1,5	0,0	0,0	0,00	R\$ -	108,07	28,55	1,39	0,07	2,25	3,53	23,75	28,92	0,16	0,42	8,32		
Manga, polpa, congelada	40,0	40,0	40,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	19,32	5,01	0,15	0,09	0,43	0,00	9,96	3,80	0,03	0,04	2,85		
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76		
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
CUSTO POR CAPITA									R\$ 0,00	471,38	80,44	13,25	12,25	5,48	3,93	35,79	59,62	2,93	2,29	50,89	
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO									R\$ 0,00												

MODO DE PREPARO

FAROFA DE CARNE MOÍDA: 1. Tempere a carne moída com alho, sal e cebola; 2. Em uma panela coloque o óleo e acrescente a carne para refogar; 3. Após refogada acrescente o cheiro verde e a farinha, misture bem por alguns minutos. BANANA: Higienizar em água corrente e servir com casca juntamente com a farofa. SUCO DE MANGA: Em um liquidificador coloque a polpa de manga, a água filtrada e o açúcar; 2. Bater até a mistura ficar homogênea, sirva.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos		0																		8
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																				
NOME DA PREPARAÇÃO		Sanduíche de frango com suco de maracujá								COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL										
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca	
									g	g	g	g	g	µg	mg	mg	mg	mg	mg	
Pão de hot dog	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	139,50	24,73	4,75	2,17	1,05	0,00	0,00	0,00	0,33	1,66	69,00	
Frango, peito, com pele	40,0	40,0	26,7	1,5	18,7	0,7	0,00	RS -	59,79	0,00	8,31	2,69	0,00	1,60	0,00	11,32	0,24	0,18	3,37	
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,0	0,0	0,00	RS -	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14	
Cebola	3,0	3,0	2,9	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
Colorau	0,5	0,5	0,5	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60	
Tomate	15,0	15,0	12,0	1,3	0,0	0,0	0,00	RS -	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04	
Milho verde	8,0	8,0	8,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	11,05	2,28	0,53	0,05	0,31	0,00	0,00	2,61	0,04	0,03	0,13	
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76	
Maracujá, polpa, congelada	30,0	30,0	27,8	1,1	0,0	0,0	0,00	RS -	11,63	2,88	0,24	0,05	0,15	0,00	2,18	2,91	0,06	0,09	1,38	
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -												
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -												
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -												
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -												
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -						0,00						
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -												
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -												
CUSTO POR CAPITA									R\$ 0,00	311,14	41,22	14,18	9,99	1,82	8,24	5,85	19,08	0,70	2,05	76,84
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO									R\$ 0,00											

MODO DE PREPARO

SANDUÍCHE DE FRANGO: 1. Corte o frango em pedaços menores, tempere com todos os temperos; 2. Coloque para cozinhar; 3. Após cozido desfiar o frango, misturar o milho verde e um pouco do caldo do cozimento (para que não fique muito seco). MONTAGEM: Em uma das pontas do pão abra e coloque o recheio. SUCO DE MARACUJÁ: 1. No liquidificador coloque a polpa do maracujá, a água filtrada e o açúcar e bata até ficar homogêneo.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																				9
Número de alunos		0																		
NOME DA PREPARAÇÃO		Pão com queijo mussarela e suco de acerola																		
ALIMENTOS	Per capita	COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL																		
		PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca	
		g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	µg	mg	mg	mg	mg	mg	
		g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	
Pão de trigo francês	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	149,91	29,32	3,98	1,55	1,15	1,49	0,00	12,73	0,38	0,50	7,88	
Queijo, mussarela	20,0	20,0	20,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	65,97	0,61	4,53	5,04	0,00	21,80	0,00	4,71	0,70	0,06	175,01	
Acerola, polpa congelada	40,0	40,0	40,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	8,77	2,22	0,24	0,00	0,28	0,00	249,30	3,46	0,03	0,07	3,04	
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76	
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -												
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -												
CUSTO POR CAPITA									R\$ 0,00	263,34	42,11	8,78	6,59	1,43	23,29	249,30	21,01	1,12	0,64	186,68
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO									R\$ 0,00											

MODO DE PREPARO

PÃO COM QUEIJO MUSSARELA: 1. Com o auxílio de uma faca abra o pão; 2. Coloque uma fatia de queijo e feche o pão; 3. Em seguida leve ao forno pré aquecido para derreter o queijo. SUCO DE ACEROLA: Em um liquidificador coloque a polpa de acerola, água filtrada, açúcar e bata.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E



FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

[illegible]

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

Nathalia Souza Silva CRN1/18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/18427



FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO		R\$ 0,00
MODO DE PREPARO		
<p>FRANGO: 1. Cortar o frango em pedaços menores e temperar com sal, alho, tomate e cebola; 2. Colocar na panela e deixar até cozinhar; 3. Após cozido desfiar e colocar o milho verde, cheiro verde e mexer bem. MASSA: 1. No liquidificador coloque o trigo, o fermento, o leite de vaca, o óleo de soja e o ovo e bata até que a massa fique homogênea; 2. Em uma forma untada coloque uma camada de massa, outra camada de frango, coloque outra camada de massa; 3. Leve ao forno até dourar. SUCO DE MARACUJÁ: 1. No liquidificador coloque a polpa do maracujá, a água filtrada e o açúcar e bata até ficar homogêneo.</p>		
<p>Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1 /18427</p>		

Nathalia Souza Silva CRN1/18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/18427

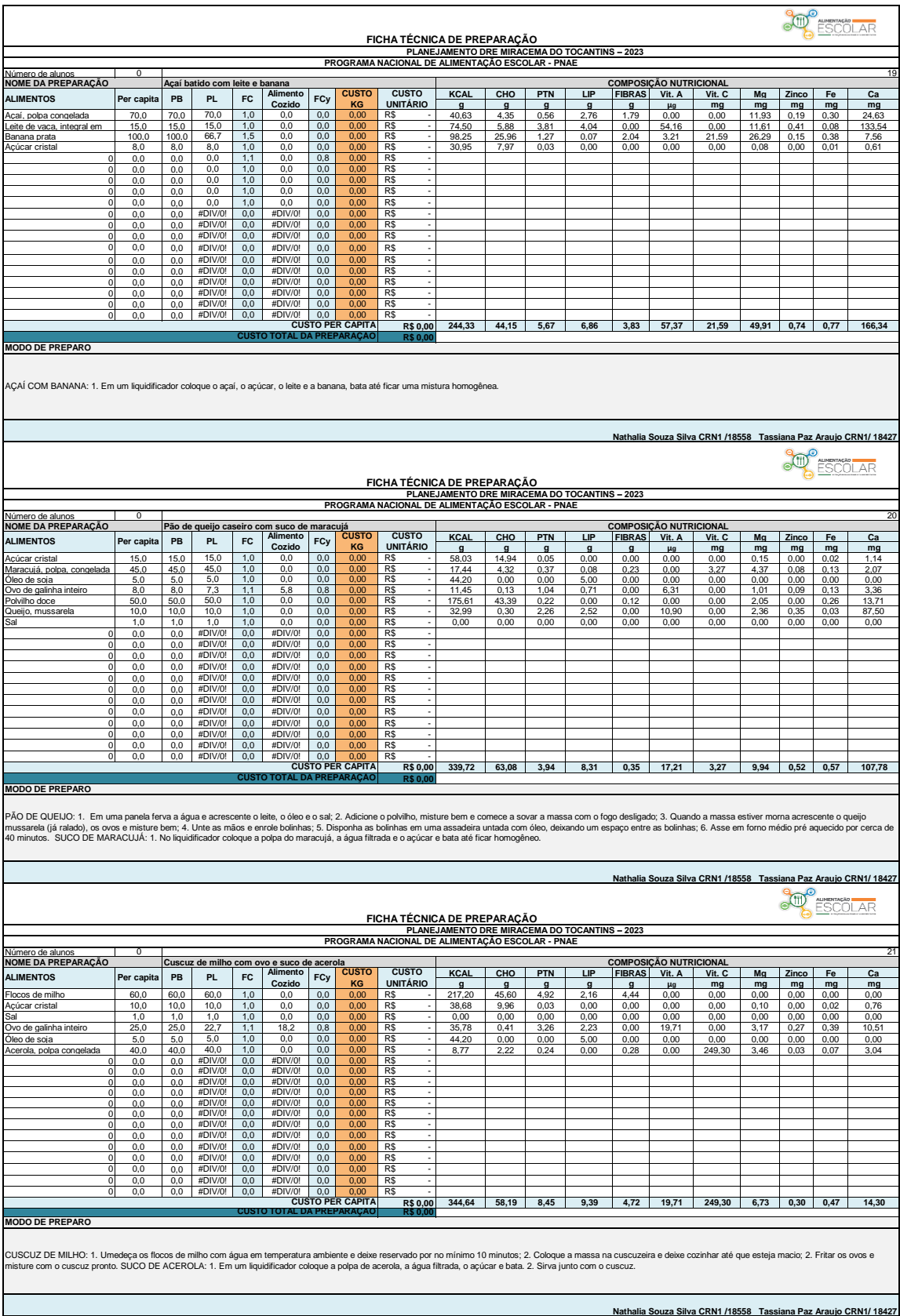


A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E



A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sqd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E



A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS - 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos		PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																		22	
NOME DA PREPARAÇÃO		0		Baião de dois com banana						COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL											
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca		
		g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	µg	mg	mg	mg	mg	mg		
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,0	0,0	0,00	R\$ -	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14		
Aroz, tipo 1	50,0	50,0	50,0	1,0	125,0	2,5	0,00	R\$ -	178,89	39,38	3,58	0,17	0,82	0,00	0,00	15,19	0,61	0,34	2,21		
Colorau	0,5	0,5	0,5	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60		
Cebola	3,0	3,0	3,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42		
Cheiro verde	5,0	5,0	4,5	1,1	0,0	0,0	0,00	R\$ -	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99		
Feijão carioca	20,0	20,0	18,2	1,1	34,5	1,9	0,00	R\$ -	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51		
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Banana prata	120,0	120,0	80,0	1,5	0,0	0,0	0,00	R\$ -	117,90	31,15	1,52	0,08	2,45	3,85	25,91	31,55	0,18	0,46	9,08		
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
CUSTO POR CAPITA								R\$ 0,00	412,89	84,01	9,38	5,53	7,15	4,25	27,98	90,53	1,40	2,47	40,95		
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								R\$ 0,00													

BAIÃO DE DOIS: 1. Cozinhar o feijão; 2. Em uma panela com óleo coloque o alho e a cebola, acrescente o feijão, o arroz e coloque água e deixe cozinhar até que ambos estejam cozidos, finalize com cheiro verde. BANANA: Higienizar em água corrente e servir com casca.

Nathalia Souza Silva CRN1/18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/18427

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS - 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos		PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																		23	
0		Macarronada de carne moída e melancia							COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL												
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca		
							g		g	g	g	g	g	µg	mg	mg	mg	mg	mg		
Macarrão trigo	30,0	30,0	30,0	1,0	81,0	2,7	0,00	R\$ -	111,34	23,38	3,00	0,39	0,88	0,00	0,00	8,31	0,23	0,26	5,19		
Carne moída de 2ª	45,0	45,0	45,0	1,0	45,0	1,0	0,00	R\$ -	108,90	0,00	10,90	6,94	0,00	0,00	0,00	9,00	2,57	1,26	3,60		
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,0	0,0	0,00	R\$ -	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14		
Cebola	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70		
Colorau	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,06	1,20			
Tomate	15,0	15,0	15,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04		
Melancia	200,0	200,0	125,0	1,6	0,0	0,0	0,00	R\$ -	65,21	16,28	1,77	0,00	0,25	57,00	12,29	19,26	0,19	0,45	15,44		
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -													
0	0,0	0,0	0,0	0,0			0,00	R\$ -													
CUSTO PER CAPITA									R\$ 0,00	338,39	41,60	16,05	12,36	1,50	63,94	16,09	38,96	3,03	2,09	27,31	
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO									R\$ 0,00												

MACARRÃO: 1. Cozinhe o macarrão em bastante água e uma colher de óleo; 2. À Parte, em uma panela coloque óleo e refogue o alho e a cebola, depois a carne moída, mexa bem; 3. Adicione o tomate, o sal e o colorau e deixe cozinhar sem secar totalmente; Depois de cozido, escorra o macarrão e coloque junto ao molho de carne moída já preparado. MELANCIA: 1. Higienizar em água corrente; 2. Corte pedaços médios e sirva.

Nathalia Souza Silva CRN1/18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/18427

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS - 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos		PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																			24
NOME DA PREPARAÇÃO		0	Bolo de cenoura e suco de maracujá						COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL												
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca		
							g		g	g	g	g	g	µg	mg	mg	mg	mg	mg		
Açúcar cristal	20,0	20,0	20,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	77,37	19,92	0,06	0,00	0,00	0,00	0,00	0,20	0,00	0,03	1,52		
Cenoura	20,0	20,0	16,7	1,2	0,0	0,0	0,00	RS -	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51		
Farinha de trigo	23,0	23,0	23,0	0,0	0,0	0,0	0,00	RS -	82,91	17,27	2,25	0,31	0,54	0,00	0,00	7,13	0,19	0,22	4,11		
Fermento em pó químico	2,0	2,0	2,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	1,79	0,88	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Leite de vaca, integral	20,0	20,0	20,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	12,01	0,90	0,64	0,65	0,00	5,69	0,00	2,00	0,06	0,01	22,61		
Óleo de soja	4,0	4,0	4,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	35,36	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Ovo de galinha inteiro	8,0	8,0	7,3	1,1	5,8	0,8	0,00	RS -	11,45	0,13	1,04	0,71	0,00	6,31	0,00	1,01	0,09	0,13	3,36		
Maracujá, polpa, congelada	45,0	45,0	45,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	17,44	4,32	0,37	0,08	0,23	0,00	3,27	4,37	0,08	0,13	2,07		
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
CUSTO PER CAPITA								R\$ 0,00	245,16	44,96	4,64	5,79	1,40	180,09	4,29	16,96	0,49	0,55	38,18		
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								R\$ 0,00													

BOLO DE CENOURA: 1. Bata todos os ingredientes da massa até obter uma mistura homogênea; 2. Coloque em uma forma untada; 3. Leve ao forno até dourar. SUCO DE MARACUJÁ: 1. No liquidificador coloque a polpa do maracujá, a água filtrada e o açúcar e bata até ficar homogêneo.

Nathalia Souza Silva CRN1/18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/18427



Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos	0	PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																		25
NOME DA PREPARAÇÃO		Miaa izabel com abbora, salada (repolho, tomate e cenoura) e m								COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL										
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL g	CHO g	PTN g	LIP g	FIBRAS g	Vit. A µg	Vit. C mg	Mg mg	Zinco mg	Fe mg	Ca mg	
Alho	1.0	1.0	0.9	1.1	0.0	0.0	0.0	RS -	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	0.5	0.5	1.0	0.0	0.0	0.0	RS -	1.55	0.33	0.06	0.03	0.02	0.13	0.40	1.32	0.01	0.06	0.56	
Amorç. tipo 1	60.0	60.0	150.0	2.5	0.0	0.0	0.0	RS -	214.67	47.26	4.30	0.20	0.98	9.00	0.00	18.23	0.73	0.41	2.65	
Carne, bovina, acém	50.0	0.0	41.7	1.2	33.3	0.8	0.0	RS -	72.01	0.00	10.41	3.06	0.00	1.09	0.00	6.64	2.81	0.76	2.36	
Cebola	5.0	5.0	5.0	1.0	0.0	0.0	0.0	RS -	1.97	0.44	0.09	0.00	0.11	0.00	0.23	0.60	0.01	0.01	0.70	
Óleo de soja	5.0	5.0	5.0	1.0	0.0	0.0	0.0	RS -	44.20	0.00	0.00	5.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Sal	1.0	1.0	1.0	1.0	0.0	0.0	0.0	RS -	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	
Repolho branco	20.0	20.0	11.8	1.7	0.0	0.0	0.0	RS -	3.42	0.77	0.18	0.03	0.38	0.00	3.74	1.70	0.03	0.03	6.91	
Tomate	15.0	15.0	11.5	1.3	0.0	0.0	0.0	RS -	2.30	0.47	0.16	0.03	0.18	6.24	3.18	1.58	0.02	0.04	1.04	
Cenoura	20.0	20.0	20.0	1.0	16.0	0.8	0.0	RS -	6.83	1.53	0.26	0.03	0.64	168.10	1.02	2.25	0.04	0.04	4.51	
Intelectia	200.0	200.0	117.7	1.4	0.0	0.0	0.0	RS -	65.21	14.60	0.77	0.00	0.25	57.00	12.29	19.26	0.45	0.15	15.44	
Abóbora, cabotian	30.0	30.0	21.4	1.4	23.6	1.1	0.0	RS -	11.58	2.51	0.52	0.16	0.65	0.00	1.53	2.65	0.10	0.11	5.39	
Cheiro verde	5.0	5.0	4.5	1.1	0.0	0.0	0.0	RS -	2.11	0.35	0.13	0.03	0.06	0.00	1.59	1.23	0.02	0.03	3.99	
0	0.0	0.0	0.0	#DIV/0!	0.0	#DIV/0!	0.0	RS -												
0	0.0	0.0	0.0	#DIV/0!	0.0	#DIV/0!	0.0	RS -												
0	0.0	0.0	0.0	#DIV/0!	0.0	#DIV/0!	0.0	RS -												
0	0.0	0.0	0.0	#DIV/0!	0.0	#DIV/0!	0.0	RS -												
0	0.0	0.0	0.0	#DIV/0!	0.0	#DIV/0!	0.0	RS -												
0	0.0	0.0	0.0	#DIV/0!	0.0	#DIV/0!	0.0	RS -												
CUSTO POR CAPITA									R\$ 0.00											
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO									R\$ 0.00											
									426,99	70,17	17,94	8,57	3,30	232,66	24,31	55,66	3,76	1,94	43,68	

MODO DE PREPARO

MARIA IZABEL COM ABÓBORA: 1. Em uma panela adicione o restante do óleo, da cebola, do alho, do sal, do açafrão e deixe refogar; 2. Coloque na panela a carne previamente cortada em cubinhos; 3. Depois da carne bem passada adicione o arroz e mexa até refogar; 4. Adicione a abóbora já picada, a água em quantidade necessária e deixe cozinhar até o ponto de servir, após, sirva. SALADA: 1. Corte o repolho em fatias finas e reserve; 2. Corte o tomate em cubos e reserve; 3. Rale a cenoura e reserve; 4. Em um recipiente misture o repolho, o tomate e a cenoura, apor porção e sirva. MELANGIA: 1. Higienizar em água corrente; 2. Corte em pedacinhos médios, sirva.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos		COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL																		26	
NOME DA PREPARAÇÃO		Aroz com lingüça e couve, salada (alfafa e tomate) e suco de ca																			
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO													
									KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca		
									g	g	g	g	g	µg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,0	0,0	0,00	RS -	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14		
Arroz: tipo 1	60,0	60,0	60,0	1,0	150,0	2,5	0,00	RS -	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65			
Cebola	5,0	5,0	4,9	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70		
Cenoura	20,0	20,0	20,0	1,0	16,0	0,8	0,00	RS -	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51		
Cheiro verde	5,0	5,0	4,5	1,1	0,0	0,0	0,00	RS -	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99		
Lingüça Mistá	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	198,00	1,35	6,90	18,13	0,00	0,00	0,00	6,00	0,94	0,57	5,00		
Óleo de soja	3,0	3,0	3,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	26,52	0,00	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Colorau	0,3	0,3	0,3	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	1,00	0,23	0,02	0,00	0,01	0,18	0,02	0,00	0,00	0,02	0,36		
Couve manteiga	10,0	10,0	5,3	1,9	4,2	0,8	0,00	RS -	2,71	0,43	0,29	0,05	0,31	0,00	9,67	3,47	0,04	0,05	13,09		
Caju polpa	45,0	45,0	15,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	16,46	4,21	0,22	0,07	0,37	0,00	53,87	3,18	0,04	0,07	0,38		
Acúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76		
Alfaca crespa	20,0	20,0	13,3	1,5	0,0	0,0	0,00	RS -	2,14	0,34	0,27	0,03	0,37	0,00	3,12	2,19	0,05	0,08	7,60		
Tomate	15,0	15,0	15,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04		
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -													
CUSTO PER CAPITA									R\$ 0,00	514,51	66,81	12,73	21,57	3,07	174,62	73,02	39,04	1,90	1,32	40,20	

[illegible]

ARROZ COM LINGUÇA E COUVE: 1. Em uma panela adicione o óleo, a cebola, o alho, o sal, o açafrão e deixe refogar; 2. Adicione a linguça cortada e mexa até que a mesma fique bem passada; 3. Adicione o arroz e mexa até refogar; 4. Adicione a quantidade de água necessária deixando cozinhar até o ponto de servir; 5. Acrescente o cheiro verde picado, a couve e a cenoura e misture bem, após isso. **SALADA:** 1. Corte a alface em fatias finas e reserve; 2. Corte o tomate em cubos e misture-o com a alface, após isso. **SUCO DE CAJU:** 1. Em um liquidificador coloque a polpa de caju, a água filtrada e o açúcar; 2. Bater até a mistura ficar homogênea. **Alface:**

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

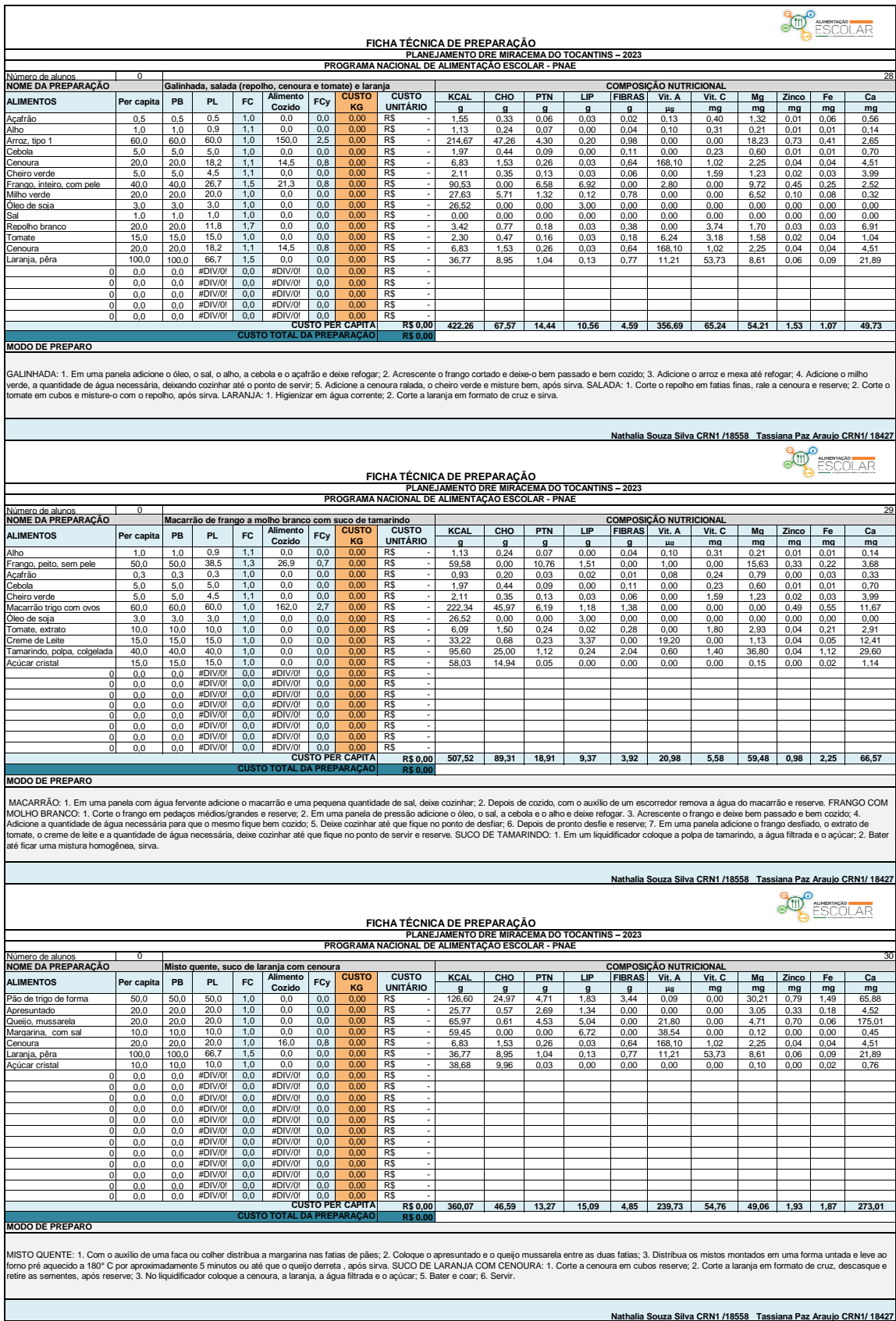
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

[illegible]**MODO DE PREPARO**

MOLHO DE SALSICHA: 1. Corte a salsicha em rodelas finas e reserve; 2. Em uma panela adicione o óleo, o sal, a cebola e o alho e deixe refogar; 3. Acrescente a salsicha e refogue; 4. Adicione o extrato de tomate e quantidade de água necessária para que o mesmo fique bem cozido; 5. Adicione o cheiro verde, misture bem e reserve. **CHACHORRO QUENTE:** Corte o pão ao meio ou faça uma abertura e introduza o molho de salsicha, em seguida sirva. **SUCO DE MANGA:** Em um liquidificador coloque a polpa de manga, a água filtrada e o açúcar; 2. Bater até a mistura ficar homogênea. Sirva.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427





A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos		PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																				31
0		Paçoca de carne com suco de abacaxi										COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL										
NOME DA PREPARAÇÃO																						
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca			
		g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	µg	mg	mg	mg	mg	mg			
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,0	0,0	0,00	RS	-	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01			
Carne bovina, acém	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	72,01	0,00	10,41	3,06	0,00	1,09	0,00	6,64	2,61	0,76			
Cebola	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01			
Cheiro verde	2,0	2,0	1,8	1,1	0,0	0,0	0,00	RS	-	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	1,60			
Farinha de mandioca	60,0	60,0	60,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	219,16	53,52	0,74	0,17	3,92	0,00	0,00	24,01	0,22	0,72			
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Abacaxi, polpa congelada	45,0	45,0	45,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	13,77	3,51	0,21	0,05	0,15	0,00	0,56	4,53	0,03	0,16			
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76			
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
CUSTO PER CAPITA									R\$ 0,00	391,77	67,81	11,59	8,30	4,25	1,19	1,74	36,58	2,87	1,68	56,96		
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO									R\$ 0,00													

MODO DE PREPARO

PAÇOCA DE CARNE: Corte a carne em cubos pequenos e reserve; 2. Em uma panela adicione o óleo, o alho, o sal e a cebola e deixe refogar; 3. Acrescente a carne seca e deixe-a bem passada e bem cozida; 4. Adicione a farinha aos poucos, misture bem e desligue o fogo; 5. No liquidificador adicione a farofa e bata compassadamente até que vire uma paçoca; 6. Acrescente o cheiro verde misture bem e sirva. SUÇO DE ABACAXI: 1. Em um liquidificador coloque a polpa de abacaxi, a água filtrada e o açúcar; 2. Bater até ficar uma mistura homogênea e sirva.

Nathalia Souza Silva CRN1/18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/18427

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos		0																				32
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																						
NOME DA PREPARAÇÃO		Pão com ovo e cenoura e suco de goiaba										COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL										
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO														
									KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca			
Cenoura	20,0	20,0	20,0	1,0	16,0	0,8	0,00	RS	-	6,63	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51		
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,0	0,0	0,00	RS	-	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14		
Cebola	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70		
Margarina, com sal	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	29,72	0,00	0,00	3,36	0,00	19,27	0,00	0,06	0,00	0,00	0,23		
Ovo de galinha inteiro	50,0	50,0	45,5	1,1	36,4	0,8	0,00	RS	-	71,56	0,82	6,52	4,45	0,00	39,41	0,00	6,33	0,54	0,78	21,01		
Pão de trigo francês	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	149,91	29,32	3,98	1,55	1,15	1,49	0,00	12,73	0,38	0,50	7,88		
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Goiaba vermelha, polpa	40,0	40,0	40,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	14,00	2,80	0,40	0,00	0,40	54,00	8,00	0,00	0,00	0,08	6,80		
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02	0,76			
Orégano	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	15,30	3,22	0,55	0,51	2,14	17,26	2,50	13,50	0,22	2,20	78,80		
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-													
CUSTO PER CAPITA									R\$ 0,00	329,10	48,34	11,89	9,92	4,48	299,63	12,07	35,78	1,21	3,63	120,82		
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO									R\$ 0,00													

MODO DE PREPARO

OVO COM CENOURA: 1. Rale a cenoura e reserve; 2. Em uma panela adicione a margarina, o sal, a cebola e o alho deixe refogar; 3. Acrescente a cenoura já ralada, refogue e deixe-a bem passada e bem cozida; Adicione o ovo, refogue e mexa até que o mesmo fique no ponto de servir, após reserve; PÃO COM OVO E CENOURA: 1. Corte o pão ao meio ou faça uma abertura e introduza a mistura de ovo com cenoura, em seguida sirva. SUÇO DE GOIABA: 1. Em um liquidificador coloque a polpa de goiaba, a água filtrada e o açúcar; 2. Bater até ficar uma mistura homogênea, sirva.

Nathalia Souza Silva CRN1/18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/18427

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos		0																				33
NOME DA PREPARAÇÃO		Quibe assado com suco de tamarindo										COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL										
		Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca		
ALIMENTOS										g	g	g	g	g	µg	mg	mg	mg	mg			
Alho		1,0	1,0	0,9	1,1	0,0	0,0	0,00	RS	-	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,14		
Carne moída de 2ª		40,0	40,0	40,0	1,0	40,0	1,0	0,00	RS	-	96,80	0,00	9,69	6,17	0,00	0,00	0,00	8,00	2,28	1,12	3,20	
Cebola		5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,70		
Cheiro verde		5,0	5,0	4,5	1,1	0,0	0,0	0,00	RS	-	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	3,99		
Ovo de galinha inteiro		10,0	10,0	9,1	1,1	7,3	0,8	0,00	RS	-	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20	
Queijo, mussarela		20,0	20,0	20,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	65,97	0,61	4,53	5,04	0,00	21,80	0,00	4,71	0,70	0,06	175,01	
Sal		1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Tomate		15,0	15,0	11,5	1,3	0,0	0,0	0,00	RS	-	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04	
Tomate, extrato		10,0	10,0	10,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	6,09	1,50	0,24	0,02	0,28	0,00	1,80	2,93	0,04	0,21	2,91	
Trigo para Kibe		40,0	40,0	40,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	40,00	30,40	4,96	1,0	0,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tamarindo, polpa, coqueada		40,0	40,0	40,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	95,60	25,00	1,12	0,24	2,04	0,60	36,80	0,00	1,12	29,60		
Açúcar cristal		15,0	15,0	15,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS	-	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,02	1,14		
0		0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-											
0		0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-											
0		0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-											
0		0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-											
0		0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-											
0		0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-											
0		0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-											
0		0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS	-											
CUSTO POR CAPITA											R\$ 0,00											
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO											R\$ 0,00											



FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Nome da Preparação	0	37															
Enroladinho de queijo e laranja																	
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco
Laranja, pera	120,0	120,0	92,3	1,3	0,0	0,0	0,00	RS -	44,13	10,74	1,25	0,15	0,92	13,45	64,48	10,34	0,07
Açúcar cristal	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	19,34	4,98	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,05	0,01
Farinha de trigo	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	180,24	37,55	4,90	0,68	1,17	0,00	0,00	15,50	0,41
Ovo de galinha inteiro	10,0	10,0	9,1	1,1	7,3	0,8	0,00	RS -	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11
Leite de vaca, integral	30,0	30,0	30,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	18,01	1,36	0,97	0,98	0,00	8,53	0,00	3,00	0,12
Fermento biológico tablete	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	0,90	0,08	0,17	0,02	0,04	0,00	0,00	0,38	0,11
Margarina, com sal	10,0	10,0	10,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	59,45	0,00	0,00	6,72	0,00	38,54	0,00	0,12	0,00
Queijo, minas, frescal	25,0	25,0	25,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	66,07	0,81	4,35	5,05	0,00	40,13	0,00	1,72	0,07
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
CUSTO PER CAPITA								RS 0,00	402,44	55,67	12,95	14,49	2,13	108,53	64,48	32,38	0,90
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								RS 0,00									

MODO DE PREPARO

ENROLADINHO DE QUEIJO: 1. Em uma vasilha adicione o leite, a margarina, a farinha de trigo, o fermento e misture bem. 2. Em seguida o sal, o açúcar e os ovos; 3. Acrescente farinha aos poucos até o ponto de desgrudar das mãos; 3. Divida em duas partes, cubra com um pano de prato úmido sem deixar encostar na massa e deixe descansar por 15 minutos; 4. Abra a massa e faça tiras de aproximadamente 5cm de largura e enrola no queijo; 5. Besunte com a gema; 6. Asse em forma untada com óleo em forno pré aquecido a 160° C por aproximadamente 15 minutos. LARANJA: 1. Higienize em água corrente; 2. Sirva cortada em formato de cruz ou descascada.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Nome da Preparação	0	38															
Alimentação																	
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco
Polvilho doce	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00
Queijo, mussarela	20,0	20,0	20,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	65,97	0,61	4,53	5,04	0,00	21,80	0,00	4,71	0,70
Sal	0,5	0,5	0,5	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Margarina, com sal	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	29,72	0,00	0,00	3,36	0,00	19,27	0,00	0,06	0,00
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02
Café, infusão 10%	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	0,45	0,07	0,04	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,16
Leite de vaca, integral	150,0	150,0	150,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	90,05	6,78	4,83	4,88	0,00	42,65	0,00	15,00	0,60
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
CUSTO PER CAPITA								RS 0,00	400,49	60,81	9,64	13,28	0,12	83,71	0,00	22,41	1,30
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								RS 0,00									

MODO DE PREPARO

TAPIOCA COM QUEIJO: 1. Peneire uma porção de goma de mandioca hidratada em uma vasilha; 2. Acrescente a pitada de sal; 3. Pré aqueça a frigideira de preferência antiaderente; 4. Polvilhe a tapioca na frigideira preenchendo toda sua superfície de maneira uniforme; 5. Aqueça por cerca de 5 minutos, depois basta passar a margarina, acrescentar o queijo e enrolar. LEITE COM CAFÉ: Faça o café e reserve, aqueça o leite e misture com o café, porcione e sirva.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS – 2023

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Nome da Preparação	0	39															
Alimentação																	
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco
Caju polpa	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	18,28	4,68	0,24	0,08	0,41	0,00	59,86	3,54	0,04
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	38,68	9,96	0,03	0,00	0,00	0,00	0,10	0,00	0,02
Carne, bovina, seca	30,0	30,0	27,3	1,1	24,5	0,9	0,00	RS -	93,82	0,00	5,90	7,61	0,00	0,00	3,67	1,10	0,40
Polvilho doce	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Queijo, mussarela	20,0	20,0	20,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	65,97	0,61	4,53	5,04	0,00	21,80	0,00	4,71	0,70
Alio	1,0	1,0	0,9	1,1	0,0	0,0	0,00	RS -	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,01	0,01
Cebola	3,0	3,0	3,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	RS -	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Banana prata	120,0	120,0	80,0	1,5	0,0	0,0	0,00	RS -	117,90	31,15	1,52	0,08	2,45	3,85	25,91	31,55	0,18
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	RS -									
CUSTO PER CAPITA								RS 0,00	556,79	90,29	12,56	17,81	3,09	25,75	86,22	46,19	2,03
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								RS 0,00									

MODO DE PREPARO

TAPIOCA COM CARNE DE SOL: 1. Refogue a carne, o alho, a cebola, desfie e reserve; 2. Peneire uma porção de goma de mandioca hidratada em uma vasilha; 3. Acrescente a pitada de sal; 3. Pré aqueça a frigideira de preferência antiaderente; 4. Polvilhe a tapioca na frigideira preenchendo toda sua superfície de maneira uniforme; 5. Aqueça por cerca de 5 minutos, depois basta passar a manteiga, acrescentar a carne desfiada, o queijo e enrolar. SUCO DE CAJU: 1. Em um liquidificador coloque a polpa de caju, a água filtrada e o açúcar. 2. Bater até ficar uma mistura homogênea, após sirva.

Nathalia Souza Silva CRN1 /18558 Tassiana Paz Araujo CRN1/ 18427



Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sgd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

PLANEJAMENTO DRE MIRACEMA DO TOCANTINS - 2023
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos		PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																		4	
0		Tapioca com frango desfiado e suco de acerola								COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL											
NOME DA PREPARAÇÃO																					
ALIMENTOS	Per capita	PB	PL	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL	CHO	PTN	LIP	FIBRAS	Vit. A	Vit. C	Mg	Zinco	Fe	Ca		
Acerola, polpa congelada	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	g	g	g	g	g	µg	mg	mg	mg	mg	mg		
Apúcar cristal	15,0	15,0	15,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	10,97	2,77	0,30	0,00	0,35	0,00	311,62	4,33	0,04	0,08	3,80		
Frango, peito, filé	30,0	30,0	27,3	1,1	27,3	1,0	0,00	R\$ -	58,03	14,94	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	0,00	0,02	1,14		
Pólvilha doce	50,0	50,0	50,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	51,90	0,00	9,27	1,35	0,00	2,70	0,00	8,10	0,37	0,32	4,50		
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00	0,26	13,71		
Queijo mussarela	20,0	20,0	20,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Alho	20,0	20,0	20,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	65,97	0,61	4,53	5,04	0,00	21,80	0,00	4,71	0,70	0,06	175,01		
Cebola	1,0	1,0	0,9	1,1	0,0	0,0	0,00	R\$ -	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14		
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R\$ -	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70		
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R\$ -												
	0,0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0														

[illegible]

Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.









Documento foi assinado digitalmente por TASSIANA PAZ ARAUJO em 20/12/2022 09:48:51.

A autenticidade deste documento pode ser verificada no site <https://sqd-ati.to.gov.br/verificador>, informando o código verificador: DF8AF55E012CEB6E

