

MEC FNDE	SECRETARIA DA EDUCAÇÃO TOCANTINS GOVERNO DO ESTADO  						SEDUC-TO
	SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL/ 2024						
	Nº de Estudantes:	Faixa Etária:	Dias de Atendimento:		Refeição Servida:	Jantar	
Modalidade de Ensino :	Etapas de Ensino:	Zona:		(Urbana ou Rural)	Horário da Refeição:	10:00	

N.º do Cardápio: 1	CARDÁPIO:	CARNE DE PANELA, ARROZ, FEIJÃO, SALADA DE ALFACE E TOMATE E ABACAXI									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)
Carne, bovina, acém	150	216,04	0,00	31,23	9,17	0,00	3,26	0,00	19,92	7,82	2,27	7,08
Abacaxi	100	48,32	12,33	0,86	0,12	0,99	2,83	34,62	18,44	0,14	0,26	22,43
Alface lisa	30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
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	3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja	15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
TOTAL		1044,24	148,85	52,73	25,48	13,74	19,06	50,15	191,12	11,21	7,72	110,64

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE	SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:	o Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio: 2	CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, FILÉ DE FRANGO, INHAME REFOGADO E SUCO DE ACEROLA									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboídratos CHO	Proteínas PTN	Lípídios 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)
Açafrão	2	6,20	1,31	0,23	0,12	0,08	0,53	1,62	5,28	0,02	0,22	2,22
Acerola, polpa congelada	30	6,58	1,66	0,18	0,00	0,21	0,00	186,97	2,60	0,02	0,05	2,28
Açúcar cristal	12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
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	3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Frango, peito, sem pele	150	178,74	0,00	32,29	4,53	0,00	3,00	0,00	46,89	0,99	0,65	11,05
Inhame	50	48,35	11,62	1,03	0,11	0,83	0,00	2,81	14,38	0,15	0,18	5,90
Óleo de soja	15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		1057,42	161,38	53,57	20,85	12,82	4,01	194,15	216,15	4,29	6,07	93,15

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Goncalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL/ 2024										SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0			Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:										Frequência:		
3		ARROZ, FEIJÃO, FAROFA DE CARNE, SALADA DE TOMATE E ALFACE COM SUCO DE CAJU										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		12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91	
Alface lisa		30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25	
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Caju polpa		30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,24	0,00	35,92	2,12	0,03	0,04	0,25	
Carne, bovina, músculo		150	212,37	0,00	32,34	8,24	0,00	2,87	0,00	26,18	5,48	2,80	5,46	
Cebola		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		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40	
Farinha de mandioca torrada		50	182,63	44,60	0,61	0,14	3,27	0,00	0,00	20,01	0,18	0,60	37,76	
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29	
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tomate		30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08	
TOTAL			1232,27	195,87	53,78	24,61	16,27	15,83	51,44	201,19	8,93	8,65	125,52	



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILLA GONCALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024									SEDUC-TO			
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar				
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BAIÃO DE DOIS COM TIRINHAS DE CARNE BOVINA									Frequência:		
4												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)	
	Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
	Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
	Carne, bovina, coxão duro	100	147,97	0,00	21,51	6,22	0,00	2,07	0,00	21,11	2,81	1,89	2,95	
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	3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40		
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11		
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29		
Óleo de soja	10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Goncalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio: 5		CARDÁPIO:	FRANGO ASSADO COM BATATA, ARROZ, FEIJÃO E FRUTA MELANCIA								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)
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Batata inglesa	30	19,31	4,41	0,53	0,00	0,35	0,05	9,32	4,37	0,07	0,11	1,07
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	3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Farinha de mandioca torrada	40	146,11	35,68	0,49	0,11	2,62	0,00	0,00	16,01	0,14	0,48	30,21
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Frango, coxa e sobrecoxa, sem	150	211,50	0,00	26,55	10,88	0,00	12,00	0,00	39,75	2,93	1,35	10,50
Melancia	150	48,91	12,21	1,33	0,00	0,18	42,75	9,22	14,45	0,15	0,34	11,58
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	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
				</								

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 | Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio: 6		CARDÁPIO:	GALINHADA, FEIJÃO, SALADA DE TOMATE COM REPOLHO E SUCO TAMARINDO								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)
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Açúcar cristal		12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91
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		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Frango, inteiro, com pele		100	226,32	0,00	16,44	17,31	0,00	7,00	0,00	24,30	1,12	0,62	6,30
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tamarindo, polpa, colgelada		30	71,70	18,75	0,84	0,18	1,53	0,45	1,05	27,60	0,03	0,84	22,20
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Açafrão		2	6,20	1,31	0,23	0,12	0,08	0,53	1,62	5,28	0,02	0,22	2,22
Repolho branco		30	5,14	1,16	0,26	0,04	0,57	0,00	5,62	2,55	0,05	0,05	10,36
Milho verde enlatado		8	7,81	1,37	0,26	0,19	0,37	0,18	0,14	1,63	0,04	0,05	0,17
Tomate		30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
TOTAL			1139,31	170,32	38,21	33,98	14,60	21,13	17,53	211,52	4,40	6,81	115,05



MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:				0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E SALADA DE BETERRABA									Frequência:	
7												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		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Beterraba		30	14,65	3,33	0,58	0,03	1,01	1,14	0,94	7,33	0,16	0,10	5,43
Carne moída de 2ª		150	363,00	0,00	36,33	23,13	0,00	0,00	0,00	30,00	8,57	4,22	12,00
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		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL			1148,78	138,18	56,72	39,25	12,71	1,62	3,68	184,20	11,82	9,25	88,23

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:				0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, PICADINHO DE CARNE C/ CENOURA, SUCO DE GOIABA E SALADA DE TOMATE E COUVE									Frequência:	
8												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)
Açúcar cristal		12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Carne, bovina, músculo		150	212,37	0,00	32,34	8,24	0,00	2,87	0,00	26,18	5,48	2,80	5,46
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Cenoura		30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,95	252,15	1,54	3,37	0,07	0,05	6,76
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
Couve manteiga		30	8,12	1,30	0,86	0,16	0,94	0,00	29,01	10,40	0,12	0,14	39,26
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Goiaba vermelha, polpa		30	10,50	2,10	0,30	0,00	0,30	40,50	6,00	0,00	0,00	0,06	5,10
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate		30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
TOTAL			1063,38	153,44	54,07	24,60	14,25	308,48	45,65	190,09	8,80	8,08	130,37
Fabiane Ramalho dos Santos. CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis. CRN 10642													

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, ESTROGONOFF DE FRANGO E BANANA									Frequência:	
9												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		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1		120	429,35	94,51	8,59	0,40	1,97	0,00	0,00	36,46	1,47	0,81	5,30
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
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		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Creme de Leite		20	44,30	0,90	0,30	4,50	0,00	25,60	0,00	1,51	0,06	0,06	16,55
Frango, peito, sem pele		100	119,16	0,00	21,53	3,02	0,00	2,00	0,00	31,26	0,66	0,43	7,36
Leite de vaca, integral		30	18,01	1,36	0,97	0,98	0,00	8,53	0,00	3,00	0,12	0,01	33,92
Milho amido		2	7,23	1,74	0,01	0,00	0,01	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	0,02
Óleo de soja		10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal		4	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			819,67	127,81	33,42	19,01	4,67	39,82	26,14	103,91	2,56	1,98	77,39



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILA GONÇALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, BIFE AO MOLHO COM BATATA ASSADA E SUCO DE CAJU									Frequência:	
10			1										
Nome do Alimento			Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe
		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Açafrão		1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11
Açúcar cristal		12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Batata inglesa		30	19,31	4,41	0,53	0,00	0,35	0,05	9,32	4,37	0,07	0,11	1,07
Caju polpa		30	10,97	2,81	0,14	0,05	0,24	0,00	35,92	2,12	0,03	0,04	0,25
Carne, bovina, acém		150	216,04	0,00	31,23	9,17	0,00	3,26	0,00	19,92	7,82	2,27	7,08
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		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja		10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate, extrato		20	12,19	2,99	0,49	0,04	0,56	0,00	3,60	5,87	0,07	0,42	5,82

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024										SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0			Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:										Frequência:		
11		ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO, MACARRÃO COM CARNE MOÍDA E BANANA										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)	
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
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 2ª		150	363,00	0,00	36,33	23,13	0,00	0,00	0,00	30,00	8,57	4,22	12,00	
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70	
Cenoura		30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,95	252,15	1,54	3,37	0,07	0,05	6,76	
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	
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29	
Macarrão trigo		70	259,79	54,56	7,00	0,91	2,05	0,00	0,00	19,38	0,54	0,62	12,11	
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		4	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			1464,30	219,15	65,04	35,27	17,03	255,84	27,67	228,84	12,46	10,42	112,14	

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ COM MILHO E CENOURA, FEIJAO, FRANGO ASSADO SALADA ALFACE E TOMATE COM SUCO DE GOJABA									Frequência:	
12			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)	
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Açúcar cristal	12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91	
Alface lisa	30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25	
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
Cenoura	30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,95	252,15	1,54	3,37	0,07	0,05	6,76	
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29	
Frango, coxa e sobrecoxa, sem	150	211,50	0,00	26,55	10,88	0,00	12,00	0,00	39,75	2,93	1,35	10,50	
Goiaba vermelha, polpa	30	10,50	2,10	0,30	0,00	0,30	40,50	6,00	0,00	0,00	0,06	5,10	
Milho verde	15	20,72	4,28	0,99	0,09	0,59	0,00	0,00	4,89	0,08	0,06	0,24	
Óleo de soja	15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08	

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642													
MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:				0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:										Frequência:	
13		ARROZ COM CARNE DE SOL E ABOBORA, SALADA DE ALFACE E TOMATE										1	
Nome do Alimento		Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidos LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Abóbora, cabotian		30	11,58	2,51	0,52	0,16	0,65	0,00	1,53	2,65	0,10	0,11	5,39
Alface lisa		30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Carne, bovina, seca		120	375,30	0,00	23,59	30,44	0,00	0,00	0,00	14,66	4,38	1,60	16,93
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		5	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99
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		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate		30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, ALMONDEGAS, FEIJÃO E SALADA DE REPOLHO E TOMATE									Frequência:	
14												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)
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Carne moída de 2ª		150	363,00	0,00	36,33	23,13	0,00	0,00	0,00	30,00	8,57	4,22	12,00
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Farinha de rosca		40	148,23	30,31	4,55	0,59	1,93	0,00	0,00	22,75	0,67	2,69	14,12
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo de galinha inteiro		3	4,29	0,05	0,39	0,27	0,00	2,36	0,00	0,38	0,03	0,05	1,26
Repolho branco		30	5,14	1,16	0,26	0,04	0,57	0,00	5,62	2,55	0,05	0,05	10,36
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate		30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
Tomate, extrato		40	24,37	5,98	0,97	0,08	1,12	0,00	7,20	11,73	0,15	0,84	11,63
TOTAL			1319,50	173,08	62,57	40,23	15,64	15,33	20,98	216,71	12,59	12,83	119,86
Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Goncalves de Assis, CRN 10642													

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA, COUVE REFOGADA E ABACAXI								Frequência:		
15											1		
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)
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Abacaxi		150	72,48	18,50	1,29	0,18	1,48	4,25	51,94	27,66	0,22	0,39	33,65
Alho		3	3,39	0,72	0,21	0,01	0,13	0,29	0,94	0,64	0,02	0,02	0,41
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
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
Couve manteiga		30	8,12	1,30	0,86	0,16	0,94	0,00	29,01	10,40	0,12	0,14	39,26
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Linguiça, porco		100	227,20	0,00	16,06	17,58	0,00	0,00	0,00	14,05	1,36	0,44	6,13
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL			1077,51	154,30	37,93	34,03	14,06	4,53	83,70	199,04	4,78	5,91	151,17



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILA GONÇALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL/ 2024									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio: 16		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, ASSADO DE PANELA, SALADA DE REPOLHO, COUVE E TOMATE COM SUÇO DE AÇEROLA								Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Açerola, polpa congelada	30	6,58	1,66	0,18	0,00	0,21	0,00	186,97	2,60	0,02	0,05	2,28
Açúcar cristal	12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,00	0,02	0,91
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Carne, bovina, acém	150	216,04	0,00	31,23	9,17	0,00	3,26	0,00	19,92	7,82	2,27	7,08
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Couve manteiga	20	5,41	0,87	0,57	0,11	0,62	0,00	19,34	6,93	0,08	0,09	26,17
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja	15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Repolho branco	30	5,14	1,16	0,26	0,04	0,57	0,00	5,62	2,55	0,05	0,05	10,36
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
TOTAL		1054,06	151,22	52,34	25,45	13,42	16,23	220,08	181,41	11,10	7,47	117,28

Eduiane Ramalho dos Santos. CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis. CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0				Dias de Atendimento:		0		Refeição Servida:		Jantar	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	FEIJOADA, ARROZ, FAROFA DE CARNE E FRUTA LARANJA									Frequência:	
17												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)	
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
Carne, bovina, músculo	80	113,26	0,00	17,25	4,39	0,00	1,53	0,00	13,96	2,92	1,49	2,91	
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	
Colorau	2	6,68	1,56	0,13	0,00	0,09	1,20	0,14	0,00	0,00	0,11	2,40	
Couve manteiga	30	8,12	1,30	0,86	0,16	0,94	0,00	29,01	10,40	0,12	0,14	39,26	
Farinha de mandioca torrada	30	109,58	26,76	3,37	0,09	1,96	0,00	0,00	12,00	0,11	0,36	22,66	
Feijão preto	70	226,50	41,13	14,94	0,87	15,28	0,00	0,00	131,67	2,00	4,52	77,63	
Laranja, pêra	100	36,77	8,95	1,04	0,13	0,77	11,21	53,73	8,61	0,06	0,09	21,89	
Linguiça Mista	70	277,20	1,89	9,66	25,38	0,00	0,00	0,00	8,40	1,31	0,79	7,00	
Óleo de soja	20	176,80	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	SALPICÃO DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO E FRUTA MAÇA								Frequência:		
18											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)	
Frango, peito, sem pele	100	119,16	0,00	21,53	3,02	0,00	2,00	0,00	31,26	0,66	0,43	7,36	
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11	
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Azeitona verde	5	6,85	0,21	0,05	0,71	0,19	1,50	0,04	0,20	0,00	0,01	2,28	
Batata palha	10	18,14	1,76	0,15	1,21	0,11	0,00	0,65	1,76	0,02	0,03	0,70	
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	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51	
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	
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29	
Maçã Fuji	100	55,52	15,15	0,29	0,00	1,35	2,71	2,41	2,04	0,00	0,09	1,92	
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	10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILA GONCALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Goncalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:			Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	CARNE COZIDA COM BATATA, ARROZ, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE COM ALFACE								Frequência:		
19											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)	
Carne, bovina, músculo	150	212,37	0,00	32,34	8,24	0,00	2,87	0,00	26,18	5,48	2,80	5,46	
Alface lisa	30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25	
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Batata inglesa	30	19,31	4,41	0,53	0,00	0,35	0,05	9,32	4,37	0,07	0,11	1,07	
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	3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40	
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29	
Óleo de soja	15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08	
Tomate, extrato	10	6,09	1,50	0,24	0,02	0,28	0,00	1,80	2,93	0,04	0,21	2,91	

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024									SEDUC-TO		
N° de Alunos:		0		Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ISCAS DE CARNE E LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO E MAÇA									Frequência:	
20												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	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Batata inglesa	50	32,19	7,34	0,89	0,00	0,58	0,09	15,54	7,29	0,12	0,18	1,78	
Carne, bovina, acém	150	216,04	0,00	31,23	9,17	0,00	3,26	0,00	19,92	7,82	2,27	7,08	
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	20	6,83	1,53	0,26	0,03	0,64	168,10	1,02	2,25	0,04	0,04	4,51	
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29	
Maça Fuji	100	55,52	15,15	0,29	0,00	1,35	2,71	2,41	2,04	0,00	0,09	1,92	
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	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	

[illegible]

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILLA GONCALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Goncalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, COSTELA COM MANDIOCA COZIDA, FEIJAO, SALADA DE ALFACE E TOMATE COM SUÇO DE ACEROLA									Frequência:	
22												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)
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Acerola, polpa congelada		30	6,58	1,66	0,18	0,00	0,21	0,00	186,97	2,60	0,02	0,05	2,28
Açúcar cristal		12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91
Alface lisa		30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Carne, bovina, costela		150	536,58	0,00	25,06	47,63	0,00	6,85	0,00	17,52	4,05	1,81	0,00
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		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Mandioca		60	90,85	21,70	0,68	0,18	1,13	0,60	9,92	26,70	0,12	0,16	9,11
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate		30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
TOTAL			1460,31	171,83	46,60	63,99	14,09	20,42	212,42	199,70	7,44	7,23	93,44
Fabiane Ramalho dos Santos. CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis. CRN 10642													

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Goncalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E SALADA DE BETERRABA									Frequência:	
23												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)
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Beterraba		30	14,65	3,33	0,58	0,03	1,01	1,14	0,94	7,33	0,16	0,10	5,43
Carne moída de 2ª		150	363,00	0,00	36,33	23,13	0,00	0,00	0,00	30,00	8,57	4,22	12,00
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		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja		10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Goncalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0			0			Refeição Servida:			Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJAO , ESCONDIDINHO DE CARNE MOIDA E MANDIOCA COM SALADA DE ALFACE E TOMATE									Frequência:	
24												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)
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Alface lisa		30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Carne moída de 2ª		100	242,00	0,00	24,22	15,42	0,00	0,00	0,00	20,00	5,71	2,81	8,00
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		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Leite de vaca, integral		5	3,00	0,23	0,16	0,16	0,00	1,42	0,00	0,50	0,02	0,00	5,65
Mandioca		30	45,43	10,85	0,34	0,09	0,56	0,30	4,96	13,35	0,06	0,08	4,56
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
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		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate		30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
Tomate, extrato		10	6,09	1,50	0,24	0,02	0,28	0,00	1,80	2,93	0,04	0,21	2,91
TOTAL			1061,92	149,09	45,61	30,24	13,60	33,96	22,29	189,61	9,08	8,30	102,48

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

[illegible]

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio:												Frequência:	
26		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS, SALADA DE REPOLHO, PEPINO E TOMATE E LARANJA									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)	
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
Carne, bovina, acém	150	216,04	0,00	31,23	9,17	0,00	3,26	0,00	19,92	7,82	2,27	7,08	
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70	
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29	
Laranja, pêra	100	36,77	8,95	1,04	0,13	0,77	11,21	53,73	8,61	0,06	0,09	21,89	
Óleo de soja	15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Pepino	30	2,86	0,61	0,26	0,00	0,34	6,45	1,50	2,80	0,04	0,04	2,89	
Repolho branco	30	5,14	1,16	0,26	0,04	0,57	0,00	5,62	2,55	0,05	0,05	10,36	
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08	

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:			0				Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ , FEIJÃO, ISCAS DE FIGADO E SALADA DE TOMATE, ALFACE E SUCO DE ABACAXI									Frequência:	
27			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	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
Abacaxi, polpa congelada	30	9,18	2,34	0,14	0,03	0,10	0,00	0,37	3,02	0,02	0,11	4,06	
Açúcar cristal	12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91	
Alface lisa	30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25	
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Carne, bovina, fígado	150	211,57	1,66	31,07	8,04	0,00	11905,05	0,00	18,63	5,19	8,44	6,24	
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	3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40	
Coentro	5	15,45	2,40	1,04	0,52	1,86	14,63	2,04	19,64	0,24	4,07	39,19	
Feijão carioca	30	98,71	18,37	5,99	0,38	5,53	0,00	0,00	62,98	0,87	2,40	36,77	
Óleo de soja	8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08	
TOTAL		934,81	142,62	48,94	17,52	11,03	11932,64	17,94	152,19	8,12	16,24	107,02	

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

Fabiane Ramalho dos Santos. CRN 16447 Kamilla Goncalves de Assis. CRN 10642

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Goncalves de Assis, CRN 10642

TOTAL		1112.70	139.94	56.98	34.29	12.81	176.94	14.23	184.14	11.79	9.31	89.40
-------	--	---------	--------	-------	-------	-------	--------	-------	--------	-------	------	-------



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILA GONÇALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, PURÊ DE BATATA COM FRANGO								Frequência:	
31											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)
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Batata inglesa	50	32,19	7,34	0,89	0,00	0,58	0,09	15,54	7,29	0,12	0,18	1,78
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	3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Frango, inteiro, com pele	100	226,32	0,00	16,44	17,31	0,00	7,00	0,00	24,30	1,12	0,62	6,30
Leite de vaca, integral	20	12,01	0,90	0,64	0,65	0,00	5,69	0,00	2,00	0,08	0,01	22,61
Óleo de soja	10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		997,44	143,09	37,78	29,05	12,28	13,25	18,29	180,46	4,43	5,75	101,48

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 1644 / Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:				0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio: 32		CARDÁPIO:	ARROZ,FEIJAO, CARNE MOIDA, PURE DE BATATA, SALADA TOMATE COM ALFACE E SUCO MANGA									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)
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Açúcar cristal		12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91
Alface lisa		30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Batata inglesa		30	19,31	4,41	0,53	0,00	0,35	0,05	9,32	4,37	0,07	0,11	1,07
Carne moída de 2ª		150	363,00	0,00	36,33	23,13	0,00	0,00	0,00	30,00	8,57	4,22	12,00
Cebola		5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Leite de vaca, integral		20	12,01	0,90	0,64	0,65	0,00	5,69	0,00	2,00	0,08	0,01	22,61
Manga, polpa, congelada		30	14,49	3,76	0,11	0,07	0,32	0,00	7,47	2,85	0,02	0,03	2,14
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal		2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate		30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
TOTAL			1233,84	157,33	58,23	40,02	13,39	18,71	31,37	191,37	11,98	9,55	117,46

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL/ 2024										SEDUC-TO			
Nº de Alunos:		0				Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO: ARROZ COM MILHO E CENOURA, FEIJÃO, FRANGO ASSADO SALADA ALFACE E TOMATE C/ SUÇO DE GOIABA										Frequência:			
33												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)		
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74		
Açúcar cristal		12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91		
Alface lisa		30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25		
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68		
Cenoura		30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,95	252,15	1,54	3,37	0,07	0,05	6,76		
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29		
Frango, coxa e sobrecoxa, sem		150	211,50	0,00	26,55	10,88	0,00	12,00	0,00	39,75	2,93	1,35	10,50		
Goiaba vermelha, polpa		30	10,50	2,10	0,30	0,00	0,30	40,50	6,00	0,00	0,00	0,06	5,10		
Milho verde enlatado		15	14,63	2,57	0,48	0,35	0,70	0,34	0,26	3,06	0,07	0,09	0,33		
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Tomate, extrato		30	18,28	4,49	0,73	0,06	0,84	0,00	5,40	8,80	0,11	0,63	8,72		
TOTAL			1083,62	158,33	48,65	27,45	15,05	305,47	21,18	203,36	6,37	7,30	108,28		



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILLA GONCALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar		
Nº do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ COM FILÉ DE PEIXE, FEIJÃO E SALADA DE ALFACE COM TOMATE								Frequência:	
34											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)
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Alface lisa	30	4,15	0,73	0,51	0,04	0,70	0,00	6,42	2,73	0,10	0,18	8,25
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
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	3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja	10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pescada filé	80	85,76	0,00	13,32	3,20	0,00	38,29	0,00	18,24	0,20	0,14	10,84
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
TOTAL		821.44	136.51	33.96	14.39	12.75	51.26	15.53	171.00	3.45	5.34	91.97

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL/ 2024										SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0			Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJAO, FILE DE PEIXE GRELHADO, LEGUMES COZIDOS(BATATA, BETERREBA E CENOURA) E FRUTA: LARANJA									Frequência:		
35												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)		
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74		
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68		
Batata inglesa	30	19,31	4,41	0,53	0,00	0,35	0,05	9,32	4,37	0,07	0,11	1,07		
Beterraba	30	14,65	3,33	0,58	0,03	1,01	1,14	0,94	7,33	0,16	0,10	5,43		
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	30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,95	252,15	1,54	3,37	0,07	0,05	6,76		
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		
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29		
Laranja, pêra	100	36,77	8,95	1,04	0,13	0,77	11,21	53,73	8,61	0,06	0,09	21,89		
Óleo de soja	8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
Pescada filé	100	107,21	0,00	16,65	4,00	0,00	47,86	0,00	22,80	0,25	0,17	13,55		
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642													
MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:				0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ E ENSOPADO DE PEIXE COM MANDIOCA									Frequência:	
36												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)
Pescada filê		70	75,04	0,00	11,66	2,80	0,00	33,50	0,00	15,96	0,18	0,12	9,48
Açafrão		1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1		120	429,35	94,51	8,59	0,40	1,97	0,00	0,00	36,46	1,47	0,81	5,30
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		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Mandioca		30	45,43	10,85	0,34	0,09	0,56	0,30	4,96	13,35	0,06	0,08	4,56
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		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate, extrato		12	7,31	1,80	0,29	0,02	0,34	0,00	2,16	3,52	0,04	0,25	3,49



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILA GONCALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FAROFA COLORIDA DE PESCADO, FEIJÃO E SALADA RÚCULA E TOMATE								Frequência:	
37											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)
Pescada filé	80	85,76	0,00	13,32	3,20	0,00	38,29	0,00	18,24	0,20	0,14	10,84
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
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	15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
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
Couve manteiga	10	2,71	0,43	0,29	0,05	0,31	0,00	9,67	3,47	0,04	0,05	13,09
Farinha de milho amarela	20	70,12	15,82	1,44	0,29	1,10	1,80	0,00	6,19	0,12	0,45	0,26
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja	10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pimentão verde	10	2,13	0,49	0,11	0,02	0,26	1,85	10,02	0,78	0,01	0,04	0,88
Rúcula	10	1,31	0,22	0,18	0,01	0,17	0,00	4,63	1,78	0,02	0,09	11,66
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	30	4,60	0,94	0,33	0,05	0,35	12,49	6,36	3,16	0,04	0,07	2,08
TOTAL		893,02	152,70	35,31	14,74	14,16	180,51	32,64	181,11	3,54	5,77	112,30

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL / 2024									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	ARROZ E PEIXADA SABOROSA									Frequência:	
38											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 (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Pescada filê	70	75,04	0,00	11,66	2,80	0,00	33,50	0,00	15,96	0,18	0,12	9,48
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11
Alho	3	3,39	0,72	0,21	0,01	0,13	0,29	0,94	0,64	0,02	0,02	0,41
Arroz, tipo 1	120	429,35	94,51	8,59	0,40	1,97	0,00	0,00	36,46	1,47	0,81	5,30
Batata inglesa	30	19,31	4,41	0,53	0,00	0,35	0,05	9,32	4,37	0,07	0,11	1,07
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	30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,95	252,15	1,54	3,37	0,07	0,05	6,76
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 milho amarela	2	7,01	1,58	0,14	0,03	0,11	0,18	0,00	0,62	0,01	0,05	0,03
Leite de coco	10	16,62	0,22	0,10	1,84	0,07	0,00	0,00	1,68	0,03	0,05	0,59
Limão, tahiti	1	0,32	0,11	0,01	0,00	0,01	0,00	0,38	0,10	0,00	0,00	0,51
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
Pimentão verde	10	2,13	0,49	0,11	0,02	0,26	1,85	10,02	0,78	0,01	0,04	0,88
Sal	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	40	6,13	1,26	0,44	0,07	0,47	16,65	8,49	4,22	0,05	0,09	2,78
TOTAL		619,66	106,82	22,43	10,29	4,49	304,94	32,36	71,92	1,95	1,48	31,19

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642													
MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:				0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FILÉ DE PEIXE, PURÊ DE BATATA E SALADA(CENOURA, REPOLHO BRANCO)									Frequência:	
39		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)
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1		120	429,35	94,51	8,59	0,40	1,97	0,00	0,00	36,46	1,47	0,81	5,30
Batata inglesa		30	19,31	4,41	0,53	0,00	0,35	0,05	9,32	4,37	0,07	0,11	1,07
Cebola		3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
Cenoura		30	10,24	2,30	0,40	0,05	0,95	252,15	1,54	3,37	0,07	0,05	6,76
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
Corte de vaca, integral		20	12,01	0,90	0,64	0,65	0,00	5,69	0,00	2,00	0,08	0,01	22,61
Óleo de soja		5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pescada filé		100	107,21	0,00	16,65	4,00	0,00	47,86	0,00	22,80	0,25	0,17	13,55
Repolho branco		30	5,14	1,16	0,26	0,04	0,57	0,00	5,62	2,55	0,05	0,05	10,36
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILA GONCALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642												
MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO: RISO TO DE PEIXE									Frequência:	
40											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	3	3,39	0,72	0,21	0,01	0,13	0,29	0,94	0,64	0,02	0,02	0,41
Arroz, tipo 1	120	429,35	94,51	8,59	0,40	1,97	0,00	0,00	36,46	1,47	0,81	5,30
Cebola	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
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
Óleo de soja	8	70,72	0,00	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pescada branca	80	88,70	0,00	13,01	3,67	0,00	2,22	0,00	15,36	0,20	0,13	12,59
Sal	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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		596.14	96.02	22.05	12.12	2.32	6.67	4.15	54.61	1.72	1.02	21.81

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:				0			Refeição Servida:		Jantar	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM SARDINHA, SUCO DE ABACAXI								Frequência:	
41											1	
Nome do Alimento	Per Capita	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)						
Abacaxi, polpa congelada	30	9,18	2,34	0,14	0,03	0,10	0,00	0,37	3,02	0,02	0,11	4,06
Açúcar cristal	12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91
Alho	3	3,39	0,72	0,21	0,01	0,13	0,29	0,94	0,64	0,02	0,02	0,41
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
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	5	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Macarrão trigo com ovos	60	222,34	45,97	6,19	1,18	1,38	0,00	0,00	0,00	0,49	0,55	11,67
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	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sardinha, conserva em óleo	50	142,49	0,00	7,97	12,02	0,00	0,00	0,00	17,64	0,82	1,77	275,12
Tomate, extrato	8	4,87	1,20	0,19	0,02	0,22	0,00	1,44	2,35	0,03	0,17	2,33
TOTAL		1150,81	195,97	34,25	24,35	13,34	0,29	4,57	170,06	4,45	7,55	366,24

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642												
MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR- ANUAL/ 2024									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:	BIFE RECHEADO COM ABOBRINHA E CENOURA , ARROZ, FEIJAO E SALADA DE TOMATE COM ALFACE								Frequência:	
42											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)
Carne, bovina, coxão duro	150	221,95	0,00	32,27	9,33	0,00	3,10	0,00	31,67	4,21	2,84	4,43
Abobrinha, paulista	10	3,08	0,79	0,06	0,01	0,26	0,00	1,75	0,94	0,02	0,02	1,87
Alface americana	20	1,76	0,35	0,12	0,03	0,20	0,00	2,19	1,15	0,05	0,05	2,89
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
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	5	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99
Colorau	2	6,68	1,56	0,13	0,00	0,09	1,20	0,14	0,00	0,00	0,11	2,40
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja	10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	20	3,07	0,63	0,22	0,03	0,23	8,33	4,24	2,11	0,03	0,05	1,39
TOTAL		967,72	139,07	52,80	20,53	12,84	97,16	12,22	184,34	7,43	8,04	87,62



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILLA GONCALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0			Dias de Atendimento:			0		Refeição Servida:		Jantar	
Nº do Cardápio:		CARDÁPIO:										Frequência:	
43		CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, POLENTA, FEIJÃO, SALADA DE TOMATE E COUVE										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)
Carne moída de 2ª		150	363,00	0,00	36,33	23,13	0,00	0,00	0,00	30,00	8,57	4,22	12,00
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
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		5	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99
Couve manteiga		15	4,06	0,65	0,43	0,08	0,47	0,00	14,50	5,20	0,06	0,07	19,63
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
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 fubá		20	70,70	15,77	1,44	0,38	0,94	0,00	0,00	8,25	0,22	0,17	0,53
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		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate		20	3,07	0,63	0,22	0,03	0,23	8,33	4,24	2,11	0,03	0,05	1,39
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			1204,41	153,53	58,52	38,11	13,65	28,07	23,93	195,91	12,02	9,67	109,08

	Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642											
MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL/ 2024									SEDUC-TO	
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	CUBOS DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO, REFOGADO DE ABOBORA E MELANCIA								Frequência:		
44										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 (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Frango, peito, sem pele	100	119,16	0,00	21,53	3,02	0,00	2,00	0,00	31,26	0,66	0,43	7,36
Abóbora, cabotian	20	7,72	1,67	0,35	0,11	0,43	0,00	1,02	1,76	0,06	0,07	3,59
Açafrão	1	3,10	0,65	0,11	0,06	0,04	0,27	0,81	2,64	0,01	0,11	1,11
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Cebola	5	1,97	0,44	0,09	0,00	0,11	0,00	0,23	0,60	0,01	0,01	0,70
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Melancia	150	48,91	12,21	1,33	0,00	0,18	42,75	9,22	14,45	0,15	0,34	11,58
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	4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		904,56	149,17	43,05	14,26	12,32	45,49	12,84	196,24	3,98	5,88	92,05

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642													
MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:				0				Refeição Servida:		Jantar	
N.º do Cardápio:		ARROZ, FEIJAO, PICADINHO DE CARNE MOIDA COM BATATINHAS, SALADA DE ALFACE E TOMATE E BANANA										Frequência:	
45		CARDÁPIO:										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)
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Alface americana		20	1,76	0,35	0,12	0,03	0,20	0,00	2,19	1,15	0,05	0,05	2,89
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
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
Batata inglesa		50	32,19	7,34	0,89	0,00	0,58	0,09	15,54	7,29	0,12	0,18	1,78
Carne moída de 2ª		150	363,00	0,00	36,33	23,13	0,00	0,00	0,00	30,00	8,57	4,22	12,00
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		5	2,11	0,35	0,13	0,03	0,06	0,00	1,59	1,23	0,02	0,03	3,99
Colorau		1	3,34	0,78	0,07	0,00	0,05	0,60	0,07	0,00	0,00	0,06	1,20
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja		10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate		20	3,07	0,63	0,22	0,03	0,23	8,33	4,24	2,11	0,03	0,05	1,39
Tomate, extrato		5	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45
TOTAL			1232,42	170,79	58,87	34,37	14,98	12,70	47,92	215,66	12,03	9,99	100,66



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILLA GONCALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:									Frequência:		
46											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)
Abóbora, cabotian		50	19,30	4,18	0,87	0,27	1,08	0,00	2,55	4,41	0,16	0,19	8,98
Alface lisa		20	2,76	0,49	0,34	0,02	0,47	0,00	4,28	1,82	0,07	0,12	5,50
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Carne, bovina, coxão mole		150	253,60	0,00	31,85	13,04	0,00	3,92	0,00	31,08	3,95	2,83	4,48
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		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Óleo de soja		15	132,60	0,00	0,00	15,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal		4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate		25	3,83	0,78	0,27	0,04	0,29	10,41	5,30	2,64	0,03	0,06	1,74
TOTAL			886,11	109,68	43,15	28,84	4,34	14,80	14,87	81,84	5,86	4,15	30,21

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642													
MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:		0Dias de Atendimento:				0			Refeição Servida:		Jantar		
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO: ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO, BISTECA SUINA ACEBOLADA E SALADA DE COUVE										Frequência:	
47												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)
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Cebola		10	3,94	0,89	0,17	0,01	0,22	0,01	0,47	1,19	0,02	0,02	1,40
Cheiro verde		3	1,26	0,21	0,08	0,02	0,04	0,00	0,95	0,74	0,01	0,02	2,40
Couve manteiga		30	8,12	1,30	0,86	0,16	0,94	0,00	29,01	10,40	0,12	0,14	39,26
Feijão carioca		50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Macarrão trigo		30	111,34	23,38	3,00	0,39	0,88	0,00	0,00	8,31	0,23	0,26	5,19
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
Porco, bisteca		110	180,53	0,00	23,65	8,82	0,00	0,00	0,00	26,48	1,57	0,59	6,72
Sal		3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate, extrato		15	9,14	2,24	0,37	0,03	0,42	0,00	2,70	4,40	0,06	0,31	4,36

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642												
MEC FNDE	SRE ARRAIAS JANTAR – ANUAL/ 2024									SEDUC-TO		
Nº de Alunos:	0 Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar			
N.º do Cardápio: 48	CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, CARNE SUINA E SALADA DE REPOLHO E PEPINO									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Arroz, tipo 1	130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74
Alface lisa	20	2,76	0,49	0,34	0,02	0,47	0,00	4,28	1,82	0,07	0,12	5,50
Alho	5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68
Cebola	3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42
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
Feijão carioca	50	164,51	30,61	9,99	0,63	9,21	0,00	0,00	104,97	1,45	3,99	61,29
Óleo de soja	10	88,40	0,00	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pepino	20	1,91	0,41	0,17	0,00	0,22	4,30	1,00	1,87	0,03	0,03	1,92
Porco, bisteca	110	180,53	0,00	23,65	8,82	0,00	0,00	0,00	26,48	1,57	0,59	6,72
Repolho branco	20	3,42	0,77	0,18	0,03	0,38	0,00	3,74	1,70	0,03	0,03	6,91
Sal	2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate, extrato	20	12,19	2,99	0,49	0,04	0,56	0,00	3,60	5,87	0,07	0,42	5,82
TOTAL		926,95	139,32	44,60	20,00	13,29	4,78	15,27	184,37	4,87	6,13	97,39



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILLA GONCALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793

MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0			Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar	
Nº do Cardápio:		ESTROGONOFF DE FRANGO, ARROZ, SALADA DE ALFACE COM TOMATE E SUÇO DE GOIABA										Frequência:		
49		CARDÁPIO:										1		
Nome do Alimento		Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lípidios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)	
		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)							
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Açúcar cristal		12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91	
Alface lisa		20	2,76	0,49	0,34	0,02	0,47	0,00	4,28	1,82	0,07	0,12	5,50	
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
Cebola		3	1,18	0,27	0,05	0,00	0,07	0,00	0,14	0,36	0,01	0,01	0,42	
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	
Creme de Leite		20	44,30	0,90	0,30	4,50	0,00	25,60	0,00	1,51	0,06	0,06	16,55	
Farinha de trigo		5	18,02	3,75	0,49	0,07	0,12	0,00	0,00	1,55	0,04	0,05	0,89	
Frango, peito, sem pele		90	107,24	0,00	19,37	2,72	0,00	1,80	0,00	28,14	0,60	0,39	6,63	
Goiaba vermelha, polpa		30	10,50	2,10	0,30	0,00	0,30	40,50	6,00	0,00	0,00	0,06	5,10	
Milho verde enlatado		10	9,76	1,71	0,32	0,24	0,46	0,23	0,17	2,04	0,05	0,06	0,22	
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		2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Tomate		20	3,07	0,63	0,22	0,03	0,23	8,33	4,24	2,11	0,03	0,05	1,39	
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			809,79	127,09	31,41	18,06	4,31	76,93	19,15	81,87	2,53	1,96	49,32	

Fabiane Ramalho dos Santos, CRN 16447 Kamilla Gonçalves de Assis, CRN 10642														
MEC FNDE		SRE ARRAIAS JANTAR– ANUAL/ 2024										SEDUC-TO		
Nº de Alunos:		0			Dias de Atendimento:			0			Refeição Servida:		Jantar	
N.º do Cardápio:		CARDÁPIO:										Frequência:		
50		FEIJÃO TROPEIRO, ARROZ, VINAGRETE E SUCO DE MARACUJÁ										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)	
Arroz, tipo 1		130	465,13	102,39	9,31	0,44	2,13	0,00	0,00	39,50	1,59	0,88	5,74	
Açúcar cristal		12	46,42	11,95	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,12	0,00	0,02	0,91	
Alho		5	5,66	1,20	0,35	0,01	0,22	0,48	1,56	1,06	0,04	0,04	0,68	
Bacon		30	177,76	0,00	3,44	18,08	0,00	0,00	0,00	1,07	0,06	0,13	0,72	
Cebola		7	2,76	0,62	0,12	0,01	0,15	0,01	0,33	0,83	0,01	0,01	0,98	
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	
Farinha de mandioca torrada		50	182,63	44,60	0,61	0,14	3,27	0,00	0,00	20,01	0,18	0,60	37,76	
Feijão carioca		40	131,61	24,49	7,99	0,50	7,37	0,00	0,00	83,98	1,16	3,19	49,03	
Limão, tahiti		5	1,59	0,55	0,05	0,01	0,06	0,00	1,91	0,48	0,01	0,01	2,55	
Linguíça Mista		90	356,40	2,43	12,42	32,63	0,00	0,00	0,00	10,80	1,68	1,02	9,00	
Maracujá, polpa, congelada		30	11,63	2,88	0,24	0,05	0,15	0,00	2,18	2,91	0,06	0,09	1,38	
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		10	2,13	0,49	0,11	0,02	0,26	1,85	10,02	0,78	0,01	0,04	0,88	
Sal		2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Vinagre		5	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	1,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
TOTAL			1474,28	191,80	34,76	61,89	13,64	4,08	16,95	162,29	4,82	6,05	112,02	

[illegible]

Nome e número do CRN do Nutricionista



DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: FABIANE RAMALHO DOS SANTOS EM 07/11/2023 10:50:00

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: KAMILA GONCALVES DE ASSIS EM 06/11/2023 12:16:51

Verifique a autenticidade deste documento em <https://sgd.to.gov.br/verificador> informando o código: B5DB6A7301706793