MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Estudantes:		Faixa Etária:		Dias de Atendimento:		Refeição Servida:	Café da manhã
Modalidade de Ensino :		Etapa de Ensino:		Zona:	(Urbana ou Rural)	Horário da Refeição:	10:00

N.º do Cardápio: 1	CARDÁPIO:	CUSCUZ DE MILHO COM OVOS MEXIDOS COM SUCO DE GOIABA									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)
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
Flocos de milho	40	144,80	30,40	3,28	1,44	2,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Goiaba vermelha, polpa	35	12,25	2,45	0,35	0,00	0,35	47,25	7,00	0,00	0,00	0,07	5,95
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
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo de galinha inteiro	20	28,62	0,33	2,61	1,78	0,00	15,77	0,00	2,53	0,22	0,31	8,40
TOTAL		254,08	43,14	6,27	6,58	3,31	82,28	7,00	2,69	0,22	0,40	15,34

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Café da manhã

N.º do Cardápio: 2	CARDÁPIO:	SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE MARACUJÁ									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)
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
Banana prata	60	58,95	15,57	0,76	0,04	1,23	1,93	12,95	15,77	0,09	0,23	4,54
Manga Palmer	60	43,49	11,61	0,25	0,10	0,98	0,00	39,31	5,24	0,05	0,05	6,98
Laranja, pêra	80	29,42	7,16	0,83	0,10	0,61	8,97	42,99	6,89	0,05	0,07	17,51
Mamão Formosa	60	27,20	6,93	0,49	0,07	1,09	22,20	47,12	10,39	0,04	0,14	14,92
Maracujá, polpa, congelada	20	7,75	1,92	0,16	0,04	0,10	0,00	1,45	1,94	0,04	0,06	0,92
Melão	60	17,62	4,52	0,41	0,00	0,15	1,50	5,21	3,57	0,05	0,14	1,71
Abacaxi	60	28,99	7,40	0,52	0,07	0,59	1,70	20,77	11,06	0,09	0,15	13,46
TOTAL		252,12	65,07	3,45	0,42	4,75	36,29	169,80	54,97	0,41	0,86	60,81

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Café da manhã

N.º do Cardápio: 3	CARDÁPIO:	FAROFA DE CUSCUZ COM PROTEÍNA DE SOJA E CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA E BANANA									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)
Acerola, polpa congelada	35	7,68	1,94	0,21	0,00	0,25	0,00	218,13	3,03	0,03	0,06	2,66
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
Carne moída de 2ª	20	48,40	0,00	4,84	3,08	0,00	0,00	0,00	4,00	1,14	0,56	1,60
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Flocos de milho	40	144,80	30,40	3,28	1,44	2,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
Proteina texturizada de soja	20	69,60	6,40	10,40	0,00	3,60	0,00	0,00	0,00	0,00	54,00	2,40
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		356,12	49,25	18,92	9,54	6,92	0,10	219,17	8,07	1,19	54,66	9,43

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: Café da manhã

N.º do Cardápio: 4 | CARDÁPIO: BOLO DE FUBÁ E SUCO DE ACEROLA | Frequência: 1

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
Acerola, polpa congelada	35	7,68	1,94	0,21	0,00	0,25	0,00	218,13	3,03	0,03	0,06	2,66
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
Coco seco ralado	3	15,03	1,43	0,09	1,07	0,14	0,00	0,02	1,50	0,05	0,06	0,45
Leite de vaca, integral	60	36,02	2,71	1,93	1,95	0,00	17,06	0,00	6,00	0,24	0,02	67,83
Milho fubá	50	176,74	39,44	3,61	0,95	2,36	0,00	0,00	20,62	0,55	0,43	1,33
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	10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Fermento em pó químico	1	0,90	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		372,24	66,04	7,20	9,86	2,74	24,94	218,15	32,61	0,98	0,75	77,99

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: Café da manhã

N.º do Cardápio: 5 | CARDÁPIO: BEIJU COM MARGARINA, OVO E SUCO DE ABACAXI | Frequência: 1

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
Abacaxi, polpa congelada	35	10,71	2,73	0,16	0,04	0,11	0,00	0,44	3,52	0,02	0,13	4,74
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
Margarina, com sal	3	17,83	0,00	0,00	2,02	0,00	11,56	0,00	0,04	0,00	0,00	0,14
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
Ovo de galinha inteiro	20	28,62	0,33	2,61	1,78	0,00	15,77	0,00	2,53	0,22	0,31	8,40
TOTAL		271,46	56,40	3,02	3,84	0,23	27,33	0,44	8,24	0,24	0,71	27,74

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: Café da manhã

N.º do Cardápio: 6 | CARDÁPIO: CUSCUZ DE ARROZ COM OVOS MEXIDOS, LEITE E BANANA | Frequência: 1

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
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
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
Flocos de arroz	40	150,00	34,80	2,68	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,68	12,00
Leite de vaca, integral	100	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
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
Ovo de galinha inteiro	20	28,62	0,33	2,61	1,78	0,00	15,77	0,00	2,53	0,22	0,31	8,40
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
TOTAL		407,23	75,98	9,91	8,46	2,18	66,77	22,00	39,44	0,78	1,43	142,42

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Café da manhã		
N.º do Cardápio: 7	CARDÁPIO:	CREPIOCA COM CARNE E MAÇÃ									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
Alho	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14
Carne, bovina, acém	50	72,01	0,00	10,41	3,06	0,00	1,09	0,00	6,64	2,61	0,76	2,36
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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
Maçã fuji	80	44,41	12,12	0,23	0,00	1,08	2,17	1,93	1,63	0,00	0,07	1,54
Polvilho doce	40	140,49	34,71	0,17	0,00	0,09	0,00	0,00	1,64	0,00	0,20	10,97
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	10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Sal	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		341,36	49,22	13,50	10,25	1,26	22,61	2,33	15,63	2,89	1,22	64,70

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Café da manhã		
N.º do Cardápio: 8	CARDÁPIO:	CUSCUZ DE ARROZ E VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
Banana prata	80	78,60	20,77	1,01	0,05	1,63	2,57	17,27	21,03	0,12	0,30	6,05
Leite de vaca, integral pasteuriz	80	48,02	3,62	2,58	2,60	0,00	22,74	0,00	8,00	0,32	0,02	90,44
Mamão formosa	80	36,27	9,24	0,65	0,10	1,45	29,60	62,82	13,86	0,06	0,19	19,90
Flocos de arroz	40	150,00	34,80	2,68	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,68	12,00
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
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		342,62	68,43	6,92	6,11	3,13	74,18	80,09	42,95	0,49	1,19	128,62

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Café da manhã		
N.º do Cardápio: 9	CARDÁPIO:	BOLO DE BANANA E SUCO DE CAJU									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
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
Farinha de arroz	50	181,53	42,75	0,63	0,15	0,29	0,00	86,79	2,15	4,24	15,69	0,56
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
Caju polpa	35	12,80	3,27	0,17	0,05	0,29	0,00	41,90	2,48	0,03	0,05	0,29
fermento em pó químico	1	0,90	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
leite de vaca, integral pasteurizado	60	36,02	2,71	1,93	1,95	0,00	17,06	0,00	6,00	0,24	0,02	67,83
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	10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
TOTAL		426,69	85,26	5,34	8,11	2,62	28,15	150,29	38,28	4,76	16,31	81,21

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0					Refeição Servida:		Café da manhã		
N.º do Cardápio: 10	CARDÁPIO:	CREPIOCA COM MUSSARELA E SUCO DE CAJÁ										Frequência: 1
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
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
Cajá polpa, congelada	35	9,22	2,23	0,21	0,06	0,48	0,00	0,00	2,51	0,02	0,11	3,21
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
Polvilho doce	40	140,49	34,71	0,17	0,00	0,09	0,00	0,00	1,64	0,00	0,20	10,97
Queijo, mussarela	15	49,48	0,46	3,40	3,78	0,00	16,35	0,00	3,54	0,53	0,05	131,26
ovo de galinha inteiro	10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Sal	0,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		276,20	49,33	6,40	6,03	0,57	35,60	0,00	13,05	0,82	0,55	195,61

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0					Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 11	CARDÁPIO:	SALPICÃO DE FRANGO E SUCO DE MANGA										Frequência: 1
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
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	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Creme de Leite	8	17,72	0,36	0,12	1,80	0,00	10,24	0,00	0,60	0,02	0,02	6,62
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
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
Uva passa	5	15,00	3,96	0,16	0,02	0,17	0,04	0,17	1,65	0,01	0,10	2,45
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	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Manga, polpa, congelada	35	16,91	4,38	0,13	0,08	0,37	0,00	8,72	3,32	0,02	0,03	2,49
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
TOTAL		163,10	21,90	11,93	3,49	1,43	97,28	20,45	25,78	0,47	0,50	21,22

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0					Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 12	CARDÁPIO:	IOGURTE DE MORANGO COM BISCOITO DE POLVILHO										Frequência: 1
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
Biscoito, polvilho doce	60	262,53	48,32	0,78	7,35	0,70	22,55	0,00	3,51	0,09	1,06	18,27
Iogurte, sabor morango	80	55,65	7,75	2,17	1,86	0,17	21,62	0,00	6,43	0,24	0,00	80,83
TOTAL		318,18	56,08	2,94	9,21	0,87	44,17	0,00	9,94	0,33	1,06	99,10

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 13	CARDÁPIO:	BEIJU COM MARGARINA E SUCO DE ABACAXI									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)
Abacaxi, polpa congelada	35	10,71	2,73	0,16	0,04	0,11	0,00	0,44	3,52	0,02	0,13	4,74
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
Margarina, com sal	5	29,72	0,00	0,00	3,36	0,00	19,27	0,00	0,06	0,00	0,00	0,23
Polvilho doce	50	175,61	43,39	0,22	0,00	0,12	0,00	0,00	2,05	0,00	0,26	13,71
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		254,73	56,08	0,41	3,40	0,23	19,27	0,44	5,74	0,02	0,40	19,43

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 14	CARDÁPIO:	CUSCUZ DE MILHO COM MUSSARELA E IOGURTE									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)
Flocos de milho	40	144,80	30,40	3,28	1,44	2,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iogurte, sabor morango	80	55,65	7,75	2,17	1,86	0,17	21,62	0,00	6,43	0,24	0,00	80,83
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
Queijo, mussarela	15	49,48	0,46	3,40	3,78	0,00	16,35	0,00	3,54	0,53	0,05	131,26
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		279,66	38,61	8,85	10,44	3,13	57,24	0,00	10,03	0,77	0,05	212,31

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS										SEDUC-TO	
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 15	CARDÁPIO:	FAROFA DE CUSCUZ COM PROTEINA DE SOJA E SUCO DE GOIABA									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)
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
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Flocos de milho	40	144,80	30,40	3,28	1,44	2,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Goiaba vermelha, polpa	35	12,25	2,45	0,35	0,00	0,35	47,25	7,00	0,00	0,00	0,07	5,95
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
Proteina texturizada de soja	20	69,60	6,40	10,40	0,00	3,60	0,00	0,00	0,00	0,00	54,00	2,40
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		312,30	49,77	14,22	6,45	7,02	47,35	8,04	1,04	0,02	54,11	11,12

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 16	CARDÁPIO:	FEIJÃO TROPEIRO E LARANJA									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
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	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cheiro verde	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Couve manteiga	10	2,71	0,43	0,29	0,05	0,31	0,00	9,67	3,47	0,04	0,05	13,09
Farinha de mandioca torrada	40	146,11	35,68	0,49	0,11	2,62	0,00	0,00	16,01	0,14	0,48	30,21
Feijão carioca	35	115,16	21,43	6,99	0,44	6,45	0,00	0,00	73,48	1,02	2,80	42,90
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	50	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	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
TOTAL		545,71	68,39	15,87	23,87	10,25	11,31	64,44	108,51	2,21	4,00	115,10

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 17	CARDÁPIO:	MINGAU DE FUBÁ E MAMÃO									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
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
Milho fubá	50	176,74	39,44	3,61	0,95	2,36	0,00	0,00	20,62	0,55	0,43	1,33
Leite de vaca, integral pasteurizado	60	36,02	2,71	1,93	1,95	0,00	17,06	0,00	6,00	0,24	0,02	67,83
Mamão Formosa	80	36,27	9,24	0,65	0,10	1,45	29,60	62,82	13,86	0,06	0,19	19,90
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		287,72	61,35	6,22	3,00	3,81	46,66	62,82	40,57	0,84	0,65	89,82

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 18	CARDÁPIO:	FAROFA DE OVO COM CENOURA E SUCO DE ABACAXI									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
abacaxi, polpa congelada	35	10,71	2,73	0,16	0,04	0,11	0,00	0,44	3,52	0,02	0,13	4,74
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
cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
farinha de mandioca torrada	60	219,16	53,52	0,74	0,17	3,92	0,00	0,00	24,01	0,22	0,72	45,32
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	20	28,62	0,33	2,61	1,78	0,00	15,77	0,00	2,53	0,22	0,31	8,40
TOTAL		349,26	68,24	3,89	7,03	4,63	141,94	2,24	32,79	0,51	1,22	64,61

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 19	CARDÁPIO:	BOLO DE MAÇÃ E SUCO DE MARACUJÁ									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)
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
Farinha de arroz	50	181,53	42,75	0,63	0,15	0,29	0,00	86,79	2,15	4,24	15,69	0,56
fermento em pó químico	1	0,90	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
leite de vaca, integral pasteurizado	60	36,02	2,71	1,93	1,95	0,00	17,06	0,00	6,00	0,24	0,02	67,83
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
Maracujá, polpa, congelada	35	13,57	3,36	0,28	0,06	0,18	0,00	2,54	3,40	0,07	0,10	1,61
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
ovo de galinha inteiro	10	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
TOTAL		423,40	84,50	4,51	8,05	1,81	27,65	91,74	15,05	4,65	16,09	77,65

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Lanche		
N.º do Cardápio: 20	CARDÁPIO:	PAÇOCA DE CARNE E BANANA									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	1	1,13	0,24	0,07	0,00	0,04	0,10	0,31	0,21	0,01	0,01	0,14
banana prata	100	98,25	25,96	1,27	0,07	2,04	3,21	21,59	26,29	0,15	0,38	7,56
Carne, bovina, acém	50	72,01	0,00	10,41	3,06	0,00	1,09	0,00	6,64	2,61	0,76	2,36
cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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
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
TOTAL		399,02	70,97	12,40	8,27	5,40	4,39	22,00	53,39	2,95	1,75	48,10

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 21	CARDÁPIO:	ARROZ, CALDO DE LEGUMES (ABÓBORA, BATATA E CENOURA) COM CARNE E LARANJA									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)
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
Alho	1	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	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65
Batata inglesa	20	12,87	2,94	0,35	0,00	0,23	0,03	6,22	2,92	0,05	0,07	0,71
Carne, bovina, acém	80	115,22	0,00	16,65	4,89	0,00	1,74	0,00	10,62	4,17	1,21	3,77
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cenoura	15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
Colorau	0,5	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60
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	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
TOTAL		440,17	62,77	23,03	10,36	3,00	139,45	62,18	44,28	5,12	1,92	37,01

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 22	CARDÁPIO:	ARROZ, GUISADINHO DE CARNE COM BATATA INGLESA E MELANCIA									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	1	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	80	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Batata inglesa	20	12,87	2,94	0,35	0,00	0,23	0,03	6,22	2,92	0,05	0,07	0,71
Carne, bovina, acém	80	115,22	0,00	16,65	4,89	0,00	1,74	0,00	10,62	4,17	1,21	3,77
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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
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
Tomate	20	3,07	0,63	0,22	0,03	0,23	8,33	4,24	2,11	0,03	0,05	1,39
Melancia	120	39,13	9,77	1,06	0,00	0,15	34,20	7,38	11,56	0,12	0,27	9,26
TOTAL		503,49	76,89	24,17	10,21	2,04	44,40	18,88	52,45	5,36	2,17	20,68

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415v

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 23	CARDÁPIO:	GALINHADA COM SALADA DE ALFACE, TOMATE									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Tomate	15	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04
alface lisa	15	2,07	0,36	0,25	0,02	0,35	0,00	3,21	1,37	0,05	0,09	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
arroz, tipo 1	80	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
cenoura	15	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
frango, peito, sem pele	80	95,33	0,00	17,22	2,42	0,00	1,60	0,00	25,01	0,53	0,35	5,89
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
TOTAL		437,17	65,41	23,67	7,76	2,40	134,02	7,56	54,40	1,63	1,06	18,39

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 24	CARDÁPIO:	ARROZ, SARDINHA COM TOMATE E CEBOLA, BANANA									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	1	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	80	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
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	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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	0,5	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60
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
Sardinha, conserva em óleo	70	199,49	0,00	11,16	16,83	0,00	0,00	0,00	24,69	1,15	2,48	385,17
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate	5	0,77	0,16	0,05	0,01	0,06	2,08	1,06	0,53	0,01	0,01	0,35
TOTAL		633,37	90,07	18,39	22,19	3,55	5,69	23,73	76,76	2,30	3,46	399,22

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 25	CARDÁPIO:	BAIÃO DE DOIS, ALMÔNDEGAS AO MOLHO, SALADA DE ALFACE, REPOLHO E TOMATE									Frequência: 1	
Nome do Alimento	Per Capita	Calorias Kcal	Carboidratos CHO	Proteínas PTN	Lipídios LIP	Fibra Alimentar	Vitamina A	Vitamina C	Magnésio Mg	Zinco Zn	Ferro Fe	Cálcio Ca
	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(µg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)	(Mg)
Alface lisa	15	2,07	0,36	0,25	0,02	0,35	0,00	3,21	1,37	0,05	0,09	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
Arroz, tipo 1	80	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Carne moída de 2ª	80	193,60	0,00	19,38	12,34	0,00	0,00	0,00	16,00	4,57	2,25	6,40
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Tomate	15	2,30	0,47	0,16	0,03	0,18	6,24	3,18	1,58	0,02	0,04	1,04
Feijão fradinho	20	67,83	12,25	4,04	0,47	4,72	0,00	0,00	35,68	0,78	1,03	15,50
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
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
Repolho branco	15	2,57	0,58	0,13	0,02	0,28	0,00	2,81	1,28	0,02	0,02	5,18
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		603,77	77,83	29,92	18,16	7,07	6,34	10,50	82,13	6,45	4,08	37,66

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 26	CARDÁPIO:	LASANHA DE ABOBRINHA AO MOLHO BOLONHESA, ARROZ E SUCO DE GOIABA									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)
Abobrinha, paulista	20	6,16	1,57	0,13	0,03	0,52	0,00	3,51	1,88	0,04	0,03	3,73
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
Arroz, tipo 1	80	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Carne moída de 2ª	70	169,40	0,00	16,95	10,79	0,00	0,00	0,00	14,00	4,00	1,97	5,60
cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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
Goiaba vermelha, polpa	35	12,25	2,45	0,35	0,00	0,35	47,25	7,00	0,00	0,00	0,07	5,95
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
Queijo, mussarela	20	65,97	0,61	4,53	5,04	0,00	21,80	0,00	4,71	0,70	0,06	175,01
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		627,87	78,77	27,95	21,14	2,41	69,15	11,82	46,92	5,75	2,81	196,45

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 27	CARDÁPIO:	ARROZ, FEIJÃO, FILÉ DE FRANGO, PURÊ DE ABÓBORA E LARANJA									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)
Abóbora, cabotian	25	9,65	2,09	0,44	0,13	0,54	0,00	1,27	2,21	0,08	0,09	4,49
Alho	1	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	80	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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
Frango, peito, filé	80	138,40	0,00	24,73	3,61	0,00	7,20	0,00	21,60	0,98	0,85	12,00
Feijão carioca	20	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51
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
Leite de vaca, integral pasteurizado	50	30,02	2,26	1,61	1,63	0,00	14,22	0,00	5,00	0,20	0,02	56,53
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
TOTAL		635,14	89,42	37,80	13,26	6,39	45,52	55,41	104,92	2,93	3,23	131,64

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: Almoço

N.º do Cardápio: 28 | CARDÁPIO: ARROZ COLORIDO, FEIJÃO, BIFE DE PANELA E MELANCIA | Frequência: 1

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
Alho	1	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	80	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Carne, bovina, acém	80	115,22	0,00	16,65	4,89	0,00	1,74	0,00	10,62	4,17	1,21	3,77
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Feijão carioca	20	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51
Melancia	120	39,13	9,77	1,06	0,00	0,15	34,20	7,38	11,56	0,12	0,27	9,26
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
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		565,38	88,15	28,12	10,48	5,93	162,11	9,18	92,73	5,92	3,70	46,56

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LIVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: Almoço

N.º do Cardápio: 29 | CARDÁPIO: ARROZ, FEIJÃO, COSTELA COM BATATA E CENOURA | Frequência: 1

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
Alho	1	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	80	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Batata inglesa	15	9,66	2,20	0,27	0,00	0,17	0,03	4,66	2,19	0,04	0,05	0,53
Carne, bovina, costela	80	286,18	0,00	13,37	25,40	0,00	3,65	0,00	9,34	2,16	0,96	0,00
cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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	2	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
colorau	0,5	1,67	0,39	0,03	0,00	0,02	0,30	0,04	0,00	0,00	0,03	0,60
Feijão carioca	20	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51
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
TOTAL		701,62	79,55	23,74	30,96	5,78	130,15	6,51	80,45	3,81	3,24	34,57

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LIVIA RODRIGUES CRN1-22415

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: Almoço

N.º do Cardápio: 30 | CARDÁPIO: ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO, ABACAXI | Frequência: 1

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
Abacaxi	100	48,32	12,33	0,86	0,12	0,99	2,83	34,62	18,44	0,14	0,26	22,43
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
Alho	1	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	80	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Batata inglesa	40	25,75	5,88	0,71	0,00	0,47	0,07	12,43	5,83	0,10	0,14	1,42
Cebola	2	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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
Sal	1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Feijão carioca	20	65,81	12,24	4,00	0,25	3,68	0,00	0,00	41,99	0,58	1,60	24,51
Frango, peito, sem pele	80	95,33	0,00	17,22	2,42	0,00	1,60	0,00	25,01	0,53	0,35	5,89
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
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	5	44,20	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL		611,67	95,25	29,37	12,11	6,58	29,68	48,50	119,90	2,43	2,97	83,19

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0					Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 31	CARDÁPIO:											Frequência:
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0					Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 32	CARDÁPIO:											Frequência:
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0					Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 33	CARDÁPIO:											Frequência:
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0					Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 34	CARDÁPIO:											Frequência:
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço
N.º do Cardápio: 35	CARDÁPIO:				Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço
N.º do Cardápio: 36	CARDÁPIO:				Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço
N.º do Cardápio: 37	CARDÁPIO:				Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL												

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 38	CARDÁPIO:											Frequência:
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 39	CARDÁPIO:											Frequência:
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 40	CARDÁPIO:											Frequência:
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS											SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:		0				Refeição Servida:		Almoço		
N.º do Cardápio: 41	CARDÁPIO:											Frequência:
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço
N.º do Cardápio: 42	CARDÁPIO:				Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço
N.º do Cardápio: 43	CARDÁPIO:				Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço
N.º do Cardápio: 44	CARDÁPIO:				Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL												

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 45	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 46	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 47	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS	SEDUC-TO

Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 48	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS					SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço	

N.º do Cardápio: 49	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS					SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço	

N.º do Cardápio: 50	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS					SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço	

N.º do Cardápio: 51	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS					SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço	

N.º do Ca

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

52

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 53 — CARDÁPIO: — Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 54 — CARDÁPIO: — Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 55 — CARDÁPIO: — Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 56 — CARDÁPIO: — Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 57 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 58 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 59 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 60 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 61 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 62 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 63 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 64 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio:

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS			SEDUC-TO
Nº de Alunos: 0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 66	CARDÁPIO:	Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS			SEDUC-TO
Nº de Alunos: 0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 67	CARDÁPIO:	Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS			SEDUC-TO
Nº de Alunos: 0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 68	CARDÁPIO:	Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS			SEDUC-TO
Nº de Alunos: 0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 69	CARDÁPIO:	Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 70 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 71 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 72 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE | SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS | SEDUC-TO

Nº de Alunos: 0 | Dias de Atendimento: 0 | Refeição Servida: | Almoço

N.º do Cardápio: 73 | CARDÁPIO: | Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 74	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 75	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 76	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio: 77	CARDÁPIO:										Frequência:	
Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço

N.º do Cardápio:	CARDÁPIO:	Frequência:

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço
N.º do Cardápio: 79	CARDÁPIO:				Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

MEC FNDE	SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS				SEDUC-TO
Nº de Alunos:	0	Dias de Atendimento:	0	Refeição Servida:	Almoço
N.º do Cardápio: 80	CARDÁPIO:				Frequência:

Nome do Alimento	Per Capita (g)	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas PTN (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)
TOTAL		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00

Nome e número do CRN do Nutricionista

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

MEC
FNDE

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO TOCANTINS GOVERNO DO ESTADO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

SEDUC-TO

MÉDIA DAS RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

REFEIÇÃO	N.º DO CARDÁPIO	FREQUÊNCIA	Calorias Kcal (g)	Carboidratos CHO (g)	Proteínas Ptn (g)	Lipídios LIP (g)	Fibra Alimentar (g)	Vitamina A (µg)	Vitamina C (Mg)	Magnésio Mg (Mg)	Zinco Zn (Mg)	Ferro Fe (Mg)	Cálcio Ca (Mg)	Açúcar simples (kcal)	Frutas, Legumes e Verduras (g)
CUSCUZ DE MILHO COM OVOS MEXIDOS COM SUCO DE GOIABA	1	1	254,08	43,14	6,27	6,58	3,31	82,28	7,00	2,69	0,22	0,40	15,34	38,68	
SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE MARACUJÁ	2	1	252,12	65,07	3,45	0,42	4,75	36,29	169,80	54,97	0,41	0,86	60,81	38,68	380
FAROFA DE CUSCUZ COM PROTEÍNA DE SOJA E CARNE MOÍDA E	3	1	356,12	49,25	18,92	9,54	6,92	0,10	219,17	8,07	1,19	54,66	9,43	38,68	5
BOLO DE FUBÁ E SUCO DE ACEROLA	4	1	372,24	66,04	7,20	9,86	2,74	24,94	218,15	32,61	0,98	0,75	77,99	77,37	
BEIJU COM MARGARINA, OVO E SUCO DE ABACAXI	5	1	271,46	56,40	3,02	3,84	0,23	27,33	0,44	8,24	0,24	0,71	27,74	38,68	
CUSCUZ DE ARROZ COM OVOS MEXIDOS, LEITE E BANANA	6	1	407,23	75,98	9,91	8,46	2,18	66,77	22,00	39,44	0,78	1,43	142,42	38,68	103
CREPIOCA COM CARNE E MAÇÃ	7	1	341,36	49,22	13,50	10,25	1,26	22,61	2,33	15,63	2,89	1,22	64,70		83
CUSCUZ DE ARROZ E VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO	8	1	342,62	68,43	6,92	6,11	3,13	74,18	80,09	42,95	0,49	1,19	128,62		160
BOLO DE BANANA E SUCO DE CAJU	9	1	426,69	85,26	5,34	8,11	2,62	28,15	150,29	38,28	4,76	16,31	81,21	38,68	100
CREPIOCA COM MUSSARELA E SUCO DE CAJÁ	10	1	276,20	49,33	6,40	6,03	0,57	35,60	0,00	13,05	0,82	0,55	195,61	38,68	
SALPICÃO DE FRANGO E SUCO DE MANGA	11	1	163,10	21,90	11,93	3,49	1,43	97,28	20,45	25,78	0,47	0,50	21,22	38,68	35
IOGURTE DE MORANGO COM BISCOITO DE POLVILHO	12	1	318,18	56,08	2,94	9,21	0,87	44,17	0,00	9,94	0,33	1,06	99,10		100
BEIJU COM MARGARINA E SUCO DE ABACAXI	13	1	254,73	56,08	0,41	3,40	0,23	19,27	0,44	5,74	0,02	0,40	19,43	38,68	
CUSCUZ DE MILHO COM MUSSARELA E IOGURTE	14	1	279,66	38,61	8,85	10,44	3,13	57,24	0,00	10,03	0,77	0,05	212,31		
FAROFA DE CUSCUZ COM PROTEINA DE SOJA E SUCO DE	15	1	312,30	49,77	14,22	6,45	7,02	47,35	8,04	1,04	0,02	54,11	11,12	38,68	5
FEIJÃO TROPEIRO E LARANJA	16	1	545,71	68,39	15,87	23,87	10,25	11,31	64,44	108,51	2,21	4,00	115,10		115
MINGAU DE FUBÁ E MAMÃO	17	1	287,72	61,35	6,22	3,00	3,81	46,66	62,82	40,57	0,84	0,65	89,82	38,68	80
FAROFA DE OVO COM CENOURA E SUCO DE ABACAXI	18	1	349,26	68,24	3,89	7,03	4,63	141,94	2,24	32,79	0,51	1,22	64,61	38,68	20
BOLO DE MAÇÃ E SUCO DE MARACUJÁ	19	1	423,40	84,50	4,51	8,05	1,81	27,65	91,74	15,05	4,65	16,09	77,65	77,37	100
PAÇOCA DE CARNE E BANANA	20	1	399,02	70,97	12,40	8,27	5,40	4,39	22,00	53,39	2,95	1,75	48,10		103
ARROZ, CALDO DE LEGUMES (ABÓBORA, BATATA E CENOURA)	21	1	440,17	62,77	23,03	10,36	3,00	139,45	62,18	44,28	5,12	1,92	37,01		168
ARROZ, GUISADINHO DE CARNE COM BATATA INGLESA E	22	1	503,49	76,89	24,17	10,21	2,04	44,40	18,88	52,45	5,36	2,17	20,68		165
GALINHADA COM SALADA DE ALFACE, TOMATE	23	1	437,17	65,41	23,67	7,76	2,40	134,02	7,56	54,40	1,63	1,06	18,39		48
ARROZ, SARDINHA COM TOMATE E CEBOLA, BANANA	24	1	633,37	90,07	18,39	22,19	3,55	5,69	23,73	76,76	2,30	3,46	399,22		110
BAIÃO DE DOIS, ALMÔNDEGAS AO MOLHO, SALADA DE ALFACE,	25	1	603,77	77,83	29,92	18,16	7,07	6,34	10,50	82,13	6,45	4,08	37,66		48
LASANHA DE ABOBRINHA AO MOLHO BOLONHESA, ARROZ E	26	1	627,87	78,77	27,95	21,14	2,41	69,15	11,82	46,92	5,75	2,81	196,45	38,68	23
ARROZ, FEIJÃO, FILÉ DE FRANGO, PURÊ DE ABÓBORA E	27	1	635,14	89,42	37,80	13,26	6,39	45,52	55,41	104,92	2,93	3,23	131,64		128
ARROZ COLORIDO, FEIJÃO, BIFE DE PANELA E MELANCIA	28	1	565,38	88,15	28,12	10,48	5,93	162,11	9,18	92,73	5,92	3,70	46,56		150
ARROZ, FEIJÃO, COSTELA COM BATATA E CENOURA	29	1	701,62	79,55	23,74	30,96	5,78	130,15	6,51	80,45	3,81	3,24	34,57		35
ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO, ABACAXI	30	1	611,67	95,25	29,37	12,11	6,58	29,68	48,50	119,90	2,43	2,97	83,19		145

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

TOTAL		**30,00**	**12392,85**	**1988,10**	**428,32**	**309,05**	**111,44**	**1662,01**	**1395,71**	**1313,73**	**67,22**	**186,53**	**2567,69**	**657,64**	**3123,00**
MÉDIA			**413,09**	**66,27**	**14,28**	**10,30**	**3,71**	**55,40**	**46,52**	**43,79**	**2,24**	**6,22**	**85,59**	**21,92**	**104,10**

INSTRUÇÕES DE PREENCHIMENTO – PLANILHA_MÉDIA DAS RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS

Automático a partir dos registros inseridos no Formulário PLANILHA_CARDÁPIOS, exceto a coluna Frutas e Legumes e Verduras, que deve ser registrado o somatório do valor per capita de Frutas e Legumes e Verduras por cardápios.

A linha final da planilha MÉDIA é calculada automaticamente pela frequência do cardápio.

Não excluir ou fazer alterações na planilha abaixo

número	Nome do cardápio	Caloria	CHO	PTN	LIP
1	CUSCUZ DE MILHO	254,08	43,14	6,27	6,58
2	SALADA DE FRUTA	252,12	65,07	3,45	0,42
3	FAROFA DE CUSCU	356,12	49,25	18,92	9,54
4	BOLO DE FUBÁ E S	372,24	66,04	7,20	9,86
5	BEIJU COM MARGA	271,46	56,40	3,02	3,84
6	CUSCUZ DE ARROZ	407,23	75,98	9,91	8,46
7	CREPIOCA COM C	341,36	49,22	13,50	10,25
8	CUSCUZ DE ARROZ	342,62	68,43	6,92	6,11
9	BOLO DE BANANA	426,69	85,26	5,34	8,11
10	CREPIOCA COM M	276,20	49,33	6,40	6,03
11	SALPICÃO DE FRA	163,10	21,90	11,93	3,49
12	IOGURTE DE MORA	318,18	56,08	2,94	9,21
13	BEIJU COM MARGA	254,73	56,08	0,41	3,40
14	CUSCUZ DE MILHO	279,66	38,61	8,85	10,44
15	FAROFA DE CUSCU	312,30	49,77	14,22	6,45
16	FEIJÃO TROPEIRO	545,71	68,39	15,87	23,87
17	MINGAU DE FUBÁ	287,72	61,35	6,22	3,00
18	FAROFA DE OVO C	349,26	68,24	3,89	7,03
19	BOLO DE MAÇÃ E S	423,40	84,50	4,51	8,05
20	PAÇOCA DE CARNE	399,02	70,97	12,40	8,27
21	ARROZ, CALDO DE	440,17	62,77	23,03	10,36
22	ARROZ, GUISADIN	503,49	76,89	24,17	10,21
23	GALINHADA COM S	437,17	65,41	23,67	7,76
24	ARROZ, SARDINHA	633,37	90,07	18,39	22,19
25	BAIÃO DE DOIS, AL	603,77	77,83	29,92	18,16
26	LASANHA DE ABOB	627,87	78,77	27,95	21,14
27	ARROZ, FEIJÃO, FI	635,14	89,42	37,80	13,26

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO TOCANTINS

FICHAS TÉCNICAS DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos atendidos: 0

1

NOME DA PREPARAÇÃO: CUSCUZ DE MILHO COM OVOS MEXIDOS COM SUCO DE GOIABA

INGREDIENTES	Per capita(g)	PB(g)	PL(g)	FC	Alimento Cozido	FCy	CUSTO KG	CUSTO UNITÁRIO	KCAL g	CHO g	PTN g	LIP g	FIBRAS g	Vit. A ug	Vit. C mg	Mg mg	Zn mg	Fe mg	Ca mg
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
Flocos de milho	40,0	40,0	40,0	1,0	60,0	1,5	0,00	R$ -	144,80	30,40	3,28	1,44	2,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Goiaba vermelha, polpa	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	12,25	2,45	0,35	0,00	0,35	47,25	7,00	0,00	0,00	0,07	5,95
Margarina, com sal	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	0,00	R$ -	29,72	0,00	0,00	3,36	0,00	19,27	0,00	0,06	0,00	0,00	0,23
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
Ovo de galinha inteiro	20,0	20,0	17,9	1,1	17,0	1,0	0,00	R$ -	28,62	0,33	2,61	1,78	0,00	15,77	0,00	2,53	0,22	0,31	8,40
0	0,0	0,0	0,0	1,2	0,0	0,9	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 PER CAPITA								**R$ 0,00**	**254,08**	**43,14**	**6,27**	**6,58**	**3,31**	**82,28**	**7,00**	**2,69**	**0,22**	**0,40**	**15,34**
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

CUSCUZ: 1. Coloque o floco de milho e um pouco de sal em um recipiente; 2. Acrescente a quantidade de água necessária para a massa ficar úmida; 3. Deixe a mesma descansar por alguns minutos até que fique um pouco "inchada", coloque a mistura em uma cuscuzeira (certifique-se de que há água o fundo da cuscuzeira); 4. Após levantar fervura, deixe em fogo baixo até o cuscuz fique no ponto de servir;OVOS MEXIDOS: Em uma panela devidamente limpa adicione metade da per capta de margarina e refogue os ovos, reserve. Em seguida em um recipiente higienizado adicione o cuscuz, os ovos mexidos e a cenoura higienizada e ralada. SUCO DE GOIABA: 1. No liquidificador acrescente a polpa, o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem . Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos atendidos: 0

2

NOME DA PREPARAÇÃO SALADA DE FRUTAS COM SUCO DE MARACUJA

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 ug	Vit. C mg	Mg mg	Zinco mg	Fe mg	Ca mg
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
Banana prata	60,0	60,0	40,0	1,5	40,0	1,0	0,00	R$ -	58,95	15,57	0,76	0,04	1,23	1,93	12,95	15,77	0,09	0,23	4,54
Manga Palmer	60,0	60,0	37,3	1,6	37,3	1,0	0,00	R$ -	43,49	11,61	0,25	0,10	0,98	0,00	39,31	5,24	0,05	0,05	6,98
Laranja, pêra	80,0	80,0	53,3	1,5	53,3	1,0	0,00	R$ -	29,42	7,16	0,83	0,10	0,61	8,97	42,99	6,89	0,05	0,07	17,51
Mamão Formosa	60,0	60,0	43,5	1,4	43,5	1,0	0,00	R$ -	27,20	6,93	0,49	0,07	1,09	22,20	47,12	10,39	0,04	0,14	14,92
Maracujá, polpa, congelada	20,0	20,0	20,0	1,0	20,0	1,0	0,00	R$ -	7,75	1,92	0,16	0,04	0,10	0,00	1,45	1,94	0,04	0,06	0,92
Melão	60,0	60,0	57,7	1,0	57,7	1,0	0,00	R$ -	17,62	4,52	0,41	0,00	0,15	1,50	5,21	3,57	0,05	0,14	1,71
Abacaxi	60,0	60,0	31,1	1,9	31,1	1,0	0,00	R$ -	28,99	7,40	0,52	0,07	0,59	1,70	20,77	11,06	0,09	0,15	13,46
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 PER CAPITA								**R$ 0,00**	**252,12**	**65,07**	**3,45**	**0,42**	**4,75**	**36,29**	**169,80**	**54,97**	**0,41**	**0,86**	**60,81**
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

Antes de tudo, realizar a higienização das frutas que haja no cardápio, em solução clorada (1 colher de sopa de hipoclorito de sódio 100 ppm em 1 litro de água), deixando de molho por 15 minutos e após enxaguar em água corrente. SALADA DE FRUTAS: 1. Descasque e corte as frutas em tamanho pequeno; 2. misture bem e leve a geladeira por no mínimo 15 minutos, sirva gelado. SUCO DE MARACUJÁ: 1. Coloque água filtrada a polpa de maracujá e o açúcar no liquidificador e bata, após adicione o suco de maracujá nas frutas cortadas e sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos atendidos: 0

3

NOME DA PREPARAÇÃO FAROFA DE CUSCUZ COM PROTEÍNA DE SOJA E CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA E BANANA

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 ug	Vit. C mg	Mg mg	Zinco mg	Fe mg	Ca mg
Acerola, polpa congelada	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	0,00	R$ -	7,68	1,94	0,21	0,00	0,25	0,00	218,13	3,03	0,03	0,06	2,66
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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
Carne moída de 2ª	20,0	20,0	20,0	1,0	15,0	0,8	0,00	R$ -	48,40	0,00	4,84	3,08	0,00	0,00	0,00	4,00	1,14	0,56	1,60
Cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cheiro verde	2,0	2,0	1,5	1,3	1,5	1,0	0,00	R$ -	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Flocos de milho	40,0	40,0	40,0	1,0	60,0	1,5	0,00	R$ -	144,80	30,40	3,28	1,44	2,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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
Proteina texturizada de soja	20,0	20,0	20,0	1,0	20,0	1,0	0,00	R$ -	69,60	6,40	10,40	0,00	3,60	0,00	0,00	0,00	0,00	54,00	2,40
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
0	0,0	0,0	0,0	1,5	0,0	1,0	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$ -	0,00										
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R$ -	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$ -											
CUSTO PER CAPITA								**R$ 0,00**	**356,12**	**49,25**	**18,92**	**9,54**	**6,92**	**0,10**	**219,17**	**8,07**	**1,19**	**54,66**	**9,43**
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

CUSCUZ: 1. Coloque o flocos de milho e um pouco de sal em um recipiente; 2. Acrescente a quantidade de água necessária para a massa ficar úmida; 3. Deixe a mesma descansar por alguns minutos até que fique um pouco "inchada", coloque a mistura em uma cuscuzeira (certifique-se de há água no fundo da cuscuzeira); 5. Após levantar fervura, deixe em fogo baixo até que o cuscuz fique no ponto de servir, após reserve. CARNE MOÍDA E PROTEÍNA DE SOJA: 1. Em uma panela com tampa adicione as per capitas do óleo, do sal, da cebola e do alho e deixe refogar; 3. Acrescente a carne e a proteína de soja e deixe-a bem frita e cozida, reserve. CUSCUZ COM CARNE MOÍDA E PROTEÍNA DE SOJA: 1. Em um recipiente, despeje a carne moída e a proteína de soja, o cuscuz e o cheiro verde (picado), misture bem e após sirva. SUCO DE ACEROLA: 1. No liquidificador acrescente a polpa, o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem , após sirva de acordo com a per capita. BANANA: Higienize a banana de maneira adequada em água corrente. Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 4

NOME DA PREPARAÇÃO: BOLO DE FUBÁ E SUCO DE ACEROLA

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
Acerola, polpa congelada	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	7,68	1,94	0,21	0,00	0,25	0,00	218,13	3,03	0,03	0,06	2,66
Açúcar cristal	20,0	20,0	20,0	1,0	20,0	1,0	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
Coco seco ralado	3,0	3,0	3,0	1,0	3,0	1,0	0,00	R$ -	15,03	1,43	0,09	1,07	0,14	0,00	0,02	1,50	0,05	0,06	0,45
Leite de vaca, integral	60,0	60,0	60,0	1,0	60,0	1,0	0,00	R$ -	36,02	2,71	1,93	1,95	0,00	17,06	0,00	6,00	0,24	0,02	67,83
Milho fubá	50,0	50,0	50,0	1,0	57,5	1,2	0,00	R$ -	176,74	39,44	3,61	0,95	2,36	0,00	0,00	20,62	0,55	0,43	1,33
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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
Ovo de galinha inteiro	10,0	10,0	9,1	1,1	8,6	1,0	0,00	R$ -	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Fermento em pó químico	1,0	1,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R$ -	0,90	0,44	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	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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**372,24**	**66,04**	**7,20**	**9,86**	**2,74**	**24,94**	**218,15**	**32,61**	**0,98**	**0,75**	**77,99**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

BOLO DE FUBÁ: 1. Em uma bacia coloque o ovo, açúcar e mexa; 2. Depois adicione o óleo e o fubá; 3. Adicione o leite aos poucos, coloque o coco e o fermento, bata até a massa ficar lisa e homogênea; 4. Unte a assadeira, coloque a massa e leve ao forno até dourar. SUCO DE ACEROLA: 1. No liquidificador acrescente a polpa, o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até a misturar bem . Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 5

NOME DA PREPARAÇÃO: BEIJU COM MARGARINA, OVO E SUCO DE ABACAXI

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
Abacaxi, polpa congelada	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	10,71	2,73	0,16	0,04	0,11	0,00	0,44	3,52	0,02	0,13	4,74
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
Margarina, com sal	3,0	3,0	3,0	1,0	3,0	1,0	0,00	R$ -	17,83	0,00	0,00	2,02	0,00	11,56	0,00	0,04	0,00	0,00	0,14
Polvilho doce	50,0	50,0	50,0	1,0	50,0	1,0	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
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
Ovo de galinha inteiro	20,0	20,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R$ -	28,62	0,33	2,61	1,78	0,00	15,77	0,00	2,53	0,22	0,31	8,40
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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**271,46**	**56,40**	**3,02**	**3,84**	**0,23**	**27,33**	**0,44**	**8,24**	**0,24**	**0,71**	**27,74**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

BEIJU: 1. Em uma tigela, coloque o polvilho e umedeça com a água misturando com a ponta dos dedos até ficar com consistência de farinha granulada e úmida; 2. Passe por uma peneira e reserve; 3. Aqueça uma frigideira e coloque aos poucos o polvilho cobrindo todos os espaços da frigideira até formar uma camada uniforme; 4. Espere a massa ficar unida como se fosse uma panqueca e vire para secar do outro lado; OVOS MEXIDOS: Em uma panela devidamente limpa adicione metade da per capta de margarina e frite os ovos, reserve. 5. Passe a margarina e enrole. SUCO DE ABACAXI: 1. No liquidificador acrescente a polpa, o açucar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem. Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 6

NOME DA PREPARAÇÃO: CUSCUZ DE ARROZ COM OVOS MEXIDOS, LEITE E BANANA

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
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
Banana prata	100,0	100,0	66,7	1,5	0,0	0,0	0,00	R$ -	98,25	25,96	1,27	0,07	2,04	3,21	21,59	26,29	0,15	0,38	7,56
Flocos de arroz	40,0	40,0	40,0	1,0	60,0	1,5	0,00	R$ -	150,00	34,80	2,68	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,68	12,00
Leite de vaca, integral	100,0	100,0	100,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R$ -	60,03	4,52	3,22	3,25	0,00	28,43	0,00	10,00	0,40	0,03	113,05
Margarina, com sal	5,0	5,0	5,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R$ -	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	20,0	20,0	18,2	1,1	18,2	1,0	0,00	R$ -	28,62	0,33	2,61	1,78	0,00	15,77	0,00	2,53	0,22	0,31	8,40
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	0,9	1,0	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	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**407,23**	**75,98**	**9,91**	**8,46**	**2,18**	**66,77**	**22,00**	**39,44**	**0,78**	**1,43**	**142,42**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

CUSCUZ: 1. Coloque os flocos de arroz e um pouco de sal em um recipiente; 2. Acrescente a quantidade de água necessária para a massa ficar úmida; 3. Deixe a mesma descansar por alguns minutos até que fique um pouco "inchada", coloque a mistura em uma cuscuzeira (certifique-se de haver água no fundo da cuscuzeira); 5. Após levantar fervura, deixe em fogo baixo até que o cuscuz fique no ponto de servir, após reserve. OVOS: 1. Em uma panela adicione as per capitas da margarina, e do sal, da cebola e do alho e deixe refogar; 2. Acrescente os ovos, mexa bem e deixe bem passado(frito) e bem cozido, após reserve.CUSCUZ COM OVOS: 1. Em um recipiente adicione o cuscuz pronto, os ovos mexidos e misture bem, após porcione e sirva. LEITE: 1. Em uma leiteira adicione a per capita do leite e do açucar leve ao fogo, deixe esquentar e sirva. BANANA:Higienize a banana de maneira adequado em água corrente , após servir de acordo com a per capita .

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 7

NOME DA PREPARAÇÃO: CREPIOCA COM CARNE E MAÇÃ

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
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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
Carne, bovina, acém	50,0	50,0	40,7	1,2	31,3	0,8	0,00	R$ -	72,01	0,00	10,41	3,06	0,00	1,09	0,00	6,64	2,61	0,76	2,36
Cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
leite de vaca, integral	40,0	40,0	40,0	1,0	40,0	1,0	0,00	R$ -	24,01	1,81	1,29	1,30	0,00	11,37	0,00	4,00	0,16	0,01	45,22
Maçã fuji	80,0	80,0	63,5	1,3	63,5	1,0	0,00	R$ -	44,41	12,12	0,23	0,00	1,08	2,17	1,93	1,63	0,00	0,07	1,54
Polvilho doce	40,0	40,0	40,0	1,0	40,0	1,0	0,00	R$ -	140,49	34,71	0,17	0,00	0,09	0,00	0,00	1,64	0,00	0,20	10,97
óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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
ovo de galinha inteiro	10,0	10,0	9,1	1,1	9,1	1,0	0,00	R$ -	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Sal	0,5	0,5	0,5	1,0	0,5	1,0	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
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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**341,36**	**49,22**	**13,50**	**10,25**	**1,26**	**22,61**	**2,33**	**15,63**	**2,89**	**1,22**	**64,70**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

CREPIOCA: 1. Em um recipiente, bata bem o ovo; 2. Adicione o polvilho doce e o leite e misture até ficar homogêneo; 3. Coloque todo o conteúdo em uma frigideira levemente quente e mantenha em fogo baixo; 4. Deixe dourar e depois vire do outro lado para dourar também. CARNE: 1. Em uma panela de pressão, coloque o óleo, o alho, cebola; 2. Em seguida coloque a carne de sol em cubos na panela e deixe refogar; 3. Após refogado, acrescente água e deixe cozinhar; 4. Quando a carne estiver cozida, retire-a da panela e desfie com o auxílio de um garfo. CREPIOCA COM CARNE DE SOL: Adicione a carne dentro da crepioca e sirva. MAÇÃ FUJI: Higienize a maçã de maneira adequada em solução clorada (1 colher de sopa de hipoclorito de sódio 100 ppm em 1 litro de água), deixando de molho por 15 minutos e após enxaguar em água corrente. Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 8

NOME DA PREPARAÇÃO: CUSCUZ DE ARROZ E VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO

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
Banana prata	80,0	80,0	53,3	1,5	53,3	1,0	0,00	R$ -	78,60	20,77	1,01	0,05	1,63	2,57	17,27	21,03	0,12	0,30	6,05
Leite de vaca, integral	80,0	80,0	80,0	1,0	80,0	1,0	0,00	R$ -	48,02	3,62	2,58	2,60	0,00	22,74	0,00	8,00	0,32	0,02	90,44
Mamão formosa	80,0	80,0	57,1	1,4	57,1	1,0	0,00	R$ -	36,27	9,24	0,65	0,10	1,45	29,60	62,82	13,86	0,06	0,19	19,90
Flocos de arroz	40,0	40,0	40,0	1,0	60,0	1,5	0,00	R$ -	150,00	34,80	2,68	0,00	0,05	0,00	0,00	0,00	0,00	0,68	12,00
Margarina, com sal	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	0,00	R$ -	29,72	0,00	0,00	3,36	0,00	19,27	0,00	0,06	0,00	0,00	0,23
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
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$ -					0,00						
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$ -											
							CUSTO PER CAPITA	**R$ 0,00**	**342,62**	**68,43**	**6,92**	**6,11**	**3,13**	**74,18**	**80,09**	**42,95**	**0,49**	**1,19**	**128,62**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

CUSCUZ: 1. Coloque os flocos de arroz e um pouco de sal em um recipiente; 2. Acrescente a quantidade de água necessária para a massa ficar úmida; 3. Deixe a mesma descansar por alguns minutos até que fique um pouco "inchada", coloque a mistura em uma cuscuzeira (certifique-se de haver água no fundo da cuscuzeira); 5. Após levantar fervura, deixe em fogo baixo até que o cuscuz fique no ponto de servir; 6. Despois do cuscuz pronto, misture a margarina ao mesmo, porcione e sirva. VITAMINA DE FRUTAS: Realizar limpeza, higienização e descascar as frutas; 2. Corte em pedaços menores; 3. Colocar co liquidificador juntamente com o leite; 4. Bata até misturar bem . Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 9

NOME DA PREPARAÇÃO: BOLO DE BANANA E SUCO DE CAJU

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
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
Farinha de arroz	50,0	50,0	50,0	1,0	50,0	1,0	0,00	R$ -	181,53	42,75	0,63	0,15	0,29	0,00	86,79	2,15	4,24	15,69	0,56
Banana prata	100,0	100,0	66,7	1,5	66,7	1,0	0,00	R$ -	98,25	25,96	1,27	0,07	2,04	3,21	21,59	26,29	0,15	0,38	7,56
Caju polpa	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	12,80	3,27	0,17	0,05	0,29	0,00	41,90	2,48	0,03	0,05	0,29
fermento em pó químico	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	0,00	R$ -	0,90	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
leite de vaca, integral	60,0	60,0	60,0	1,0	60,0	1,0	0,00	R$ -	36,02	2,71	1,93	1,95	0,00	17,06	0,00	6,00	0,24	0,02	67,83
óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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
ovo de galinha inteiro	10,0	10,0	9,1	1,1	8,6	1,0	0,00	R$ -	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
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	0,0	1,0	0,0	0,0	0,00	R$ -											
							CUSTO PER CAPITA	**R$ 0,00**	**426,69**	**85,26**	**5,34**	**8,11**	**2,62**	**28,15**	**150,29**	**38,28**	**4,76**	**16,31**	**81,21**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

BOLO DE BANANA: 1. Bata no liquidificador os ovos, o açúcar, o óleo e o leite; 2. Acrescente a farinha de arroz aos poucos e continue batendo até obter uma massa lisa e homogênea; 3. Adicione por último o fermento e bata na velocidade mínima do liquidificador; 4. Após, adicione a banana picada e misture a massa com cautela com auxílio de uma colher; 5. Unte a forma e despeje a massa dentro da forma; 6. Leve para assar em forno médio 180°C, pré-aquecido por aproximadamente por 30 minutos; 7. Após assado, porcione o bolo e sirva. SUCO DE CAJU: 1. No liquidificador acrescente a polpa, o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem . Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

1

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 10

NOME DA PREPARAÇÃO: CREPIOCA COM MUSSARELA E SUCO DE CAJÁ

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
açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
Cajá polpa, congelada	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	9,22	2,23	0,21	0,06	0,48	0,00	0,00	2,51	0,02	0,11	3,21
leite de vaca, integral	40,0	40,0	40,0	1,0	40,0	1,0	0,00	R$ -	24,01	1,81	1,29	1,30	0,00	11,37	0,00	4,00	0,16	0,01	45,22
Polvilho doce	40,0	40,0	40,0	1,0	40,0	1,0	0,00	R$ -	140,49	34,71	0,17	0,00	0,09	0,00	0,00	1,64	0,00	0,20	10,97
Queijo, mussarela	15,0	15,0	15,0	1,0	16,5	1,1	0,00	R$ -	49,48	0,46	3,40	3,78	0,00	16,35	0,00	3,54	0,53	0,05	131,26
ovo de galinha inteiro	10,0	10,0	9,1	1,1	8,6	1,0	0,00	R$ -	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
Sal	0,5	0,5	#DIV/0!	0,0	#DIV/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
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 PER CAPITA	R$ 0,00	276,20	49,33	6,40	6,03	0,57	35,60	0,00	13,05	0,82	0,55	195,61
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	R$ 0,00											

MODO DE PREPARO

CREPIOCA: 1. Em um recipiente, bata bem o ovo; 2. Adicione o polvilho doce e o leite e misture até ficar homgêneo; 3. Coloque todo o conteúdo em uma frigideira levemente quente e mantenha em fogo baixo; 4. Deixe dourar e depois vire do outro lado para dourar também; 5. Após pronto, adicione a mussarela dentro da crepioca e sirva. SUCO DE CAJÁ: 1. No liquidificador acrescente a polpa, o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem . Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 11

NOME DA PREPARAÇÃO: SALPICÃO DE FRANGO E SUCO DE MANGA

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	0,9	1,0	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	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cenoura	10,0	10,0	8,3	1,2	7,4	0,9	0,00	R$ -	3,41	0,77	0,13	0,02	0,32	84,05	0,51	1,12	0,02	0,02	2,25
Cheiro verde	2,0	2,0	1,5	1,3	1,5	1,0	0,00	R$ -	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Creme de Leite	8,0	8,0	8,0	1,0	8,0	1,0	0,00	R$ -	17,72	0,36	0,12	1,80	0,00	10,24	0,00	0,60	0,02	0,02	6,62
Frango, peito, sem pele	50,0	50,0	36,0	1,4	25,9	0,7	0,00	R$ -	59,58	0,00	10,76	1,51	0,00	1,00	0,00	15,63	0,33	0,22	3,68
Milho verde	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	0,00	R$ -	6,91	1,43	0,33	0,03	0,20	0,00	0,00	1,63	0,03	0,02	0,08
Uva passa	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	0,00	R$ -	15,00	3,96	0,16	0,02	0,17	0,04	0,17	1,65	0,01	0,10	2,45
Pimentão verde	10,0	10,0	7,7	1,3	7,7	1,0	0,00	R$ -	2,13	0,49	0,11	0,02	0,26	1,85	10,02	0,78	0,01	0,04	0,88
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
Manga, polpa, congelada	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	16,91	4,38	0,13	0,08	0,37	0,00	8,72	3,32	0,02	0,03	2,49
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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	0,0	1,0	0,0	1,0	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 PER CAPITA	R$ 0,00	163,10	21,90	11,93	3,49	1,43	97,28	20,45	25,78	0,47	0,50	21,22
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	R$ 0,00											

MODO DE PREPARO

FRANGO DESFIADO: 1. Em uma panela de pressão coloque o óleo, o alho e a cebola; 2. Adicione o filé de frango, deixe refogar e fritar bem; 3. Após estar refogado, acrescente água na panela de pressão e feche-a; 4. Deixe o frango cozinhar; 5. Após cozido, retire o frango da panela e desfie-o com o auxílio de um garfo. 6. Rale a cenoura (previamente higienizados); 7. em seguida, misture o frango, o milho, a uva passas, a cenoura, o cheiro verde, o creme de leite; 8. Porcione e sirva. SUCO DE MANGA: No liquidificador acrescente a polpa, o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem . Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 12

NOME DA PREPARAÇÃO: IOGURTE DE MORANGO COM BISCOITO DE POLVILHO

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
Biscoito, polvilho doce	60,0	60,0	60,0	1,0	60,0	1,0	0,00	R$ -	262,53	48,32	0,78	7,35	0,70	22,55	0,00	3,51	0,09	1,06	18,27
Iogurte, sabor morango	80,0	80,0	80,0	1,0	80,0	1,0	0,00	R$ -	55,65	7,75	2,17	1,86	0,17	21,62	0,00	6,43	0,24	0,00	80,83
0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,0	1,0	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$ -											
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 PER CAPITA	R$ 0,00	318,18	56,08	2,94	9,21	0,87	44,17	0,00	9,94	0,33	1,06	99,10
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	R$ 0,00											

MODO DE PREPARO

Porcione o iogurte e o biscoito de acordo com a per capita, es irva a seguir. Melão: Higienize o melão de maneira adequada em água corrente, após sirva de acordo com as per capitas.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 13

NOME DA PREPARAÇÃO: BEIJU COM MARGARINA E SUCO DE ABACAXI

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
Abacaxi, polpa congelada	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	10,71	2,73	0,16	0,04	0,11	0,00	0,44	3,52	0,02	0,13	4,74
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
Margarina, com sal	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	0,00	R$ -	29,72	0,00	0,00	3,36	0,00	19,27	0,00	0,06	0,00	0,00	0,23
Polvilho doce	50,0	50,0	50,0	1,0	50,0	1,0	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
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**254,73**	**56,08**	**0,41**	**3,40**	**0,23**	**19,27**	**0,44**	**5,74**	**0,02**	**0,40**	**19,43**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

BEIJU: 1. Em uma tigela, coloque o polvilho e umedeça com a água misturando com a ponta dos dedos até ficar com consistência de farinha granulada e úmida; 2. Passe por uma peneira e reserve; 3. Aqueça uma frigideira e coloque aos poucos o polvilho cobrindo todo o fundo, deixe dourar e passe a margarina. SUCO DE ABACAXI: 1. No liquidificador acrescente a polpa, o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem , após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 14

NOME DA PREPARAÇÃO: CUSCUZ DE MILHO COM MUSSARELA E IOGURTE

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
Flocos de milho	40,0	40,0	40,0	1,0	80,0	1,5	0,00	R$ -	144,80	30,40	3,28	1,44	2,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Iogurte, sabor morango	80,0	80,0	80,0	1,0	80,0	1,0	0,00	R$ -	55,65	7,75	2,17	1,86	0,17	21,62	0,00	6,43	0,24	0,00	80,83
Margarina, com sal	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	0,00	R$ -	29,72	0,00	0,00	3,36	0,00	19,27	0,00	0,06	0,00	0,00	0,23
Queijo, mussarela	15,0	15,0	15,0	1,0	16,5	1,1	0,00	R$ -	49,48	0,46	3,40	3,78	0,00	16,35	0,00	3,54	0,53	0,05	131,26
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
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$ -											
0	0,0	0,0	#DIV/0!	0,0	#DIV/0!	0,0	0,00	R$ -											
							CUSTO PER CAPITA	**R$ 0,00**	**279,66**	**38,61**	**8,85**	**10,44**	**3,13**	**57,24**	**0,00**	**10,03**	**0,77**	**0,05**	**212,31**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

CUSCUZ: 1. Coloque o floco de milho e um pouco de sal em um recipiente; 2. Acrescente a quantidade de água necessária para a massa ficar úmida; 3. Deixe a mesma descansar por alguns minutos até que fique um pouco "inchada", coloque a mistura em uma cuscuzeira (certifique-se de que há água o fundo da cuscuzeira); 4. Após levantar fervura, deixe em fogo baixo até o cuscuz fique no ponto de servir; 5. Adicione a margarina e o queijo no cuscuz, porcione e sirva com o iogurte.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 15

NOME DA PREPARAÇÃO: FAROFA DE CUSCUZ COM PROTEINA DE SOJA E SUCO DE GOIABA

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
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cheiro verde	2,0	2,0	1,5	1,3	1,5	1,0	0,00	R$ -	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Flocos de milho	40,0	40,0	40,0	1,0	60,0	1,5	0,00	R$ -	144,80	30,40	3,28	1,44	2,96	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Goiaba vermelha, polpa	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	12,25	2,45	0,35	0,00	0,35	47,25	7,00	0,00	0,00	0,07	5,95
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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
Proteina texturizada de soja	20,0	20,0	20,0	1,0	20,0	1,0	0,00	R$ -	69,60	6,40	10,40	0,00	3,60	0,00	0,00	0,00	0,00	54,00	2,40
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**312,30**	**49,77**	**14,22**	**6,45**	**7,02**	**47,35**	**8,04**	**1,04**	**0,02**	**54,11**	**11,12**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

CUSCUZ: 1. Coloque os flocos de milho e um pouco de sal em um recipiente; 2. Acrescente a quantidade de água necessária para a massa ficar úmida; 3. Deixe a mesma descansar por alguns minutos até que fique um pouco "inchada", coloque a mistura em uma cuscuzeira (certifique-se de haver água no fundo da cuscuzeira); 5. Após levantar fervura, deixe em fogo baixo até que o cuscuz fique no ponto de servir, após reserve. PROTEÍNA DE SOJA: 1. Em uma panela com tampa adicione as per capitas do óleo, do sal, da cebola e do alho e deixe refogar; 3. Acrescente a proteína de soja e deixe-a bem frita e cozida, reserve. CUSCUZ COM PROTEÍNA DE SOJA: 1. Em um recipiente, despeje a proteína de soja, o cuscuz e o cheiro verde (picado), misture bem e após sirva. SUCO DE GOIABA: 1. No liquidificador acrescente a polpa, o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem . Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 16

NOME DA PREPARAÇÃO: FEIJÃO TROPEIRO E LARANJA

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	0,9	1,0	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	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cheiro verde	2,0	2,0	1,5	1,3	1,5	1,0	0,00	R$ -	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Couve manteiga	10,0	10,0	6,7	1,5	5,5	0,8	0,00	R$ -	2,71	0,43	0,29	0,05	0,31	0,00	9,67	3,47	0,04	0,05	13,09
Farinha de mandioca	40,0	40,0	40,0	1,0	40,0	1,0	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
Feijão carioca	35,0	35,0	35,0	1,0	76,3	2,2	0,00	R$ -	115,16	21,43	6,99	0,44	6,45	0,00	0,00	73,48	1,02	2,80	42,90
Laranja, pêra	100,0	100,0	66,7	1,5	66,7	1,0	0,00	R$ -	36,77	8,95	1,04	0,13	0,77	11,21	53,73	8,61	0,06	0,09	21,89
Linguiça mista	50,0	50,0	50,0	1,0	38,5	0,8	0,00	R$ -	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	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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	1,0	1,0	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
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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**545,71**	**68,39**	**15,87**	**23,87**	**10,25**	**11,31**	**64,44**	**108,51**	**2,21**	**4,00**	**115,10**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

FEIJÃO: 1. Em uma panela de pressão adicione o óleo, o alho, o sal e deixe refogar; 2. Adicione o feijão e a quantidade de água necessária, deixe cozinhar até que o feijão fique macio, após cozido reserve. FEIJÃO TROPEIRO: 1. Em uma panela adicione o óleo, a cebola e deixe refogar; 2. Acrescente a linguiça mista já cortada em rodelas e deixe-a bem frita e bem cozida; 3. Adicione o couve manteiga (previamente higienizado em solução clorada (1 colher de sopa de hipoclorito de sódio 100 ppm em 1 litro de água), deixando de molho por 15 minutos e após enxaguar em água corrente), cortado em tiras finas e refogue bem; 4. Adicione o feijão sem caldo, a farinha aos poucos, misture bem e desligue o fogo; 5. Antes de finalizar, acrescente o cheiro verde, misture bem e sirva. LARANJA: Higienize a laranja de maneira adequada em água corrente , após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDENCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAISO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDAPIOS CELIACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 17

NOME DA PREPARAÇÃO: MINGAU DE FUBÁ E MAMÃO

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
açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
Milho fubá	50,0	50,0	50,0	1,0	57,5	1,2	0,00	R$ -	176,74	39,44	3,61	0,95	2,36	0,00	0,00	20,62	0,55	0,43	1,33
Leite de vaca, integral	60,0	60,0	60,0	1,0	60,0	1,0	0,00	R$ -	36,02	2,71	1,93	1,95	0,00	17,06	0,00	6,00	0,24	0,02	67,83
Mamão Formosa	80,0	80,0	57,1	1,4	57,1	1,0	0,00	R$ -	36,27	9,24	0,65	0,10	1,45	29,60	62,82	13,86	0,06	0,19	19,90
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**287,72**	**61,35**	**6,22**	**3,00**	**3,81**	**46,66**	**62,82**	**40,57**	**0,84**	**0,65**	**89,82**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

MINGAU DE FUBÁ: Em uma panela, adicione todos os ingredientes, e mexa até engrossar; 2. Assim que estiver pronto, mexa, porcione e sirva de acordo com a per capita. MAMÃO: 1. Higienize o mamão de maneira adequada em água corrente ,após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDENCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAISO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDAPIOS CELIACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 18

NOME DA PREPARAÇÃO: FAROFA DE OVO COM CENOURA E SUCO DE ABACAXI

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
abacaxi, polpa congelada	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	10,71	2,73	0,16	0,04	0,11	0,00	0,44	3,52	0,02	0,13	4,74
açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
cenoura	15,0	15,0	12,5	1,2	11,1	0,9	0,00	R$ -	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
cheiro verde	2,0	2,0	1,5	1,3	1,5	1,0	0,00	R$ -	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
farinha de mandioca torrada	60,0	60,0	60,0	1,0	60,0	1,0	0,00	R$ -	219,16	53,52	0,74	0,17	3,92	0,00	0,00	24,01	0,22	0,72	45,32
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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
ovo de galinha inteiro	20,0	20,0	18,2	1,1	18,2	1,0	0,00	R$ -	28,62	0,33	2,61	1,78	0,00	15,77	0,00	2,53	0,22	0,31	8,40
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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**349,26**	**68,24**	**3,89**	**7,03**	**4,63**	**141,94**	**2,24**	**32,79**	**0,51**	**1,22**	**64,61**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

OVOS: 1. Em uma panela adicione as per capitas do sal, da cebola, do alho, metade da margarina e deixe refogar; 2. Acrescente os ovos, mexa bem e deixe bem passado e bem cozido, após reserve. FAROFA DE OVOS COM CENOURA: 1. Em uma panela adicione a outra metade da margarina, acrescente os ovos mexidos, adicione a farinha aos poucos, misture bem e desligue o fogo; 8. Antes de finalizar, acrescente a cenoura ralada (previamente higienizada e descascada) e o cheiro verde picado, misture bem e sirva. SUCO DE ABACAXI: 1. No liquidificador acrescente a polpa, o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem. Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 — 19

NOME DA PREPARAÇÃO: BOLO DE MAÇÃ E SUCO DE MARACUJÁ

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
Acúcar cristal	20,0	20,0	20,0	1,0	20,0	1,0	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
Farinha de arroz	50,0	50,0	50,0	1,0	50,0	1,0	0,00	R$ -	181,53	42,75	0,63	0,15	0,29	0,00	86,79	2,15	4,24	15,69	0,56
fermento em pó químico	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	0,00	R$ -	0,90	0,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
leite de vaca, integral	60,0	60,0	60,0	1,0	60,0	1,0	0,00	R$ -	36,02	2,71	1,93	1,95	0,00	17,06	0,00	6,00	0,24	0,02	67,83
Maçã Fuji	100,0	100,0	76,9	1,3	76,9	1,0	0,00	R$ -	55,52	15,15	0,29	0,00	1,35	2,71	2,41	2,04	0,00	0,09	1,92
Maracuiá, polpa, congelada	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	13,57	3,36	0,28	0,06	0,18	0,00	2,54	3,40	0,07	0,10	1,61
óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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
ovo de galinha inteiro	10,0	10,0	9,1	1,1	9,1	1,0	0,00	R$ -	14,31	0,16	1,30	0,89	0,00	7,88	0,00	1,27	0,11	0,16	4,20
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 PER CAPITA								**R$ 0,00**	**423,40**	**84,50**	**4,51**	**8,05**	**1,81**	**27,65**	**91,74**	**15,05**	**4,65**	**16,09**	**77,65**
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								**R$ 0,00**											

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL

MODO DE PREPARO

BOLO DE MAÇÃ: 1. Bata no liquidificador os ovos, o açúcar, o óleo e o leite; 2. Acrescente a farinha de arroz aos poucos e continue batendo até obter uma massa lisa e homogênea; 3. Adicione por último o fermento e bata na velocidade mínima do liquidificador; 4. Após, adicione a maçã picada e misture a massa com cautela com auxílio de uma colher; 5. Unte a forma e despeje a massa dentro da forma; 6. Leve para assar em forno médio 180°C, pré-aquecido por aproximadamente por 30 minutos; 7. Após assado, porcione o bolo e sirva. SUCO DE MARACUJÁ: 1. No liquidificador acrescente a polpa de maracujá , o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem. Após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 — 20

NOME DA PREPARAÇÃO: PAÇOCA DE CARNE E BANANA

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	0,9	1,0	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
banana prata	100,0	100,0	66,7	1,5	66,7	1,0	0,00	R$ -	98,25	25,96	1,27	0,07	2,04	3,21	21,59	26,29	0,15	0,38	7,56
Carne, bovina, acém	50,0	50,0	40,7	1,2	31,3	0,8	0,00	R$ -	72,01	0,00	10,41	3,06	0,00	1,09	0,00	6,64	2,61	0,76	2,36
cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
farinha de mandioca torrada	50,0	50,0	50,0	1,0	50,0	1,0	0,00	R$ -	182,63	44,60	0,61	0,14	3,27	0,00	0,00	20,01	0,18	0,60	37,76
óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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 PER CAPITA								**R$ 0,00**	**399,02**	**70,97**	**12,40**	**8,27**	**5,40**	**4,39**	**22,00**	**53,39**	**2,95**	**1,75**	**48,10**
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								**R$ 0,00**											

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL

MODO DE PREPARO

PAÇOCA: 1. Deixe a carne de molho para que ela solte um pouco de seu sal. 2. Corte a carne em cubinhos e, em uma panela, aqueça o óleo para fritar a carne. 3. Frite a carne até que fique no ponto de carne assada. 4. Usando o modo pulsar do liquidificador, triture a carne. Reserve. 5. Na mesma panela que fritou a carne, refogue a cebola e o alho. 6. Quando bem refogados, acrescente a carne, depois a farinha e misture bem. 7. No liquidificador adicione a farofa e bata compassadamente até que vire uma paçoca; 8. Antes de finalizar, acrescente o cheiro verde, misture bem e sirva. BANANA: Higienize a banana de maneira adequada em água corrente, após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 — 21

NOME DA PREPARAÇÃO: ARROZ, CALDO DE LEGUMES (ABÓBORA, BATATA E CENOURA) COM CARNE E LARANJA

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
Abóbora, cabotian	20,0	20,0	12,5	1,6	13,8	1,1	0,00	R$ -	7,72	1,67	0,35	0,11	0,43	0,00	1,02	1,76	0,06	0,07	3,59
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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
Arroz, tipo 1	60,0	60,0	60,0	1,0	139,8	2,3	0,00	R$ -	214,67	47,26	4,30	0,20	0,98	0,00	0,00	18,23	0,73	0,41	2,65
Batata inglesa	20,0	20,0	18,9	1,1	17,0	0,9	0,00	R$ -	12,87	2,94	0,35	0,00	0,23	0,03	6,22	2,92	0,05	0,07	0,71
Carne, bovina, acém	80,0	80,0	80,0	1,0	61,6	0,8	0,00	R$ -	115,22	0,00	16,65	4,89	0,00	1,74	0,00	10,62	4,17	1,21	3,77
Cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cenoura	15,0	15,0	12,5	1,2	11,3	0,9	0,00	R$ -	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
Colorau	0,5	0,5	0,5	1,0	0,1	0,2	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
Laranja, pêra	100,0	100,0	66,7	1,5	66,7	1,0	0,00	R$ -	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	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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	1,0	1,0	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
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 PER CAPITA								**R$ 0,00**	**440,17**	**62,77**	**23,03**	**10,36**	**3,00**	**139,45**	**62,18**	**44,28**	**5,12**	**1,92**	**37,01**
CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO								**R$ 0,00**											

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL

MODO DE PREPARO

ARROZ: 1. Em uma panela adicione a quantidade necessária do óleo, da cebola, do alho, do sal e deixe refogar; 2. Adicione o arroz e mexa até refogar; 3. Adicione a água em quantidade necessária e deixe cozinhar até o ponto de servir, após cozido sirva; CALDO DE LEGUMES: Realize a limpeza e higienização dos legumes. 1. Descasque os legumes e corte em cubos e a carne corte em tiras; 2. Em uma panela de pressão, coloque o óleo, alho, o colorau e a carne, deixe refogar; 3. Adicione os legumes e coloque água até que cubra, coloque sal, tampe e deixe ferver por 45 minutos, desligue e deixe sair toda a pressão da panela, a sopa tem que ficar meio grossa. LARANJA: Higienize a laranja de maneira adequada em água corrente , ap´pos sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 — 22

NOME DA PREPARAÇÃO: ARROZ, GUISADINHO DE CARNE COM BATATA INGLESA E MELANCIA

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
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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
Arroz, tipo 1	80,0	80,0	80,0	1,0	106,4	1,3	0,00	R$ -	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Batata inglesa	20,0	20,0	16,5	1,2	15,7	1,0	0,00	R$ -	12,87	2,94	0,35	0,00	0,23	0,03	6,22	2,92	0,05	0,07	0,71
Carne, bovina, acém	80,0	80,0	80,0	1,0	60,0	0,8	0,00	R$ -	115,22	0,00	16,65	4,89	0,00	1,74	0,00	10,62	4,17	1,21	3,77
Cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cheiro verde	2,0	2,0	1,5	1,3	1,5	1,0	0,00	R$ -	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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	1,0	1,0	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
Tomate	20,0	20,0	15,4	1,3	15,4	1,0	0,00	R$ -	3,07	0,63	0,22	0,03	0,23	8,33	4,24	2,11	0,03	0,05	1,39
Melancia	120,0	120,0	63,2	1,9	63,2	1,0	0,00	R$ -	39,13	9,77	1,06	0,00	0,15	34,20	7,38	11,56	0,12	0,27	9,26
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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**503,49**	**76,89**	**24,17**	**10,21**	**2,04**	**44,40**	**18,88**	**52,45**	**5,36**	**2,17**	**20,68**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

ARROZ: 1. Em uma panela adicione a quantidade necessária do óleo, da cebola, do alho, do sal e deixe refogar; 2. Adicione o arroz e mexa até refogar; 3. Adicione a água em quantidade necessária e deixe cozinhar até o ponto de servir, após cozido sirva. GUISADO DE CARNE COM BATATA: 1. Refogue a carne cortada em cubos com alho e cebola; 2. Descasque e corte as batatas em cubos grandes; 3. Junte a carne para refogar, a batata, o tomate, o cheiro verde, um copo de água e sal a gosto, deixe ferver mexendo sempre; 4. Abaixe o fogo quando levantar fervura e deixe ferver por aproximadamente 20 minutos, mexendo de vez em quando para não grudar; 5. Desligue o fogo quando a água estiver quase toda seca e as batatas estiverem molinhas. MELANCIA: Higienize a melancia de maneira adequada em água corrente, após sirva de acordo com a per capta.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 — 23

NOME DA PREPARAÇÃO: GALINHADA COM SALADA DE ALFACE, TOMATE

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
Tomate	15,0	15,0	15,0	1,0	15,0	1,0	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
alface lisa	15,0	15,0	11,5	1,3	11,5	1,0	0,00	R$ -	2,07	0,36	0,25	0,02	0,35	0,00	3,21	1,37	0,05	0,09	4,13
alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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
arroz, tipo 1	80,0	80,0	80,0	1,0	186,4	2,3	0,00	R$ -	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
cenoura	15,0	15,0	12,5	1,2	11,3	0,9	0,00	R$ -	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
frango, peito, sem pele	80,0	80,0	61,5	1,3	43,1	0,7	0,00	R$ -	95,33	0,00	17,22	2,42	0,00	1,60	0,00	25,01	0,53	0,35	5,89
óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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	1,0	1,0	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
0	0,0	0,0	0,0	1,3	0,0	1,0	0,00	R$ -											
0	0,0	0,0	0,0	1,3	0,0	1,0	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	0,0	0,0	0,00	R$ -											
							CUSTO PER CAPITA	**R$ 0,00**	**437,17**	**65,41**	**23,67**	**7,76**	**2,40**	**134,02**	**7,56**	**54,40**	**1,63**	**1,06**	**18,39**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

GALINHADA: Higienize a laranja de maneira adequada em água corrente, descasque e rale; 1. Em uma panela adicione as per capitas do óleo, da cenoura e da cebola e deixe refogar; 2. Coloque na panela o frango previamente temperado com as per capitas do alho e do sal, refogue e deixe fritar ; 3. Adicione o arroz e mexa até refogar; 4. Adicione a água em quantidade necessária, deixando cozinhar até o ponto de servir; SALADA DE ALFACE E TOMATE: Antes de tudo, realizar limpeza e higienização da alface e do tomate, em solução clorada (1 colher de sopa de hipoclorito de sódio 100 ppm em 1 litro de água), deixando de molho por 15 minutos e após enxaguar em água corrente. 1. Corte a alface em fatias finas e reserve; 2. Corte o tomate em cubos e misture-o com o alface, após sirva.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 — 24

NOME DA PREPARAÇÃO: ARROZ, SARDINHA COM TOMATE E CEBOLA, BANANA

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
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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
Arroz, tipo 1	80,0	80,0	80,0	1,0	186,4	2,3	0,00	R$ -	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Banana prata	100,0	100,0	66,7	1,5	66,7	1,0	0,00	R$ -	98,25	25,96	1,27	0,07	2,04	3,21	21,59	26,29	0,15	0,38	7,56
Cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cheiro verde	2,0	2,0	1,5	1,3	1,5	1,0	0,00	R$ -	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Colorau	0,5	0,5	0,5	1,0	0,1	0,2	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
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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
Sardinha, conserva em óleo	70,0	70,0	70,0	1,0	70,0	1,0	0,00	R$ -	199,49	0,00	11,16	16,83	0,00	0,00	0,00	24,69	1,15	2,48	385,17
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
Tomate	5,0	5,0	3,8	1,3	3,8	1,0	0,00	R$ -	0,77	0,16	0,05	0,01	0,06	2,08	1,06	0,53	0,01	0,01	0,35
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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**633,37**	**90,07**	**18,39**	**22,19**	**3,55**	**5,69**	**23,73**	**76,76**	**2,30**	**3,46**	**399,22**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

ARROZ BRANCO: 1. Refogue o alho no óleo; 2. Coloque o arroz e deixe refogar por cerca de 30 segundos; 3. Adicione a água fervente e o sal; 4. Abaixe o fogo e deixe cozinhar até a água quase secar; 5.Tampe a panela e aguarde cerca de 20 minutos antes de servir. SARDINHA AO FORNO COM TOMATE E CEBOLA: 1. Faça uma camada com as sardinhas abertas, depois a cebola fatiada, os tomates picados (previamente higienizados), salpique um pouco de sal e cheiro verde; 2. Por cima de tudo regue o óleo; 3. Cubra com papel alumínio e leve ao forno em fogo baixo por 15 minutos; 4. Tire o papel alumínio e deixe dourar por mais 15 minutos. BANANA: Higienize a banana de maneira adequada em água corrente, após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 25

NOME DA PREPARAÇÃO: BAIÃO DE DOIS, ALMÔNDEGAS AO MOLHO, SALADA DE ALFACE, REPOLHO E TOMATE

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
Alface lisa	15,0	15,0	11,5	1,3	11,5	1,0	0,00	R$ -	2,07	0,36	0,25	0,02	0,35	0,00	3,21	1,37	0,05	0,09	4,13
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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
Arroz, tipo 1	80,0	80,0	80,0	1,0	186,4	2,3	0,00	R$ -	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Carne moída de 2ª	80,0	80,0	80,0	1,0	60,0	0,8	0,00	R$ -	193,60	0,00	19,38	12,34	0,00	0,00	0,00	16,00	4,57	2,25	6,40
Cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Tomate	15,0	15,0	11,5	1,3	11,5	1,0	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
Feijão fradinho	20,0	20,0	20,0	1,0	45,4	2,3	0,00	R$ -	67,83	12,25	4,04	0,47	4,72	0,00	0,00	35,68	0,78	1,03	15,50
Tomate, extrato	5,0	5,0	3,7	1,4	3,7	1,0	0,00	R$ -	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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
Repolho branco	15,0	15,0	9,7	1,5	9,1	0,9	0,00	R$ -	2,57	0,58	0,13	0,02	0,28	0,00	2,81	1,28	0,02	0,02	5,18
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
0	0,0	0,0	0,0	1,3	0,0	1,0	0,00	R$ -											
0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,0	1,0	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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**603,77**	**77,83**	**29,92**	**18,16**	**7,07**	**6,34**	**10,50**	**82,13**	**6,45**	**4,08**	**37,66**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

FEIJÃO: 1. Em uma panela de pressão adicione 1/3 das per capitas do óleo, do alho, do sal e da cebola e deixe refogar; 2. Adicione o feijão e a quantidade de água necessária, deixe cozinhar até que o feijão fique macio, após cozido reserve; BAIÃO DE DOIS: 1. Em uma panela adicione 1/3 do óleo, a cebola, o alho, o sal e deixe refogar; 2. Coloque o arroz na panela e mexa até refogar; 3. Adicione o feijão e a água em quantidade necessária, deixando cozinhar até o ponto de servir; 3. Antes de finalizar, adicione o restante das per capitas do cheiro verde e misture bem, após sirva. ALMÔNDEGAS AO MOLHO: 1. Misture 1/3 das per capitas da cebola, do alho, do sal e a carne moída; 2. Monte as bolinhas de almôndega com a mistura, enrole; 3. Em um panela com o óleo preaquecido, "frite" as almôndegas de modo que fique bem fritas bem cozidas OU pré-aqueça o forno em 180ºC e deixe as almôndegas assarem uns 30 minutos até dourar, podendo ser assada já com o molho por cima; 4. Adicione o extrato de tomate e deixe que as almôndegas cozinhem no molho até que fique no ponto de servir; . SALADA DE ALFACE, REPOLHO E TOMATE: Antes de tudo, realizar a higienização das folhas e tomate, em solução clorada (1 colher de sopa de hipoclorito de sódio 100 ppm em 1 litro de água), deixando de molho por 15 minutos e após enxaguar em água corrente. 1. Corte a alface e o repolho em fatias finas e reserve; 2. Corte o tomate em cubos e misture-o com a alface e o repolho, após sirva.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 | 26

NOME DA PREPARAÇÃO: LASANHA DE ABOBRINHA AO MOLHO BOLONHESA, ARROZ E SUCO DE GOIABA

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
Abobrinha, paulista	20,0	20,0	13,6	1,5	10,5	0,8	0,00	R$ -	6,16	1,57	0,13	0,03	0,52	0,00	3,51	1,88	0,04	0,03	3,73
Açúcar cristal	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	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
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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
Arroz, tipo 1	80,0	80,0	80,0	1,0	186,4	2,3	0,00	R$ -	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Carne moída de 2ª	70,0	70,0	70,0	1,0	52,5	0,8	0,00	R$ -	169,40	0,00	16,95	10,79	0,00	0,00	0,00	14,00	4,00	1,97	5,60
cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Tomate, extrato	5,0	5,0	5,0	1,0	1,1	0,2	0,00	R$ -	3,05	0,75	0,12	0,01	0,14	0,00	0,90	1,47	0,02	0,10	1,45
Goiaba vermelha, polpa	35,0	35,0	35,0	1,0	35,0	1,0	0,00	R$ -	12,25	2,45	0,35	0,00	0,35	47,25	7,00	0,00	0,00	0,07	5,95
óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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
Queijo, mussarela	20,0	20,0	20,0	1,0	22,0	1,1	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
Sal	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	1,0	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
0	0,0	0,0	0,0	1,3	0,0	1,0	0,00	R$ -											
0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,0	1,0	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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**627,87**	**78,77**	**27,95**	**21,14**	**2,41**	**69,15**	**11,82**	**46,92**	**5,75**	**2,81**	**196,45**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

ARROZ BRANCO: 1. Em uma panela adicione metade das per capitas do óleo, da cebola, do alho, do sal e deixe refogar; 2. Adicione o arroz e mexa até refogar; 3. Adicione a água em quantidade necessária e deixe cozinhar até o ponto de servir, após cozido sirva; MOLHO BOLONHESA: Em uma panela adicione as per capitas do óleo, cebola, alho e deixe refogar bem. 2. Em seguida, adicione a carne a carne moída e misture bem aos ingredientes, deixe refogar; 3. Após ter refogado bem e começar a fritar vá adicionando água aos poucos para ficar bem cozida; 4. Em seguida adicione a metade das per capitas do extrato de tomate e um pouco de água (se necessário); 5. Deixe cozinhar por mais alguns minutos; 6. Após pronto, reserve. ABOBRINHA: 1. Descarte as pontas das abobrinhas e corte elas em fatias médias (na vertical); 2. Em uma frigideira, coloque um pouco de óleo e doure os dois lados das fatias de abobrinha; 3. Em uma forma higienizada, regue com um pouco de molho de tomate, coloque as fatias de abobrinha e o molho bolonhesa por cima da camada de abobrinha; 4. Para finalizar coloque fatias de queijo por cima da lasanha e coloque do forno para assar. SUCO DE GOIABA: 1. No liquidificador acrescente a polpa, o açúcar e a quantidade de água necessária; 2. Bata até misturar bem , após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos atendidos: 0 — 27

NOME DA PREPARAÇÃO: ARROZ, FEIJÃO, FILÉ DE FRANGO, PURÊ DE ABÓBORA E LARANJA

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
Abóbora, cabotian	25,0	25,0	19,1	1,3	18,1	1,0	0,00	R$ -	9,65	2,09	0,44	0,13	0,54	0,00	1,27	2,21	0,08	0,09	4,49
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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
Arroz, tipo 1	80,0	80,0	80,0	1,0	186,4	2,3	0,00	R$ -	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Creme de leite	10,0	10,0	10,0	1,0	10,0	1,0	0,00	R$ -	22,15	0,45	0,15	2,25	0,00	12,80	0,00	0,75	0,03	0,03	8,27
Frango, peito, filé	80,0	80,0	57,6	1,4	41,4	0,7	0,00	R$ -	138,40	0,00	24,73	3,61	0,00	7,20	0,00	21,60	0,98	0,85	12,00
Feijão carioca	20,0	20,0	20,0	1,0	43,6	2,2	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
Laranja, pêra	100,0	100,0	66,7	1,5	66,7	1,0	0,00	R$ -	36,77	8,95	1,04	0,13	0,77	11,21	53,73	8,61	0,06	0,09	21,89
Leite de vaca, integral	50,0	50,0	50,0	1,0	50,0	1,0	0,00	R$ -	30,02	2,26	1,61	1,63	0,00	14,22	0,00	5,00	0,20	0,02	56,53
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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	1,0	1,0	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
0	0,0	0,0	0,0	1,3	0,0	1,0	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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**635,14**	**89,42**	**37,80**	**13,26**	**6,39**	**45,52**	**55,41**	**104,92**	**2,93**	**3,23**	**131,64**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

ARROZ BRANCO: 1. Em uma panela adicione 1/3 das per capitas do óleo, da cebola, do alho, do sal e deixe refogar; 2. Adicione o arroz e mexa até refogar; 3. Adicione a água em quantidade necessária e deixe cozinhar até o ponto de servir, após cozido sirva; FEIJÃO: 1. Em uma panela de pressão adicione 1/3 das per capitas do óleo, do alho, do sal e da cebola e deixe refogar; 2. Adicione o feijão e a quantidade de água necessária, deixe cozinhar até que o feijão fique macio; 3. Antes de finalizar, após, sirva. PURÊ DE ABÓBORA: Antes de tudo, realize a limpeza e higienização das abóbora; 1. Em uma panela adequada coloque a abóbora em cubos e cubra com água para o cozimento; 2. Cozinhe as abóboras até ficarem bem moles; 3. Descasque-as ainda quentes e esprema as abóboras no espremedor; 4. Despeje as abóboras em um recipiente acrescente o sal, e mexa 5. Acrescente o leitee o creme de leite aos poucos e continue mexendo, deixando em consistência pastosa, sirva em seguida. FILÉ DE FRANGO: 1. Em uma panela adicione 1/4 das per capitas do óleo e deixe aquecer; 2. Adicione o filé de frango previamente temperado com 1/4 das per capitas do sal e do alho; 3. Deixe o filé de frango bem passado o restante das cebolas já cortadas em rodelas finas e deixe dourar, após sirva; LARANJA: Higienize a laranja de maneira adequada ,após sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 — 28

NOME DA PREPARAÇÃO: ARROZ COLORIDO, FEIJÃO, BIFE DE PANELA E MELANCIA

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	0,9	1,0	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
Arroz, tipo 1	80,0	80,0	80,0	1,0	186,4	2,3	0,00	R$ -	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Carne, bovina, acém	80,0	80,0	80,0	1,0	61,6	0,8	0,00	R$ -	115,22	0,00	16,65	4,89	0,00	1,74	0,00	10,62	4,17	1,21	3,77
Cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cenoura	15,0	15,0	12,5	1,2	11,1	0,9	0,00	R$ -	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
Cheiro verde	2,0	2,0	1,5	1,3	1,5	1,0	0,00	R$ -	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Feijão carioca	20,0	20,0	20,0	1,0	43,6	2,2	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
Melancia	120,0	120,0	63,2	1,9	63,2	1,0	0,00	R$ -	39,13	9,77	1,06	0,00	0,15	34,20	7,38	11,56	0,12	0,27	9,26
Milho verde	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	0,00	R$ -	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	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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	0,7	1,4	0,7	1,0	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
0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,0	1,0	0,00	R$ -											
0	0,0	0,0	0,0	1,3	0,0	1,0	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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**565,38**	**88,15**	**28,12**	**10,48**	**5,93**	**162,11**	**9,18**	**92,73**	**5,92**	**3,70**	**46,56**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

MODO DE PREPARO

ARROZ COLORIDO: 1. Em uma panela acrescente 1/3 das per capitas de óleo, sal, alho e cebola, e deixe refogar; 2. Depois acrescente a cenoura picada em cubos e deixe refogar; 3. Acrescente o arroz e deixe refogar; 4. Adicione água e deixe refogar; 5. Quando o arroz estiver secando, acrescente o milho e metade do cheiro verde e deixe o arroz terminar de secar, após sirva. FEIJÃO: 1. Em uma panela de pressão adicione 1/3 das per capitas do óleo, do alho, do sal e da cebola e deixe refogar; 2. Adicione o feijão e a quantidade de água necessária, deixe cozinhar até que o feijão fique macio; 3. Antes de finalizar, adicione o cheiro verde e misture bem, após, sirva. BIFE DE PANELA:1. Em uma panela adicione 1/3 das per capitas do óleo e deixe aquecer; 2. Adicione o bife previamente temperado com 1/3 das per capitas do sal e do alho; 3. Deixe o bife bem passado, adicione o restante das cebolas já cortadas em rodelas finas e deixe dourar, após sirva. MELANCIA: Higienize a melancia de maneira adequada em água corrente. 1. Porcione e sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 — 29

NOME DA PREPARAÇÃO: ARROZ, FEIJÃO, COSTELA COM BATATA E CENOURA

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	0,9	1,0	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
Arroz, tipo 1	80,0	80,0	80,0	1,0	186,4	2,3	0,00	R$ -	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Sal	1,0	1,0	0,7	1,5	0,7	1,0	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
Batata inglesa	15,0	15,0	13,6	1,1	12,3	0,9	0,00	R$ -	9,66	2,20	0,27	0,00	0,17	0,03	4,66	2,19	0,04	0,05	0,53
Carne, bovina, costela	80,0	80,0	70,8	1,1	54,5	0,8	0,00	R$ -	286,18	0,00	13,37	25,40	0,00	3,65	0,00	9,34	2,16	0,96	0,00
cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cenoura	15,0	15,0	12,5	1,2	11,3	0,9	0,00	R$ -	5,12	1,15	0,20	0,03	0,48	126,08	0,77	1,68	0,03	0,03	3,38
cheiro verde	2,0	2,0	1,5	1,3	1,5	1,0	0,00	R$ -	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
colorau	0,5	0,5	0,5	1,0	0,1	0,2	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
Feijão carioca	20,0	20,0	20,0	1,0	43,6	2,2	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
Óleo de soja	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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	0,0	1,0	0,0	1,0	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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**701,62**	**79,55**	**23,74**	**30,96**	**5,78**	**130,15**	**6,51**	**80,45**	**3,81**	**3,24**	**34,57**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL

MODO DE PREPARO

ARROZ BRANCO: 1. Em uma panela adicione 1/3 das per capitas do óleo, da cebola, do alho, do sal e deixe refogar; 2. Adicione o arroz e mexa até refogar; 3. Adicione a água em quantidade necessária e deixe cozinhar até o ponto de servir, após cozido sirva; FEIJÃO: 1. Em uma panela de pressão adicione 1/3 das per capitas do óleo, do alho, do sal e da cebola e deixe refogar; 2. Adicione o feijão e a quantidade de água necessária, deixe cozinhar até que o feijão fique macio; 3. Antes de finalizar, adicione o cheiro verde e misture bem, após, sirva. CARNE COM MANDIOCA: Antes de tudo, realizar limpeza e higienização da batata e cenoura em água corrente, descasque e corte. 1. Em uma panela adicione 1/3 das per capitas do óleo e da cebola e deixe refogar; 2. Coloque na panela a carne previamente temperada com 1/3 das per capitas do alho e do sal; 3. Depois da carne bem frita, adicione a água em quantidade necessária, a batata e a cenoura e deixe cozinhar até o ponto de servir; 4. Antes de finalizar, adicione o restante do cheiro verde e misture bem, após, sirva.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SUPERINTENDÊNCIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍSO DO TOCANTINS – TO - ANO: 2025 - CARDÁPIOS CELÍACOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Número de alunos: 0 — 30

NOME DA PREPARAÇÃO: ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO, ABACAXI

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
Abacaxi	100,0	100,0	51,8	1,9	51,8	1,0	0,00	R$ -	48,32	12,33	0,86	0,12	0,99	2,83	34,62	18,44	0,14	0,26	22,43
Açafrão	0,5	0,5	0,5	1,0	0,5	1,0	0,00	R$ -	1,55	0,33	0,06	0,03	0,02	0,13	0,40	1,32	0,01	0,06	0,56
Alho	1,0	1,0	0,9	1,1	0,9	1,0	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
Arroz, tipo 1	80,0	80,0	80,0	1,0	186,4	2,3	0,00	R$ -	286,23	63,01	5,73	0,27	1,31	0,00	0,00	24,31	0,98	0,54	3,53
Batata inglesa	40,0	40,0	36,4	1,1	32,7	0,9	0,00	R$ -	25,75	5,88	0,71	0,00	0,47	0,07	12,43	5,83	0,10	0,14	1,42
Cebola	2,0	2,0	1,2	1,7	1,2	1,0	0,00	R$ -	0,79	0,18	0,03	0,00	0,04	0,00	0,09	0,24	0,00	0,00	0,28
Cheiro verde	2,0	2,0	1,5	1,3	1,5	1,0	0,00	R$ -	0,84	0,14	0,05	0,01	0,02	0,00	0,64	0,49	0,01	0,01	1,60
Sal	1,0	1,0	0,7	1,5	0,6	0,8	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
Feijão carioca	20,0	20,0	20,0	1,0	43,6	2,2	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
Frango, peito, sem pele	80,0	80,0	61,5	1,3	43,1	0,7	0,00	R$ -	95,33	0,00	17,22	2,42	0,00	1,60	0,00	25,01	0,53	0,35	5,89
Leite de vaca, integral	20,0	20,0	20,0	1,0	20,0	1,0	0,00	R$ -	12,01	0,90	0,64	0,65	0,00	5,69	0,00	2,00	0,08	0,01	22,61
Margarina, com sal	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	0,00	R$ -	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	5,0	5,0	5,0	1,0	5,0	1,0	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	0,0	1,0	0,0	1,0	0,00	R$ -											
0	0,0	0,0	0,0	1,3	0,0	1,0	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 PER CAPITA	**R$ 0,00**	**611,67**	**95,25**	**29,37**	**12,11**	**6,58**	**29,68**	**48,50**	**119,90**	**2,43**	**2,97**	**83,19**
							CUSTO TOTAL DA PREPARAÇÃO	**R$ 0,00**											

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL

MODO DE PREPARO

ESCONDIDINHO DE FRANGO: Antes de tudo, realizar limpeza e higienização da babata. 1. Descasque as batatas, corte ao meio e cozinhe com a quantidade de água necessária e uma pequena quantidade de sal; 2. Depois de cozidas, amasse as batatas, adicione o leite e a margarina, mexa bem até formar um purê e reserve; 3. Corte o frango em pedaços médios/grandes e reserve; 4. Em uma panela de pressão (ideal) ou uma panela com tampa adicione 1/3 das per capitas do óleo, do sal, da cebola, do alho, o açafrão e deixe refogar; 5. Acrescente o frango e deixe-o bem frito e bem cozido; 6. Adicione a quantidade de água necessária para que o mesmo fique bem cozido; 7. Deixe cozinhar até que fique no ponto de desfiar; 8. Depois de pronto, desfie, adicione metade das per capitas do cheiro verde e misture bem; 9. Despeje o "purê" e o frango desfiado por camadas em uma forma untada e leve ao forno preaquecido a 180° C e deixe assar até que fique no ponto de servir; 7. Após, porcione e sirva.
ARROZ BRANCO: 1. Em uma panela adicione 1/3 das per capitas do óleo, da cebola, do alho, do sal e deixe refogar; 2. Adicione o arroz e mexa até refogar; 3. Adicione a água em quantidade necessária e deixe cozinhar até o ponto de servir, após cozido sirva; FEIJÃO: 1. Em uma panela de pressão adicione 1/3 das per capitas do óleo, do alho, do sal e da cebola e deixe refogar; 2. Adicione o feijão e a quantidade de água necessária, deixe cozinhar até que o feijão fique macio; 3. Antes de finalizar, adicione o restante das per capitas do cheiro verde e misture bem, após, sirva. ABACAX: Higieize o abacaxi de maneira adequada em água corrente . Após descasque-o e sirva de acordo com a per capita.

GILVANE VIEIRA CRN1-22625 - VENICIUS BRITO CRN1-10779 - DILMARA FERNANDES CRN1-15744 - ANA LÍVIA RODRIGUES CRN1-22415

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Dilmara EM 15/10/2024 11:26:58

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Gilvane Francelino Vieira EM 15/10/2024 11:14:36

DOCUMENTO ASSINADO POR LOGIN E SENHA POR: Venicius Siqueira Brito EM 15/10/2024 11:13:35

Verifique a autenticidade deste documento em https://sgd.to.gov.br/verificador informando o código: D570A53F01CAAB2E