

LANCHES (INTEGRADO, SUBSEQUENTE E PROEJA ) SEMANA 1							
(FREQUENCIA ANUAL 10 SEMANAS)							
				INFORMAR QUANTITATIVO DE ALUNOS			QUANTIDADE DIÁRIA
DIA	CARDÁPIO	Alimentos	Per capita (g)	MANHÃ	TARDE	NOITE	(KG /L /UND)
				152	261	234	
Lanche da manhã 09:00 Lnahce da tarde 14:30 Lanche da noite 20:00	LANCHE DA MANHÃ Caldo verde com frango e calabresa LANCHE DA TARDE logurte com banana, maçã e granola	Filé de frango	0,030	4,56			4,560
		Batata, inglesa, crua	0,020	3,04			3,040
		Linguiça, calabresa	0,015	2,28			2,280
		Alho, cru	0,001	0,152			0,152
		Cebola, crua	0,005	0,76			0,760
		Couve, manteiga, crua	0,005	0,76			0,760
		Sal, dietético	0,001	0,152			0,152
		Azeite, de oliva, extra virgem	0,001	0,152			0,152
		logurte de qualquer sabor	0,100		26,1	23,4	49,500
		Banana, prata, crua	0,020		5,22	4,68	9,900
		Maçã	0,020		5,22	4,68	9,900
		Granola	0,020		5,22	4,68	9,900
				282	216	234	
ERÇA Lanche da manhã 09:00  Lnahce da tarde 14:30  Lanche da noite 20:00	LANCHE DA MANHÃ Torta de Frango + Suco de acerola LANCHE DA TARDE/NOITE Bolo de banana + café c/ leite + Laranja	Filé de frango	0,050	14,1			14,1
		Batata, inglesa, crua	0,010	2,82			2,820
		Cenoura, crua	0,010	2,82			2,820
		Açafrão	0,001	0,282			0,282
		Alho, cru	0,001	0,282			0,282
		Cebola, crua	0,001	0,282			0,282
		Colorau	0,001	0,282			0,282
		Farinha, de trigo	0,003	0,846			0,846
		Leite, de vaca, integral, pó	0,010	2,82			2,820
		Limão, tahiti, cru	0,003	0,846			0,846
		Óleo, de soja	0,005	1,41			1,410
		Ovo, de galinha, inteiro, cru	0,060	16,92			16,920
		Pimenta em pó	0,001	0,282			0,282
		Sal, dietético	0,001	0,282			0,282
		Acerola, polpa, congelada	0,040	11,28			11,280
		Açúcar, cristal	0,010	2,82			2,820
		Banana, prata, crua	0,045		9,72	10,53	20,250
		Ovo, de galinha, inteiro, cru	0,060		12,96	14,04	27,000
		Óleo, de soja	0,010		2,16	2,34	4,500
		Uva passa	0,030		6,48	7,02	13,500
		Farinha, de trigo	0,040		8,64	9,36	18,000
		Fermento em pó, químico	0,015		3,24	3,51	6,750
		Canela em pó	0,001		0,216	0,234	0,450
		Laranja, da terra, crua	1,000		216	234	450,000
		Café	0,010		2,16	2,34	4,500
		Leite, de vaca, integral, pó	0,010		2,16	2,34	4,500
		Açúcar, cristal	0,010		2,16	2,34	4,500
				176	301	234	
JARTATA Lanche da manhã 09:00	LANCHE DA MANHA Pão com ovo cremoso + suco de melancia	Farinha, de trigo	0,040	7,04			7,040
		Fermento, biológico, levedura, tablete	0,001	0,176			0,176
		Sal, dietético	0,001	0,176			0,176
		Melhorador de pasta	0,003	0,528			0,528
		Margarina, com óleo interesterificado, com sal (65%de lipídeos)	0,002	0,2816			0,282
		Ovo, de galinha, inteiro, cru	0,015	2,64			2,640
		Ovo, de galinha, inteiro, cru	0,050	8,8			8,800
		Margarina, com óleo interesterificado, com sal (65%de lipídeos)	0,005	0,88			0,880
		Sal, dietético	0,001	0,176			0,176
		Creme de Leite	0,010	1,76			1,760
		Cupuaçu, polpa, congelada	0,050	8,8			8,800

GENEROS ALIMENTÍCIOS	QUANTIDADE SEMANAL	UND/KG/L
Açafrão	0,966	
Acerola, polpa, congelada	25,48	
Açúcar, cristal	24,82	
Alho, cru	1,334	
Arroz, tipo 1, cru	27,36	
Atum em lata	16,05	
Azeite, de oliva, extra virgem	0,368	
Banana, prata, crua	51,75	
Batata, inglesa, crua	9,41	
Café	4,5	
Canela em pó	0,45	
Carne, bovina, patinho, sem gordura, cru	46,8	
Cebola, crua	4,606	
Cenoura, crua	18,845	
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	14,095	
Colorau	0,966	
Couve, manteiga, crua	0,76	
Creme de Leite	11,12	
Cupuaçu, polpa, congelada	8,8	
Farinha, de mandioca, torrada	7,56	
Farinha, de milho, amarela	28,4	
Farinha, de trigo	25,886	
Feijão, fradinho, cru	6,48	
Fermento em pó, químico	6,75	
Fermento, biológico, levedura, tablete	0,176	
Filé de frango	18,66	
Goiaba, polpa, congelada	21,4	
Granola	9,9	
Iogurte de qualquer sabor	49,5	
Laranja, da terra, crua	450	
Leite, de vaca, integral, pó	7,32	
Limão, tahiti, cru	3,006	
Linguiça, calabresa	8,76	
Maçã	9,9	
Macarrão, parafuso	53,5	
Maracujá, polpa, congelada	38,88	
Margarina, com óleo interesterificado, com sal (65%de lipídeos)	4,0166	
Melancia, crua	17,6	
Melhorador de pasta	0,528	
Óleo, de soja	6,126	
Ovo, de galinha, inteiro, cru	78,97	
Pescada, filé, cru	12,96	
Pimenta em pó	0,966	
Pimentão, verde, cru	6,48	
Presunto, sem capa de gordura	5,35	
Queijo, requeijão, cremoso	10,7	
Sal, dietético	1,573	
Tomate, extrato	4,68	
Tomate, com semente, cru	10,304	
Uva passa	13,5	

LANCHES (INTEGRADO, SUBSEQUENTE E PROEJA ) SEMANA 1						
(FREQUENCIA ANUAL 10 SEMANAS)						
				INFORMAR QUANTITATIVO DE ALUNOS		
DIA	CARDÁPIO	Alimentos	Per capita (g)	MANHÃ	TARDE	NOITE
Lanche da tarde 14:30 Lanche da noite 20:00	<b>CHE DA TARDE/NOITE</b> <b>Salada de macarrão com Atum + suco de Goiaba</b>	Açúcar, cristal	0,010	1,76		
		Melancia, crua	0,100	17,6		
		Macarrão, parafuso	0,100		30,1	23,4
		Atum em lata	0,030		9,03	7,02
		Cenoura, crua	0,020		6,02	4,68
		Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	0,005		1,505	1,17
		Presunto, sem capa de gordura	0,010		3,01	2,34
		Tomate, com semente, cru	0,010		3,01	2,34
		Queijo, requeijão, cremoso	0,020		6,02	4,68
		Goiaba, polpa, congelada	0,040		12,04	9,36
		Açúcar, cristal	0,010		3,01	2,34

GENEROS ALIMENTÍCIOS	QUANTIDADE SEMANAL	UND/KG/L
----------------------	--------------------	----------

UNTA Lanche da manhã 09:00  Lanche da tarde 14:30  Lanche da noite 20:00	<b>LANCHE DA MANHA</b> <b>Farofa de ovo e calabresa + suco de maracujá + banana</b>  <b>LANCHE DA TARDE</b> <b>Estrogonofe de carne + arroz co + suco de maracujá</b>	Farinha, de mandioca, torrada	0,015	3,24			3,240
		Ovo, de galinha, inteiro, cru	0,060	12,96			12,960
		Linguiça, calabresa	0,030	6,48			6,480
		Alho, cru	0,001	0,216			0,216
		Sal, dietético	0,001	0,216			0,216
		Margarina, com óleo interesterificado, com sal (65%de lipídeos)	0,005	1,08			1,080
		Pimentão, verde, cru	0,020	4,32			4,320
		Pimenta em pó	0,001	0,216			0,216
		Açafrão	0,001	0,216			0,216
		Maracujá, polpa, congelada	0,050	10,8			10,800
		Açúcar, cristal	0,010	2,16			2,160
		Banana, prata, crua	0,100	21,6			21,600
		Carne, bovina, patinho, sem gordura, cru	0,100		23,4	23,4	46,800
		Cebola, crua	0,003		0,702	0,702	1,404
		Colorau	0,001		0,234	0,234	0,468
		Açafrão	0,001		0,234	0,234	0,468
		Pimenta em pó	0,001		0,234	0,234	0,468
		Tomate, com semente, cru	0,003		0,702	0,702	1,404
		Alho, cru	0,001		0,234	0,234	0,468
		Creme de Leite	0,020		4,68	4,68	9,360
		Tomate, extrato	0,010		2,34	2,34	4,680
		Arroz, tipo 1, cru	0,040		9,36	9,36	18,720
		Maracujá, polpa, congelada	0,060		14,04	14,04	28,080
		Açúcar, cristal	0,010		2,34	2,34	4,680
				216	234	234	

EXTA Lanche da manhã 09:00  Lanche da tarde 14:30  Lanche da noite 20:00	<b>LANCHE DA MANHA</b> <b>Isca de peixe assado + baião de dois + farinha</b>  <b>LANCHE DA TARDE</b> <b>Cuscuz colorido + suco de acerola</b>	Pescada, filé, cru	0,060	12,96			12,960
		Arroz, tipo 1, cru	0,040	8,64			8,640
		Colorau	0,001	0,216			0,216
		Cebola, crua	0,010	2,16			2,160
		Alho, cru	0,001	0,216			0,216
		Óleo, de soja	0,001	0,216			0,216
		Sal, dietético	0,001	0,216			0,216
		Farinha, de mandioca, torrada	0,020	4,32			4,320
		Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	0,020	4,32			4,320
		Feijão, fradinho, cru	0,030	6,48			6,480
		Pimentão, verde, cru	0,010	2,16			2,160
		Limão, tahiti, cru	0,010	2,16			2,160
		Azeite, de oliva, extra virgem	0,001	0,216			0,216
		Farinha, de milho, amarela	0,080		12,48	15,92	28,400
		Ovo, de galinha, inteiro, cru	0,030		4,68	5,97	10,650
		Tomate, com semente, cru	0,010		1,56	1,99	3,550

LANCHES (INTEGRADO, SUBSEQUENTE E PROEJA ) SEMANA 1						
(FREQUENCIA ANUAL 10 SEMANAS)						
				INFORMAR QUANTITATIVO DE ALUNOS		
						QUANTIDADE DIÁRIA
DIA	CARDÁPIO	Alimentos	Per capita (g)	MANHÃ	TARDE	NOITE
		Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	0,020		3,12	3,98
		Cenoura, crua	0,015		2,34	2,985
		Margarina, com óleo interesterificado, com sal (65%de lipídeos)	0,005		0,78	0,995
		Sal, dietético	0,001		0,156	0,199
		Batata, inglesa, crua	0,010		1,56	1,99
		Acerola, polpa, congelada	0,040		6,24	7,96
		Açúcar, cristal	0,010		1,56	1,99

GENEROS ALIMENTÍCIOS	QUANTIDADE SEMANAL	UND/KG/L
----------------------	--------------------	----------