



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **INTEGRAL**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **02/05/2022 À 06/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>944,0</b>	-	<b>1656</b>		-		<b>57,0%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>127,7</b>	<b>54,1%</b>	<b>228,0</b>	<b>269,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>9,7</b>	<b>4,1%</b>	-	<b>29,0</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>31,7</b>	<b>13,4%</b>	<b>41,0</b>	<b>62,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
GORDURAS (G):	<b>34,0</b>	<b>14,4%</b>	<b>46,0</b>	<b>64,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>35,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>16,6</b>	<b>7,0%</b>	-	<b>12,9</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>313,0</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>40,3</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>434,7</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,3</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1345,8</b>	-	-	<b>1400,0</b>	-	-	<b>ADEQUADO</b>

PERÍODO: **INTEGRAL**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **09/05/2022 À 13/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>968,2</b>	-	<b>1656</b>		-		<b>58,5%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>130,6</b>	<b>54,0%</b>	<b>228,0</b>	<b>269,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>8,6</b>	<b>3,6%</b>	-	<b>29,0</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>34,4</b>	<b>14,2%</b>	<b>41,0</b>	<b>62,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
GORDURAS (G):	<b>34,2</b>	<b>14,1%</b>	<b>46,0</b>	<b>64,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>35,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>16,9</b>	<b>7,0%</b>	-	<b>12,9</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>287,6</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>61,2</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>451,3</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,4</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1349,4</b>	-	-	<b>1400,0</b>	-	-	<b>ADEQUADO</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **INTEGRAL**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **16/05/2022 À 20/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>927,6</b>	-	<b>1656</b>		-		<b>56,0%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>125,2</b>	<b>54,0%</b>	<b>228,0</b>	<b>269,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>8,6</b>	<b>3,7%</b>	-	<b>29,0</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>32,8</b>	<b>14,2%</b>	<b>41,0</b>	<b>62,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
GORDURAS (G):	<b>32,8</b>	<b>14,2%</b>	<b>46,0</b>	<b>64,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>35,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>16,1</b>	<b>6,9%</b>	-	<b>12,9</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>332,2</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>39,5</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>453,4</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,3</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1454,3</b>	-	-	<b>1400,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **INTEGRAL**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **23/05/2022 À 27/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>887,8</b>	-	<b>1656</b>		-		<b>53,6%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>116,1</b>	<b>52,3%</b>	<b>228,0</b>	<b>269,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>9,7</b>	<b>4,4%</b>	-	<b>29,0</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>31,5</b>	<b>14,2%</b>	<b>41,0</b>	<b>62,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
GORDURAS (G):	<b>33,0</b>	<b>14,9%</b>	<b>46,0</b>	<b>64,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>35,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>16,8</b>	<b>7,6%</b>	-	<b>12,9</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>353,8</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>46,6</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>439,8</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,2</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1509,4</b>	-	-	<b>1400,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **INTEGRAL**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **30/05/2022 À 03/06/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
	QUANT.	% V.C.T.*	QUANT.		% V.C.T.*		
			MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>914,6</b>	-	<b>1656</b>		-		<b>55,2%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>120,8</b>	<b>52,8%</b>	<b>228,0</b>	<b>269,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>9,7</b>	<b>4,3%</b>	-	<b>29,0</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>32,5</b>	<b>14,2%</b>	<b>41,0</b>	<b>62,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
GORDURAS (G):	<b>33,5</b>	<b>14,6%</b>	<b>46,0</b>	<b>64,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>35,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>16,8</b>	<b>7,4%</b>	-	<b>12,9</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>311,2</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>55,3</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>450,6</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,3</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1302,1</b>	-	-	<b>1400,0</b>	-	-	<b>ADEQUADO</b>

OFERTA DE GRUPOS ALIMENTARES ESPECÍFICOS					
	SEMANAL		MENSAL		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)
QUANTIDADE DE HORTIFRUTI (G)	#N/D	GRAMAS	#N/D	GRAMAS	<b>520 G/ SEMANA</b>
FRUTAS	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>4 VEZES/ SEMANA</b>
HORTALIÇAS	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>5 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE FERRO HEME	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>4 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE VITAMINA A	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
PRODUTOS CÁRNEOS INDUSTRIALIZADOS	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
CONSERVAS	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>1 VEZ/MÊS</b>
LÍQUIDOS LÁCTEOS ADITIVADOS OU ADOÇADOS	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
BOLACHAS, BOLOS E PÃES	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>7 VEZES/ SEMANA</b>
DOCES	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
DOCES REGIONAIS	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>1 VEZ/ SEMANA</b>
MARGARINA OU CREME VEGETAL	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>1 VEZ/ SEMANA</b>
GORDURA TRANS DE ORIGEM INDUSTRIAL	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>PROIBIDO</b>
ALIMENTOS ULTRA PROCESSADOS	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	-
ALIMENTOS IN NATURA OU MINIMAMENTE PROCESSADOS	#N/D	VEZES	#N/D	VEZES	<b>23 VEZES/ SEMANA</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **02/05/2022 À 06/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>625,4</b>	-	<b>710</b>		-		<b>88,1%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>89,4</b>	<b>57,2%</b>	<b>98,0</b>	<b>115,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>4,1</b>	<b>2,6%</b>	-	<b>12,4</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>23,0</b>	<b>14,7%</b>	<b>18,0</b>	<b>27,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
GORDURAS (G):	<b>19,5</b>	<b>12,5%</b>	<b>20,0</b>	<b>28,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>8,8</b>	<b>5,6%</b>	-	<b>5,5</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>230,3</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>39,7</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>247,1</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>3,7</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1107,0</b>	-	-	<b>800,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **09/05/2022 À 13/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>654,1</b>	-	<b>710</b>		-		<b>92,1%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>93,8</b>	<b>57,4%</b>	<b>98,0</b>	<b>115,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>4,5</b>	<b>2,7%</b>	-	<b>12,4</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>25,4</b>	<b>15,6%</b>	<b>18,0</b>	<b>27,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>19,7</b>	<b>12,0%</b>	<b>20,0</b>	<b>28,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>9,0</b>	<b>5,5%</b>	-	<b>5,5</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>200,6</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>60,5</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>256,3</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>3,6</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>988,9</b>	-	-	<b>800,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **16/05/2022 À 20/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>623,4</b>	-	<b>710</b>		-		<b>87,8%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>88,1</b>	<b>56,5%</b>	<b>98,0</b>	<b>115,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>4,1</b>	<b>2,6%</b>	-	<b>12,4</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>23,7</b>	<b>15,2%</b>	<b>18,0</b>	<b>27,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>19,6</b>	<b>12,6%</b>	<b>20,0</b>	<b>28,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>9,0</b>	<b>5,7%</b>	-	<b>5,5</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>261,2</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>38,8</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>253,0</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>3,6</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1094,2</b>	-	-	<b>800,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **23/05/2022 À 27/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>573,7</b>	-	<b>710</b>		-		<b>80,8%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>79,3</b>	<b>55,3%</b>	<b>98,0</b>	<b>115,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>5,6</b>	<b>3,9%</b>	-	<b>12,4</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>22,5</b>	<b>15,7%</b>	<b>18,0</b>	<b>27,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>18,5</b>	<b>12,9%</b>	<b>20,0</b>	<b>28,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>8,9</b>	<b>6,2%</b>	-	<b>5,5</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>266,8</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>46,0</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>244,8</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>3,3</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1148,9</b>	-	-	<b>800,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **30/05/2022 À 03/06/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
	QUANT.	% V.C.T.*	QUANT.		% V.C.T.*		
			MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>607,6</b>	-	<b>710</b>		-		<b>85,6%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>85,3</b>	<b>56,2%</b>	<b>98,0</b>	<b>115,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>4,1</b>	<b>2,7%</b>	-	<b>12,4</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>23,7</b>	<b>15,6%</b>	<b>18,0</b>	<b>27,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>19,1</b>	<b>12,6%</b>	<b>20,0</b>	<b>28,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>8,9</b>	<b>5,9%</b>	-	<b>5,5</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>225,6</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>55,3</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>257,8</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>3,5</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>942,0</b>	-	-	<b>800,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

OFERTA DE GRUPOS ALIMENTARES ESPECÍFICOS			
	SEMANAL	MENSAL	EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)
QUANTIDADE DE HORTIFRUTI (G)	<b>915,223 GRAMAS</b>	<b>4576,11 GRAMAS</b>	<b>280 G/ SEMANA</b>
FRUTAS	<b>4,8 VEZES</b>	<b>24 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ SEMANA</b>
HORTALIÇAS	<b>12,6 VEZES</b>	<b>63 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE FERRO HEME	<b>5 VEZES</b>	<b>25 VEZES</b>	<b>4 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE VITAMINA A	<b>8 VEZES</b>	<b>40 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
PRODUTOS CÁRNEOS INDUSTRIALIZADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
CONSERVAS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/MÊS</b>
LÍQUIDOS LÁCTEOS ADITIVADOS OU ADOÇADOS	<b>3,2 VEZES</b>	<b>16 VEZES</b>	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
BOLACHAS, BOLOS E PÃES	<b>5 VEZES</b>	<b>25 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
DOCES	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
DOCES REGIONAIS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
MARGARINA OU CREME VEGETAL	<b>0,2 VEZES</b>	<b>1 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
GORDURA TRANS DE ORIGEM INDUSTRIAL	<b>0,2 VEZES</b>	<b>1 VEZES</b>	<b>PROIBIDO</b>
ALIMENTOS ULTRA PROCESSADOS	<b>10 VEZES</b>	<b>50 VEZES</b>	-
ALIMENTOS IN NATURA OU MINIMAMENTE PROCESSADOS	<b>79,6 VEZES</b>	<b>398 VEZES</b>	<b>14 VEZES/ SEMANA</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **02/05/2022 À 06/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
	QUANT.	% V.C.T.*	QUANT.		% V.C.T.*		
			MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>309,4</b>	-	<b>473</b>		-		<b>65,4%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>52,2</b>	<b>67,5%</b>	<b>65,0</b>	<b>77,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>14,1</b>	<b>18,3%</b>	<b>65,0</b>	<b>77,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>4,9</b>	<b>6,3%</b>	<b>13,0</b>	<b>18,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,0</b>	<b>1,3%</b>	-	<b>3,7</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>147,5</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>39,1</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>57,5</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>2,9</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>748,2</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **09/05/2022 À 13/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
	QUANT.	% V.C.T.*	QUANT.		% V.C.T.*		
			MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>344,1</b>	-	<b>473</b>		-		<b>72,7%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>56,9</b>	<b>66,2%</b>	<b>65,0</b>	<b>77,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>16,6</b>	<b>19,3%</b>	<b>65,0</b>	<b>77,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>5,6</b>	<b>6,5%</b>	<b>13,0</b>	<b>18,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,1</b>	<b>1,3%</b>	-	<b>3,7</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>122,9</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>60,9</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>63,8</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>2,8</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>655,6</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **16/05/2022 À 20/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>309,3</b>	-	<b>473</b>		-		<b>65,4%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>51,3</b>	<b>66,3%</b>	<b>65,0</b>	<b>77,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>14,7</b>	<b>19,0%</b>	<b>65,0</b>	<b>77,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>5,0</b>	<b>6,5%</b>	<b>13,0</b>	<b>18,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,0</b>	<b>1,3%</b>	-	<b>3,7</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>174,2</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>38,2</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>58,0</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>2,7</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>733,8</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **23/05/2022 À 27/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>273,0</b>	-	<b>473</b>		-		<b>57,7%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>44,4</b>	<b>65,1%</b>	<b>65,0</b>	<b>77,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>13,8</b>	<b>20,2%</b>	<b>65,0</b>	<b>77,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>4,5</b>	<b>6,5%</b>	<b>13,0</b>	<b>18,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,0</b>	<b>1,5%</b>	-	<b>3,7</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>181,2</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>46,4</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>54,6</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>2,6</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>816,4</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.





## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **11 A 15 ANOS**

SEMANA DE: **30/05/2022 À 03/06/2022**

VALOR MÉDIO SEMANAL							
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>279,8</b>	-	<b>473</b>		-		<b>59,2%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>45,1</b>	<b>64,4%</b>	<b>65,0</b>	<b>77,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>14,4</b>	<b>20,5%</b>	<b>65,0</b>	<b>77,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>4,7</b>	<b>6,7%</b>	<b>13,0</b>	<b>18,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,0</b>	<b>1,4%</b>	-	<b>3,7</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>146,3</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>30,3</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>56,7</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>2,7</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>608,8</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

OFERTA DE GRUPOS ALIMENTARES ESPECÍFICOS			
	SEMANAL	MENSAL	EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)
QUANTIDADE DE HORTIFRUTI (G)	<b>944,423 GRAMAS</b>	<b>4722,11 GRAMAS</b>	<b>280 G/ SEMANA</b>
FRUTAS	<b>4,8 VEZES</b>	<b>24 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ SEMANA</b>
HORTALIÇAS	<b>13,8 VEZES</b>	<b>69 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE FERRO HEME	<b>5 VEZES</b>	<b>25 VEZES</b>	<b>4 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE VITAMINA A	<b>4,4 VEZES</b>	<b>22 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
PRODUTOS CÁRNEOS INDUSTRIALIZADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
CONSERVAS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/MÊS</b>
LÍQUIDOS LÁCTEOS ADITIVADOS OU ADOÇADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
BOLACHAS, BOLOS E PÃES	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ SEMANA</b>
DOCES	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
DOCES REGIONAIS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
MARGARINA OU CREME VEGETAL	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
GORDURA TRANS DE ORIGEM INDUSTRIAL	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>PROIBIDO</b>
ALIMENTOS ULTRA PROCESSADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	-
ALIMENTOS IN NATURA OU MINIMAMENTE PROCESSADOS	<b>75 VEZES</b>	<b>375 VEZES</b>	<b>10 VEZES/ SEMANA</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA: **16 A 18 ANOS**

SEMANA DE: **02/05/2022 À 06/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>897,2</b>	-	<b>815</b>		-		<b>110,1%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>139,8</b>	<b>62,3%</b>	<b>112,0</b>	<b>132,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>4,1</b>	<b>1,8%</b>	-	<b>14,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>34,1</b>	<b>15,2%</b>	<b>20,0</b>	<b>31,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>22,4</b>	<b>10,0%</b>	<b>23,0</b>	<b>32,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>9,4</b>	<b>4,2%</b>	-	<b>6,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>246,4</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>42,1</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>282,6</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>6,2</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1797,7</b>	-	-	<b>800,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA: **16 A 18 ANOS**

SEMANA DE: **09/05/2022 À 13/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>879,8</b>	-	<b>815</b>		-		<b>108,0%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>134,1</b>	<b>61,0%</b>	<b>112,0</b>	<b>132,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>4,5</b>	<b>2,0%</b>	-	<b>14,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>35,2</b>	<b>16,0%</b>	<b>20,0</b>	<b>31,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>22,5</b>	<b>10,2%</b>	<b>23,0</b>	<b>32,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>9,5</b>	<b>4,3%</b>	-	<b>6,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>238,1</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>62,9</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>287,0</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>5,7</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1569,1</b>	-	-	<b>800,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA: **16 A 18 ANOS**

SEMANA DE: **16/05/2022 À 20/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>886,1</b>	-	<b>815</b>		-		<b>108,7%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>136,5</b>	<b>61,6%</b>	<b>112,0</b>	<b>132,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>4,1</b>	<b>1,9%</b>	-	<b>14,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>34,5</b>	<b>15,6%</b>	<b>20,0</b>	<b>31,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>22,5</b>	<b>10,2%</b>	<b>23,0</b>	<b>32,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>9,6</b>	<b>4,3%</b>	-	<b>6,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>283,0</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>42,6</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>285,2</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>5,8</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1757,2</b>	-	-	<b>800,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA: **16 A 18 ANOS**

SEMANA DE: **23/05/2022 À 27/05/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>797,1</b>	-	<b>815</b>		-		<b>97,8%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>119,5</b>	<b>60,0%</b>	<b>112,0</b>	<b>132,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>5,6</b>	<b>2,8%</b>	-	<b>14,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>32,5</b>	<b>16,3%</b>	<b>20,0</b>	<b>31,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>21,0</b>	<b>10,5%</b>	<b>23,0</b>	<b>32,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>9,5</b>	<b>4,8%</b>	-	<b>6,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>292,4</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>49,1</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>275,5</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>5,5</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1727,2</b>	-	-	<b>800,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA: **16 A 18 ANOS**

SEMANA DE: **30/05/2022 À 03/06/2022**

	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
	QUANT.	% V.C.T.*	QUANT.		% V.C.T.*		
			MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>825,4</b>	-	<b>815</b>		-		<b>101,3%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>125,5</b>	<b>60,8%</b>	<b>112,0</b>	<b>132,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>4,1</b>	<b>2,0%</b>	-	<b>14,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>32,8</b>	<b>15,9%</b>	<b>20,0</b>	<b>31,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>21,3</b>	<b>10,3%</b>	<b>23,0</b>	<b>32,0</b>	<b>25,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>9,3</b>	<b>4,5%</b>	-	<b>6,3</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>236,9</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>58,4</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>287,0</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>5,5</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1486,8</b>	-	-	<b>800,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

OFERTA DE GRUPOS ALIMENTARES ESPECÍFICOS			
	SEMANAL	MENSAL	EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)
QUANTIDADE DE HORTIFRUTI (G)	<b>1007,28 GRAMAS</b>	<b>5036,42 GRAMAS</b>	<b>280 G/ SEMANA</b>
FRUTAS	<b>4,8 VEZES</b>	<b>24 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ SEMANA</b>
HORTALIÇAS	<b>12,6 VEZES</b>	<b>63 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE FERRO HEME	<b>5 VEZES</b>	<b>25 VEZES</b>	<b>4 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE VITAMINA A	<b>7,8 VEZES</b>	<b>39 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
PRODUTOS CÁRNEOS INDUSTRIALIZADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
CONSERVAS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/MÊS</b>
LÍQUIDOS LÁCTEOS ADITIVADOS OU ADOÇADOS	<b>3,2 VEZES</b>	<b>16 VEZES</b>	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
BOLACHAS, BOLOS E PÃES	<b>5 VEZES</b>	<b>25 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
DOCES	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
DOCES REGIONAIS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
MARGARINA OU CREME VEGETAL	<b>0,2 VEZES</b>	<b>1 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
GORDURA TRANS DE ORIGEM INDUSTRIAL	<b>0,2 VEZES</b>	<b>1 VEZES</b>	<b>PROIBIDO</b>
ALIMENTOS ULTRA PROCESSADOS	<b>10 VEZES</b>	<b>50 VEZES</b>	-
ALIMENTOS IN NATURA OU MINIMAMENTE PROCESSADOS	<b>79,6 VEZES</b>	<b>398 VEZES</b>	<b>14 VEZES/ SEMANA</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **16 A 18 ANOS**

SEMANA DE: **02/05/2022 À 06/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>581,2</b>	-	<b>543</b>		-		<b>107,0%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>102,6</b>	<b>70,6%</b>	<b>75,0</b>	<b>88,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>9,5</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>25,3</b>	<b>17,4%</b>	<b>75,0</b>	<b>88,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,7</b>	<b>5,3%</b>	<b>15,0</b>	<b>21,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,6</b>	<b>1,1%</b>	-	<b>4,2</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>163,7</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>41,5</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>93,1</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>5,3</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1438,9</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **16 A 18 ANOS**

SEMANA DE: **09/05/2022 À 13/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>569,8</b>	-	<b>543</b>		-		<b>104,9%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>97,2</b>	<b>68,3%</b>	<b>75,0</b>	<b>88,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>9,5</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>26,3</b>	<b>18,5%</b>	<b>75,0</b>	<b>88,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>8,4</b>	<b>5,9%</b>	<b>15,0</b>	<b>21,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,7</b>	<b>1,2%</b>	-	<b>4,2</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>160,5</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>63,3</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>94,6</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>5,0</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1235,8</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **16 A 18 ANOS**

SEMANA DE: **16/05/2022 À 20/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>572,0</b>	-	<b>543</b>		-		<b>105,3%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>99,7</b>	<b>69,7%</b>	<b>75,0</b>	<b>88,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>9,5</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>25,5</b>	<b>17,8%</b>	<b>75,0</b>	<b>88,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,9</b>	<b>5,5%</b>	<b>15,0</b>	<b>21,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,6</b>	<b>1,1%</b>	-	<b>4,2</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>196,0</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>42,0</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>90,2</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,9</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1396,7</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **16 A 18 ANOS**

SEMANA DE: **23/05/2022 À 27/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>496,4</b>	-	<b>543</b>		-		<b>91,4%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>84,6</b>	<b>68,2%</b>	<b>75,0</b>	<b>88,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>9,5</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>23,8</b>	<b>19,2%</b>	<b>75,0</b>	<b>88,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,0</b>	<b>5,6%</b>	<b>15,0</b>	<b>21,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,6</b>	<b>1,3%</b>	-	<b>4,2</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>206,8</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>49,5</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>85,3</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,7</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1394,7</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **16 A 18 ANOS**

SEMANA DE: **30/05/2022 À 03/06/2022**

VALOR MÉDIO SEMANAL							
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>497,6</b>	-	<b>543</b>		-		<b>91,6%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>85,3</b>	<b>68,6%</b>	<b>75,0</b>	<b>88,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>9,5</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>23,5</b>	<b>18,9%</b>	<b>75,0</b>	<b>88,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,0</b>	<b>5,6%</b>	<b>15,0</b>	<b>21,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,5</b>	<b>1,2%</b>	-	<b>4,2</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>157,6</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>33,4</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>85,8</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,7</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1153,5</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

OFERTA DE GRUPOS ALIMENTARES ESPECÍFICOS			
	SEMANAL	MENSAL	EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)
QUANTIDADE DE HORTIFRUTI (G)	<b>1036,48 GRAMAS</b>	<b>5182,42 GRAMAS</b>	<b>280 G/ SEMANA</b>
FRUTAS	<b>4,8 VEZES</b>	<b>24 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ SEMANA</b>
HORTALIÇAS	<b>13,8 VEZES</b>	<b>69 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE FERRO HEME	<b>5 VEZES</b>	<b>25 VEZES</b>	<b>4 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE VITAMINA A	<b>4,2 VEZES</b>	<b>21 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
PRODUTOS CÁRNEOS INDUSTRIALIZADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
CONSERVAS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/MÊS</b>
LÍQUIDOS LÁCTEOS ADITIVADOS OU ADOÇADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
BOLACHAS, BOLOS E PÃES	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ SEMANA</b>
DOCES	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
DOCES REGIONAIS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
MARGARINA OU CREME VEGETAL	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
GORDURA TRANS DE ORIGEM INDUSTRIAL	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>PROIBIDO</b>
ALIMENTOS ULTRA PROCESSADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	-
ALIMENTOS IN NATURA OU MINIMAMENTE PROCESSADOS	<b>75 VEZES</b>	<b>375 VEZES</b>	<b>10 VEZES/ SEMANA</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **19 A 30 ANOS**

SEMANA DE: **02/05/2022 À 06/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>581,2</b>	-	<b>477</b>		-		<b>121,8%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>102,6</b>	<b>70,6%</b>	<b>66,0</b>	<b>77,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,4</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>25,3</b>	<b>17,4%</b>	<b>66,0</b>	<b>77,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,7</b>	<b>5,3%</b>	<b>8,0</b>	<b>16,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,6</b>	<b>1,1%</b>	-	<b>3,7</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>163,7</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>41,5</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>93,1</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>5,3</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1438,9</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **19 A 30 ANOS**

SEMANA DE: **09/05/2022 À 13/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>569,8</b>	-	<b>477</b>		-		<b>119,5%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>97,2</b>	<b>68,3%</b>	<b>66,0</b>	<b>77,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,4</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>26,3</b>	<b>18,5%</b>	<b>66,0</b>	<b>77,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>8,4</b>	<b>5,9%</b>	<b>8,0</b>	<b>16,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,7</b>	<b>1,2%</b>	-	<b>3,7</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>160,5</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>63,3</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>94,6</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>5,0</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1235,8</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.





## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **19 A 30 ANOS**

SEMANA DE: **16/05/2022 À 20/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>572,0</b>	-	<b>477</b>		-		<b>119,9%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>99,7</b>	<b>69,7%</b>	<b>66,0</b>	<b>77,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,4</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>25,5</b>	<b>17,8%</b>	<b>66,0</b>	<b>77,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,9</b>	<b>5,5%</b>	<b>8,0</b>	<b>16,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,6</b>	<b>1,1%</b>	-	<b>3,7</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>196,0</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>42,0</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>90,2</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,9</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1396,7</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **19 A 30 ANOS**

SEMANA DE: **23/05/2022 À 27/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>496,4</b>	-	<b>477</b>		-		<b>104,1%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>84,6</b>	<b>68,2%</b>	<b>66,0</b>	<b>77,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,4</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>23,8</b>	<b>19,2%</b>	<b>66,0</b>	<b>77,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,0</b>	<b>5,6%</b>	<b>8,0</b>	<b>16,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,6</b>	<b>1,3%</b>	-	<b>3,7</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>206,8</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>49,5</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>85,3</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,7</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1394,7</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **19 A 30 ANOS**

SEMANA DE: **30/05/2022 À 03/06/2022**

VALOR MÉDIO SEMANAL							
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	<b>497,6</b>	-	<b>477</b>		-		<b>104,3%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>85,3</b>	<b>68,6%</b>	<b>66,0</b>	<b>77,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,4</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>23,5</b>	<b>18,9%</b>	<b>66,0</b>	<b>77,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,0</b>	<b>5,6%</b>	<b>8,0</b>	<b>16,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,5</b>	<b>1,2%</b>	-	<b>3,7</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>157,6</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>33,4</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>85,8</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,7</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1153,5</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

OFERTA DE GRUPOS ALIMENTARES ESPECÍFICOS			
	SEMANAL	MENSAL	EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)
QUANTIDADE DE HORTIFRUTI (G)	<b>1036,48 GRAMAS</b>	<b>5182,42 GRAMAS</b>	<b>280 G/ SEMANA</b>
FRUTAS	<b>4,8 VEZES</b>	<b>24 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ SEMANA</b>
HORTALIÇAS	<b>13,8 VEZES</b>	<b>69 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE FERRO HEME	<b>5 VEZES</b>	<b>25 VEZES</b>	<b>4 VEZES/ SEMANA</b>
ALIMENTOS FONTES DE VITAMINA A	<b>4,2 VEZES</b>	<b>21 VEZES</b>	<b>3 VEZES/ SEMANA</b>
PRODUTOS CÁRNEOS INDUSTRIALIZADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
CONSERVAS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/MÊS</b>
LÍQUIDOS LÁCTEOS ADITIVADOS OU ADOÇADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
BOLACHAS, BOLOS E PÃES	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ SEMANA</b>
DOCES	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>1 VEZ/ MÊS</b>
DOCES REGIONAIS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
MARGARINA OU CREME VEGETAL	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>2 VEZES/ MÊS</b>
GORDURA TRANS DE ORIGEM INDUSTRIAL	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	<b>PROIBIDO</b>
ALIMENTOS ULTRA PROCESSADOS	<b>0 VEZES</b>	<b>0 VEZES</b>	-
ALIMENTOS IN NATURA OU MINIMAMENTE PROCESSADOS	<b>75 VEZES</b>	<b>375 VEZES</b>	<b>10 VEZES/ SEMANA</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **MAIORES DE 30 ANOS**

SEMANA DE: **02/05/2022 À 06/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>581,2</b>	-	<b>459</b>		-		<b>126,6%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>102,6</b>	<b>70,6%</b>	<b>63,0</b>	<b>75,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,0</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>25,3</b>	<b>17,4%</b>	<b>63,0</b>	<b>75,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,7</b>	<b>5,3%</b>	<b>8,0</b>	<b>15,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,6</b>	<b>1,1%</b>	-	<b>3,6</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>163,7</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>41,5</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>93,1</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>5,3</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1438,9</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **MAIORES DE 30 ANOS**

SEMANA DE: **09/05/2022 À 13/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>569,8</b>	-	<b>459</b>		-		<b>124,1%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>97,2</b>	<b>68,3%</b>	<b>63,0</b>	<b>75,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,0</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>26,3</b>	<b>18,5%</b>	<b>63,0</b>	<b>75,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>8,4</b>	<b>5,9%</b>	<b>8,0</b>	<b>15,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,7</b>	<b>1,2%</b>	-	<b>3,6</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>160,5</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>63,3</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>94,6</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>5,0</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1235,8</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **MAIORES DE 30 ANOS**

SEMANA DE: **16/05/2022 À 20/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>572,0</b>	-	<b>459</b>		-		<b>124,6%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>99,7</b>	<b>69,7%</b>	<b>63,0</b>	<b>75,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,0</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>25,5</b>	<b>17,8%</b>	<b>63,0</b>	<b>75,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,9</b>	<b>5,5%</b>	<b>8,0</b>	<b>15,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,6</b>	<b>1,1%</b>	-	<b>3,6</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>196,0</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>42,0</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>90,2</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,9</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1396,7</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **MAIORES DE 30 ANOS**

SEMANA DE: **23/05/2022 À 27/05/2022**

	VALOR MÉDIO SEMANAL						
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO		
ENERGIA (KCAL):	<b>496,4</b>	-	<b>459</b>		-		<b>108,2%</b>
CARBOIDRATOS (G):	<b>84,6</b>	<b>68,2%</b>	<b>63,0</b>	<b>75,0</b>	<b>55,0%</b>	<b>65,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	<b>0,0</b>	<b>0,0%</b>	-	<b>8,0</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
PROTEÍNAS (G):	<b>23,8</b>	<b>19,2%</b>	<b>63,0</b>	<b>75,0</b>	<b>10,0%</b>	<b>15,0%</b>	<b>EXCEDE</b>
GORDURAS (G):	<b>7,0</b>	<b>5,6%</b>	<b>8,0</b>	<b>15,0</b>	<b>15,0%</b>	<b>30,0%</b>	<b>INSUFICIENTE</b>
G. SATURADAS (G):	<b>1,6</b>	<b>1,3%</b>	-	<b>3,6</b>	-	<b>7,0%</b>	<b>ADEQUADO</b>
VITAMINA A (MCG):	<b>206,8</b>	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	<b>49,5</b>	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	<b>85,3</b>	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	<b>4,7</b>	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	<b>1394,7</b>	-	-	<b>600,0</b>	-	-	<b>EXCEDE</b>

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.



## ENSINO FUNDAMENTAL - MÉDIO - EJA - CURSINHO

PERÍODO: **NOTURNO**

FAIXA ETÁRIA: **MAIORES DE 30 ANOS**

SEMANA DE: **30/05/2022 À 03/06/2022**

VALOR MÉDIO SEMANAL							
	OFERTADO		EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)				ADEQUAÇÃO
			QUANT.		% V.C.T.*		
	QUANT.	% V.C.T.*	MÍNIMO	MÁXIMO	MÍNIMO	MÁXIMO	
ENERGIA (KCAL):	497,6	-	459		-		108,4%
CARBOIDRATOS (G):	85,3	68,6%	63,0	75,0	55,0%	65,0%	EXCEDE
AÇÚCAR ADICIONADO (G):	0,0	0,0%	-	8,0	-	7,0%	ADEQUADO
PROTEÍNAS (G):	23,5	18,9%	63,0	75,0	10,0%	15,0%	EXCEDE
GORDURAS (G):	7,0	5,6%	8,0	15,0	15,0%	30,0%	INSUFICIENTE
G. SATURADAS (G):	1,5	1,2%	-	3,6	-	7,0%	ADEQUADO
VITAMINA A (MCG):	157,6	-	-	-	-	-	-
VITAMINA C (MG):	33,4	-	-	-	-	-	-
CÁLCIO (MG):	85,8	-	-	-	-	-	-
FERRO (MG):	4,7	-	-	-	-	-	-
SÓDIO (MG):	1153,5	-	-	600,0	-	-	EXCEDE

OFERTA DE GRUPOS ALIMENTARES ESPECÍFICOS			
	SEMANAL	MENSAL	EXIGÊNCIA LEGAL (RES. FNDE Nº6/20 E Nº20/20)
QUANTIDADE DE HORTIFRUTI (G)	1036,48 GRAMAS	5182,42 GRAMAS	280 G/ SEMANA
FRUTAS	4,8 VEZES	24 VEZES	2 VEZES/ SEMANA
HORTALIÇAS	13,8 VEZES	69 VEZES	3 VEZES/ SEMANA
ALIMENTOS FONTES DE FERRO HEME	5 VEZES	25 VEZES	4 VEZES/ SEMANA
ALIMENTOS FONTES DE VITAMINA A	4,2 VEZES	21 VEZES	3 VEZES/ SEMANA
PRODUTOS CÁRNEOS INDUSTRIALIZADOS	0 VEZES	0 VEZES	2 VEZES/ MÊS
CONSERVAS	0 VEZES	0 VEZES	1 VEZ/MÊS
LÍQUIDOS LÁCTEOS ADITIVADOS OU ADOÇADOS	0 VEZES	0 VEZES	1 VEZ/ MÊS
BOLACHAS, BOLOS E PÃES	0 VEZES	0 VEZES	2 VEZES/ SEMANA
DOCES	0 VEZES	0 VEZES	1 VEZ/ MÊS
DOCES REGIONAIS	0 VEZES	0 VEZES	2 VEZES/ MÊS
MARGARINA OU CREME VEGETAL	0 VEZES	0 VEZES	2 VEZES/ MÊS
GORDURA TRANS DE ORIGEM INDUSTRIAL	0 VEZES	0 VEZES	PROIBIDO
ALIMENTOS ULTRA PROCESSADOS	0 VEZES	0 VEZES	-
ALIMENTOS IN NATURA OU MINIMAMENTE PROCESSADOS	75 VEZES	375 VEZES	10 VEZES/ SEMANA

\* V.C.T. = VALOR CALÓRICO TOTAL

Elaboração:

Nutricionista Marina de Queiroz Freire - CRN3: 24.087

Cardápio sujeito à alterações conforme necessidade.