



INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO CEARÁ
Rua Antônio Teixeira Benevides, 01, - CEP 63660-000 - Tauá - CE - www.ifce.edu.br

TERMO DE REFERÊNCIA

Processo: 23263.002585/2021-40

Interessado: Geirla Jane Freitas da Silva

IFCE – Campi Canindé e Tauá
PREGÃO por SRP Nº 01/2022
(Processo Administrativo n.º 23263.002585/2021-40)

1. DO OBJETO

1.1. Contratação de empresa especializada na prestação de Serviço de Alimentação e Nutrição, sob demanda, por meio da operacionalização e do desenvolvimento de todas as atividades envolvidas no fornecimento e distribuição de refeições prontas e transportadas, destinadas aos estudantes do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará – IFCE – Campi Canindé e Tauá, conforme condições, quantidades e exigências estabelecidas neste instrumento.

1.1.1. Para um correto dimensionamento das propostas, considerar os dados da tabela abaixo:

GRUPO I: Caracterização e Estimativa de Quantitativo por Tipos de Refeição para Estudantes do IFCE Campus Canindé								
CATSER	Refeição	Perfil do Público	Média da Faixa Calórica*	Nº de refeições diárias	Dias letivos	Quantidade total	Valor unitário	Valor total
3697	Lanches da manhã	Adolescentes e jovens	450 kcal	360	200	72.000	R\$ 7,80	R\$ 561.600,00
	Almoço	Adolescentes	1000 kcal	138	200	27.600	R\$ 14,70	R\$ 405.720,00
	Lanches da tarde	Adolescentes e jovens	450 kcal	360	200	72.000	R\$ 7,80	R\$ 561.600,00
	Lanches da noite	Adolescentes e jovens	450 kcal	180	200	36.000	R\$ 7,80	R\$ 280.800,00
TOTAL				1.038	800	207.600	R\$ 38,10	R\$ 1.809.720,00

GRUPO II: Caracterização e Estimativa de Quantitativo por Tipos de Refeição para Estudantes do IFCE Campus Tauá								
CATSER	Refeição	Perfil do Público	Média da Faixa Calórica*	Nº de refeições diárias	Dias letivos	Quantidade total	Valor unitário	Valor total
3697	Lanches da manhã	Adolescentes	450 kcal	193	200	38.600	R\$ 7,80	R\$ 301.080,00
	Almoço	Adolescentes	1000 kcal	193	200	38.600	R\$ 14,70	R\$ 567.420,00
	Lanches da tarde	Adolescentes e jovens	450 kcal	240	200	48.000	R\$ 7,80	R\$ 374.400,00
	Lanches da noite	Adolescentes e Jovens	450 kcal	211	200	42.200	R\$ 7,80	R\$ 329.160,00
				837	800	167.400	R\$ 38,10	R\$ 1.572.060,00

- 1.2. A licitação visa atender exclusivamente as demandas das unidades do IFCE, não sendo aceitas manifestações de interesse de outros órgãos ou entidades públicas.
- 1.3. Para a comunidade de estudantes dos cursos do IFCE *Campi* Canindé e Tauá, o objeto da licitação tem a natureza de serviço continuado do fornecimento de refeições prontas e transportadas sob demanda, produzidas nas dependências da Contratada, na modalidade lanches (manhã, tarde e noite) e almoços.
- 1.4. Os quantitativos estimados no ano de 2022 e respectivos códigos são discriminados na tabela acima.
- 1.5. O agrupamento dos itens dá-se em função de serem prestados por empresas do segmento de alimentos e, especialmente, pelo fato de não ser razoável/eficiente que a Administração contrate várias empresas para fornecer os itens objeto desta licitação, sob risco de prejuízo à economicidade e ao próprio erário pela inviabilização de se encontrar a proposta mais vantajosa ante a perda de economia de escala.
- 1.6. A presente contratação adotará como regime de execução a Empreitada por Preço Unitário.
- 1.7. O prazo de vigência do contrato é de 12 (doze) meses, podendo ser prorrogado por interesse das partes até o limite de 60 (sessenta) meses, com base no artigo 57, II, da Lei 8.666, de 1993.

2. JUSTIFICATIVA E OBJETIVO DA CONTRATAÇÃO

- 2.1. A Justificativa e objetivo da contratação encontram-se pormenorizados em Tópico específico dos Estudos Técnicos Preliminares, apêndice deste Termo de Referência.

3. DESCRIÇÃO DA SOLUÇÃO:

- 3.1. A descrição da solução como um todo encontra-se pormenorizada em Tópico específico dos Estudos Técnicos Preliminares, apêndice deste Termo de Referência.

4. DA CLASSIFICAÇÃO DOS SERVIÇOS E FORMA DE SELEÇÃO DO FORNECEDOR

- 4.1. Trata-se de serviço comum, de caráter continuado e sem fornecimento de mão de obra em regime de dedicação exclusiva, a ser contratado mediante licitação, na modalidade pregão eletrônico por sistema de registro de preços - SRP.
- 4.2. Os serviços a serem contratados enquadram-se nos pressupostos do Decreto nº 9.507, de 21 de setembro de 2018, não se constituindo em quaisquer das atividades, previstas no art. 3º do aludido decreto, cuja execução indireta é vedada.
- 4.3. A prestação dos serviços não gera vínculo empregatício entre os empregados da Contratada e a Administração Contratante, vedando-se qualquer relação entre estes que caracterize pessoalidade e subordinação direta.

5. REQUISITOS DA CONTRATAÇÃO

- 5.1. Conforme Estudos Preliminares, os requisitos da contratação abrangem o seguinte:
 - 5.1.1. Serviço continuado, sem fornecimento de mão de obra em regime de dedicação exclusiva;
 - 5.1.2. O serviço terá natureza continuada, por meio do atendimento dos seguintes requisitos estampados no art. 15, da Instrução Normativa nº 05/2017/SEGES/MPDG e na Instrução Normativa nº 4/2020 do IFCE: Trata-se de serviço essencial e contínuo, pois o IFCE - *Campi* Canindé e Tauá fornecem diariamente refeições aos alunos matriculados nos cursos de nível técnico integrado, técnico subsequente e de nível superior. Ademais, os Campi Canindé e Tauá não dispõem de infraestrutura e recursos humanos para o atendimento desse serviço, necessitando da contratação de empresa especializada para o preparo, transporte e distribuição da alimentação escolar.
 - 5.1.3. Será celebrado contrato com a adjudicatária, com vigência de 12 (doze) meses, de acordo com o que estabelece a Lei nº 8.666/93, conforme modelo a ser elaborado pelo setor competente. O prazo de vigência do contrato, devidamente justificado e no interesse da Administração, poderá ser prorrogado por iguais e sucessivos períodos, limitado a 60 (sessenta) meses de acordo com o previsto no Art. 57 da Lei nº 8.666/93.
 - 5.1.4. Foram analisadas contratações similares feitas por outros órgãos e entidades, por meio de consulta a outros editais, com o objetivo de identificar a existência de novas metodologias, tecnologias ou inovações que melhor atendessem às necessidades da Administração, o que levou a constatar que os outros órgãos e entidades contratam pessoa jurídica para fornecimento de refeições condizente com a forma de aquisição adotada por esta Administração.
 - 5.1.5. Além dos pontos acima, o adjudicatário deverá apresentar declaração de que tem pleno conhecimento das condições necessárias para a prestação do serviço como requisito para celebração do contrato.

6. LOCAIS DE PRESTAÇÃO DOS SERVIÇOS

6.1. A distribuição/porcionamento das refeições será realizada nas dependências dos *campi* participantes. No IFCE - *Campus* Canindé o endereço é: Br 020, Km 303, Distrito de Jubaia, Canindé – CE, CEP: 62700-000. No IFCE *Campus* Tauá o endereço é: Rua Antônio Teixeira Benevides, Nº 01, Bairro Colibris, CEP: 63660-000, Tauá - CE.

6.1.1. O serviço poderá, a critério da Administração, ser prestado em outros locais na cidade que porventura venham a ser geridos pelos *campi* participantes.

6.1.2. As demais etapas do processo de produção da alimentação serão realizadas nas dependências da CONTRATADA, em local por esta definido e informado à CONTRATANTE. Qualquer mudança de estrutura física ou de endereço deve ser comunicada à contratante antecipadamente.

6.2. Fornecimento de insumos, materiais, equipamentos e mobiliários:

6.2.1. O serviço a ser prestado é de refeições prontas e transportadas, o que implica que toda a operacionalização e custos serão de responsabilidade da CONTRATADA. O local de produção dessas refeições não deve exceder o raio de 30 km do local de distribuição até a CONTRATANTE.

6.2.2. Os serviços incluem ainda a instalação nas dependências da CONTRATANTE de balcões térmicos, refresqueiras e demais equipamentos necessários para a distribuição das refeições; controle de comensais; acompanhamento do nível de satisfação (Painel de Satisfação) e desperdício da clientela (balança para pesagem das refeições); fornecimento de demais equipamentos e materiais de consumo em geral (utensílios, talheres, porta-talheres, porta-guardanapos, lixeiras, bandejas, pratos, copos, descartáveis, uniformes, EPI's, materiais de limpeza para higienização dos utensílios e equipamentos utilizados na distribuição, dentre outros necessários à perfeita execução do serviço); mão de obra especializada; pessoal técnico, operacional e administrativo em número suficiente; transporte adequado para o uso exclusivo e compatível com o volume de refeições, observadas às normas vigentes da vigilância sanitária.

7. CRITÉRIOS DE SUSTENTABILIDADE

7.1. A CONTRATADA deve estabelecer medidas de redução de consumo e uso racional da água.

7.2. A CONTRATADA deve adotar procedimentos corretos com uso adequado da água que promovam economia e evitem desperdícios, sem, no entanto, deixar de garantir a adequada higienização do ambiente, dos alimentos, utensílios e pessoal.

7.3. Devem ser verificadas periodicamente os sistemas de aquecimento e refrigeração. A formação de chamas amareladas, fuligem nos recipientes e gelo podem ser sinais de mau funcionamento dos equipamentos, manutenção inadequada ou utilização de combustível de má qualidade.

7.4. Devem ser verificadas o local da instalação dos sistemas de aquecimento para que correntes de ar não apaguem as chamas.

7.5. As luzes dos ambientes não ocupados devem ser desligadas e apenas as luzes necessárias devem ser mantidas acesas.

7.6. Devem ser realizadas verificações e, se for o caso, manutenções periódicas nos seus aparelhos elétricos, extensões etc., além de se evitar ao máximo o uso de extensões elétricas.

7.7. A CONTRATADA deve repassar a seus empregados todas as orientações referentes à redução do consumo de energia fornecidas pela CONTRATANTE.

7.8. A nutricionista da CONTRATADA, sempre que possível, deverá adequar nos cardápios a prática de reutilização de partes não convencionais de alimentos, propiciando uma maior economia, uma melhoria na qualidade da alimentação e reduzindo a produção de resíduos de alimentos.

7.9. Na formulação do cardápio diário, devem ser observadas a sazonalidade de alguns alimentos, além de todas as possibilidades de aproveitamento dos gêneros alimentícios.

7.10. A Nutricionista da CONTRATADA deverá evitar desperdícios de gêneros alimentícios, que podem ser aplicados na formulação de refeições que utilizam partes não convencionais de alimentos, desde que atenda às necessidades nutricionais diárias recomendadas. Tais sugestões devem ser repassadas a Nutricionista da CONTRATANTE, para aprovação e incorporação ao cardápio.

7.11. Enriquecer os cardápios com as ideias de não desperdício de gêneros alimentícios, observando a manutenção da equivalência mínima de necessidades nutricionais diárias recomendadas, reduzindo desperdícios, produção e destinação de resíduos alimentares, além de reduzir custos.

7.12. A Nutricionista da CONTRATADA poderá privilegiar, na preparação dos cardápios, produtos alimentícios próprios da época, levando em conta a sazonalidade dos insumos, devendo ainda submeter à CONTRATANTE a aprovação de tais substituições.

7.13. A equipe da CONTRATADA deve utilizar procedimentos indispensáveis para preservar o valor nutritivo dos alimentos.

8. VISTORIA PARA A LICITAÇÃO

8.1. Para o correto dimensionamento e elaboração de sua proposta, o licitante poderá realizar vistoria nas instalações dos locais de execução dos serviços, acompanhado por servidor designado para esse fim, de segunda à sexta-feira, das 08 horas às 12 horas e das 14 às 16 horas.

- 8.2. O prazo para a vistoria iniciar-se-á no dia útil seguinte ao da publicação do Edital, estendendo-se até o dia útil anterior à data prevista para a abertura da sessão pública.
- 8.3. Para a vistoria, o licitante ou o seu representante legal deverá estar devidamente identificado, apresentando documento de identidade civil e documento expedido pela empresa comprovando sua habilitação para a realização da vistoria.
- 8.4. No caso de o licitante optar em realizar a vistoria, poderá agendá-la com uma antecedência mínima de 24 (vinte e quatro) horas antes da visita pelos e-mails cac.caninde@ifce.edu.br (Órgão gerenciador – *Campus Canindé*) e cac.taua@ifce.edu.br (Órgão participante – *Campus Tauá*).
- 8.5. A não realização da vistoria, quando facultativa, não poderá embasar posteriores alegações de desconhecimento das instalações, dúvidas ou esquecimentos de quaisquer detalhes dos locais da prestação dos serviços, devendo a licitante vencedora assumir os ônus dos serviços decorrentes.
- 8.6. A licitante deverá declarar que tomou conhecimento de todas as informações e das condições locais para o cumprimento das obrigações do objeto da Licitação.
- 8.7. A licitante que não realizar a vistoria, deverá apresentar declaração de que não realizou a mesma, mas responsabiliza-se pela ocorrência de eventuais prejuízos em virtude de sua omissão na verificação dos locais de execução dos serviços, com vistas a proteger o interesse da Administração na fase de execução do contrato.

9. MODELO DE EXECUÇÃO DO OBJETO

9.1. Modelo de Execução do Objeto -

9.1.1. A execução do objeto seguirá a seguinte dinâmica:

9.1.1.1. A empresa vencedora deverá manter supervisão dos serviços ora contratados, através de um (a) Nutricionista responsável técnico (RT), que deve estar em seu quadro funcional, de forma a assegurar o fiel cumprimento do Instrumento contratual e das orientações do IFCE.

9.1.1.2. As refeições deverão ser preparadas fora das dependências do IFCE - *Campi Canindé* e *Tauá*. A CONTRATADA utilizará as dependências da CONTRATANTE apenas para fazer a distribuição das refeições. A destinação das sobras e rejeitos alimentares será de inteira responsabilidade da CONTRATADA.

9.1.1.3. O fornecimento dos gêneros e produtos alimentícios, materiais de consumo (materiais de higiene e limpeza, entre outros), mão-de-obra especializada operacional e administrativa em quantidades suficientes para desenvolver todas as atividades previstas, serão de responsabilidade da CONTRATADA, observadas as normas vigentes de vigilância sanitária e outros preceitos legais.

9.1.1.4. As refeições prontas deverão ser transportadas às dependências do INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO CEARÁ – IFCE *CAMPI CANINDÉ* E *TAUÁ* e servidas no *campus* diariamente, de segunda a sexta-feira, inclusive os sábados letivos, manhã, tarde e noite. A contratada deverá chegar ao *campus* para a organização do serviço com antecedência mínima de 15 minutos do início da distribuição das refeições. Para o *campus* *Tauá*, os horários estabelecidos para distribuição de cada refeição são: almoço (11:30 às 13:00), lanche manhã (9:30 às 9:45), lanche tarde (15:00 às 15:15) e lanche noite (20:00 às 20:15). Para o *campus* *Canindé*, lanche da manhã: 9h15 às 10h; Almoço: 11h30 às 13h; Lanche da tarde: 15h15 às 16h; Lanche da noite: 20h às 20h20.

9.1.1.5. IFCE - *Campi Canindé* e *Tauá* disponibilizarão as instalações físicas, hidráulicas e elétricas necessárias para a distribuição das refeições.

9.1.1.6. A prestação dos serviços deverá ser iniciada no prazo máximo de até 10 (dez) dias, contados a partir da solicitação feita através da Ordem de Serviço e Nota de Empenho pela CONTRATANTE e deverá ser rigorosamente obedecido.

9.1.1.7. As refeições preparadas poderão ser servidas sob o sistema de cafeteria mista (na qual parte das preparações são porcionadas e servidas por funcionários capacitados e parte são servidas pelos próprios comensais) ou sob a forma de prato pronto/marmita, a depender da decisão do (a) Nutricionista da CONTRATANTE. Essa decisão ocorrerá baseando-se na situação de emergência em saúde pública causado pela pandemia do novo coronavírus, com o objetivo de reduzir os riscos de contaminação na comunidade.

9.1.1.8. Poderá ser demandado à CONTRATADA, de forma oficial e com a antecedência necessária, o fornecimento de refeições para atender demandas especiais.

9.1.1.9. A higienização dos utensílios utilizados pelos comensais, tais como pratos, bandejas e talheres, assim como a higienização de utensílios maiores, como cubas e caixas térmicas deverá ser realizada fora das dependências da CONTRATANTE, sendo de responsabilidade da CONTRATADA.

9.1.1.10. A higienização do local de distribuição das refeições (limpeza dos balcões de distribuição, das mesas, cadeiras, piso) será de responsabilidade da CONTRATADA.

9.2. Tão logo o processo licitatório seja finalizado e estiver em condições de contratação, a execução dos serviços será iniciada, na forma que segue:

9.3. As quantidades das refeições não são fixas, podendo variar de acordo com a necessidade do serviço, número de alunos, período de férias, turnos de entrada de turmas ingressantes, feriados prolongados, etc., sendo pago a CONTRATADA apenas o efetivamente consumido.

9.4. A CONTRATADA deverá preparar e servir os alimentos no mesmo dia, não sendo permitido, sob hipótese alguma, o reaproveitamento de qualquer componente da refeição preparada e não servida, para pratos futuros, devendo ser descartados

imediatamente após o prazo de validade da refeição para a qual eles foram destinados.

9.5. A CONTRATADA deverá priorizar o uso de ervas aromáticas e especiarias naturais (frescas ou desidratadas), evitando o uso de condimentos industrializados, sendo proibida a utilização de temperos caseiros, maionese ou preparações feitas com ovos crus, bem como o uso de substâncias industrializadas para amaciamento de carnes ou de outros aditivos químicos com a finalidade de modificar as características desses gêneros alimentícios.

9.6. A CONTRATADA deverá disponibilizar opções de cardápios convencionais bem como cardápios para fins especiais para atender aos alunos com necessidades nutricionais específicas nos quatro tipos de refeição descritos, tais como doença celíaca, diabetes, hipertensão, anemias, alergias, ovolactovegetarianismo, veganismos e intolerâncias alimentares, dentre outras. As demandas por essas refeições serão recebidas e avaliadas pela Nutricionista da CONTRATANTE e encaminhadas à CONTRATADA, que terá um prazo máximo de 5 dias úteis a partir da data de recebimento para iniciar o fornecimento.

9.7. As sugestões de cardápios elaborados pela Nutricionista da CONTRATADA deverão ser enviados com antecedência mensal à Nutricionista da CONTRATANTE, acompanhados de Fichas Técnicas de Preparo, que deverão conter informações sobre o tipo de refeição, o nome da preparação, per capita e ingredientes em acordo com os parâmetros nutricionais adequados ao público-alvo, bem como as informações nutricionais de energia, macronutrientes, micronutrientes prioritários (vitaminas A e C, magnésio, ferro, zinco e cálcio) e fibras. Os cardápios devem apresentar, ainda, a identificação (nome e CRN) e a assinatura do Nutricionista responsável por sua elaboração.

9.8. A CONTRATADA deverá elaborar as Fichas Técnicas de Preparo do cardápio elaborado pela Nutricionista da CONTRATANTE, caso haja alguma modificação na formulação original, em quaisquer das informações.

9.9. Os cardápios serão avaliados por Nutricionista da CONTRATANTE conforme o Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (IQ COSAN), adotado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação - FNDE, que visa verificar se os cardápios elaborados atendem às diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar e aos pilares de uma alimentação adequada e saudável.

10. MATERIAIS A SEREM DISPONIBILIZADOS

10.1. Os materiais necessários para a perfeita execução do objeto encontram-se pormenorizados em Tópico específico dos Estudos Técnicos Preliminares, apêndice deste Termo de Referência.

11. INFORMAÇÕES RELEVANTES PARA O DIMENSIONAMENTO DA PROPOSTA

11.1. Qualidade do processo produtivo:

11.1.1. Todo o processo de produção de alimentos deverá obedecer aos critérios estabelecidos em legislações específicas da área, de acordo com a APPCC/ BPF (portaria MS nº 1428/ 1993, portaria MS nº 326/ 1997, RDC nº 275/ 2002, RDC nº 216/ 2004); POP (RDC nº 275/ 2002 da ANVISA).

11.1.2. Devido a situação de emergência em saúde pública causada pela pandemia do novo coronavírus, os processos produtivos de alimentação da CONTRATANTE deverão obrigatoriamente serem adaptados às novas recomendações e posteriores atualizações das Normas Técnicas da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), a fim de oferecer segurança à clientela do campus.

11.1.3. A aquisição de gêneros alimentícios por parte da CONTRATADA deve estar embasada nas Instruções Normativas do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (MAPA) e nas Normas Legislativas do Ministério da Saúde.

11.1.4. A CONTRATANTE poderá solicitar à CONTRATADA a substituição ou modificação de um gênero, caso esse não esteja em conformidade com os padrões estabelecidos, além de uma cópia do Manual de Boas Práticas, dos Procedimentos Operacionais Padronizados (POPs) e Planos de Ações como objeto de acompanhamento e fiscalização.

11.1.5. Em hipótese alguma o cardápio poderá ser alterado sem o prévio consentimento da fiscalização da CONTRATANTE.

11.2. Outras informações relevantes para o dimensionamento da proposta encontram-se pormenorizados em Tópico específico dos Estudos Técnicos Preliminares, apêndice deste Termo de Referência.

11.3. Características do IFCE - *Campus Canindé*:

11.3.1. As refeições padrões para lanche manhã, almoço, lanche tarde e lanche noite devem conter a composição de acordo com os parâmetros técnicos nutricionais definidos pela Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020 e pela Resolução nº 20, de 02 de dezembro de 2020, conforme quadro que se segue.

Caracterização e Estimativa de Quantitativo por Tipos de Refeição para Estudantes do IFCE <i>Campus Canindé</i>					
Refeição	Perfil do Público	Média da Faixa Calórica*	Nº de refeições diárias	Dias letivos	Quantidade total
Lanches da manhã	Adolescentes e jovens	450 kcal	360	200	72.000
Almoço	Adolescentes	1000 kcal	138	200	27.600
Lanches da	Adolescentes e	450 kcal	360	200	72.000

tarde	jovens				
Lanches da noite	Adolescentes e jovens	450 kcal	180	200	36.000

* As faixas calóricas das refeições poderão variar desde que se respeitem os parâmetros estabelecidos no anexo III da Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020 e pela Resolução nº 20, de 02 de dezembro de 2020, de acordo com o público alvo.

11.4. Caracterização da refeição tipo lanche completo:

11.4.1. Para a categoria “Lanches Completos”, a CONTRATADA deverá servir entre as 48 (quarenta e oito) opções descritas abaixo, conforme cardápio vigente no período. Esses lanches deverão ser produzidos pela CONTRATADA, observando rigorosamente as Fichas Técnicas elaboradas pela mesma e disponibilizadas ao CONTRATANTE com pelo menos uma semana de antecedência do início da oferta da preparação. Poderá ser solicitado a CONTRATADA o fornecimento de lanches para o atendimento de condições específicas como doença celíaca, diabetes, hipertensão, anemias, alergias, ovolactovegetarianismo, veganismos e intolerâncias alimentares, dentre outras. Tais demandas serão enviadas à empresa pela CONTRATANTE. Nos cardápios dos lanches em período parcial deverá ofertar, obrigatoriamente, no mínimo 280g/estudantes/semana de frutas in natura, legumes e verduras, assim distribuídos:

I - Frutas in natura, no mínimo, dois dias por semana;

II - Hortaliças, no mínimo, três dias por semana.

11.4.2. A CONTRATANTE poderá solicitar à CONTRATADA sugestão de preparações para variação do cardápio, que deverá ser ofertado juntamente com as Fichas Técnicas de Preparo.

11.4.3. Caso seja de interesse do CONTRATANTE, poderá ser solicitado à CONTRATADA o fornecimento apenas de uma parte dos lanches (refeição ou bebida), devendo a CONTRATADA estimar o custo individual de cada uma dessas partes. A CONTRATANTE deverá informar a CONTRATADA sobre essa decisão e quais dias serão necessários com antecedência mínima de 5 dias.

11.4.4. A composição das bebidas à base de frutas deverá seguir as normativas do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento –MAPA.

11.4.5. O cardápio deverá respeitar os parâmetros estabelecidos pelo IQ COSAN quanto à frequência e qualidade preconizados.

11.4.6. As preparações deverão variar ao longo do dia e da semana, de forma que não se repita a mesma preparação no mesmo dia, preferencialmente.

11.4.7. O cardápio de lanches completos constará das preparações listadas no quadro abaixo, além de algumas sugeridas pela CONTRATADA, desde que aprovada pela CONTRATANTE. A nutricionista da CONTRATANTE definirá a sequência das preparações no cardápio.

Item	Descrição	Categoria
1	Salada de Fruta com Bebida Láctea	Lanche da manhã
2	Salada de Frutas + Biscoito Salgado	Lanche da manhã
3	Sanduíche de Ovo + Suco de fruta	Lanche da manhã
4	Sanduíche de Frango + Suco de fruta	Lanche da manhã
5	Sanduíche de Carne + Suco de fruta	Lanche da manhã
6	Sanduíche Integral de Queijo + Leite com Cacau	Lanche da manhã
7	Vitamina de Banana, Mamão e Mucilon + Biscoito doce	Lanche da manhã
8	Mingau de Macaxeira com Leite de Coco + Banana	Lanche da manhã
9	Tapioca de Coco + Leite com Cacau + Fruta	Lanche da manhã
10	Tapioca com ovo + Suco de fruta	Lanche da manhã
11	Creme de frango com arroz + Fruta	Lanche da manhã
12	Canja com pão francês + Suco de fruta	Lanche da manhã
13	Cuscuz com Soja Temperada + Suco de fruta	Lanche da manhã
14	Cuscuz com ovos mexidos + Café com Leite	Lanche da manhã
15	Cuscuz com Queijo + Suco de fruta	Lanche da manhã
16	Cuscuz com carne moída + Café com Leite	Lanche da manhã
17	Risoto de frango + Fruta	Lanche da manhã
18	Tapioca com queijo + Suco de fruta	Lanche da tarde
19	Iogurte com biscoito de maisena + Fruta	Lanche da tarde
20	Sanduíche integral de queijo e tomate + Suco de fruta	Lanche da tarde
21	Torta de frango com legumes + Suco de fruta	Lanche da tarde
22	Cuscuz com frango + Suco de fruta	Lanche da tarde
23	Baião de três + Suco de fruta	Lanche da tarde
24	Baião de dois com paçoca + Fruta	Lanche da tarde

25	Omelete nutritiva + leite com café + Fruta	Lanche da tarde
26	Vitamina de frutas + Bolo	Lanche da tarde
27	Cuscuz com ovos mexidos + Café com Leite	Lanche da tarde
28	Pão com patê de frango + Suco de fruta	Lanche da tarde
29	Iogurte natural batido com banana + Macaxeira cozida	Lanche da tarde
30	Arroz a grega com frango + Fruta	Lanche da tarde
31	Risoto de carne + Fruta	Lanche da tarde
32	Escondidinho de batata com carne do sol e vegetais + fruta	Lanche da tarde
33	Macarronada à bolonhesa + Suco de fruta	Lanche da noite
34	Vitamina de fruta + Bolo	Lanche da noite
35	Sopa de feijão + Fruta	Lanche da noite
36	Cuscuz com queijo + Suco de fruta	Lanche da noite
37	Arroz colorido com carne moída + Fruta	Lanche da noite
38	Sopa de carne com pão + Fruta	Lanche da noite
39	Sanduiche de ovos + Suco de fruta	Lanche da noite
40	Iogurte sabor morango + batata doce cozida com ovo	Lanche da noite
41	Sanduiche integral de patê de frango com suco de fruta	Lanche da noite
42	Risoto de carne + Fruta	Lanche da noite
43	Escondidinho de macaxeira com carne do sol e vegetais + Fruta	Lanche da noite
44	Pão francês com queijo + Café com leite	Lanche da noite
45	Cuscuz com carne + Suco de fruta	Lanche da noite
46	Macarrão parafuso com carne + Suco 6.3de Fruta	Lanche da noite
47	Baião de três + suco de fruta	Lanche da noite
48	Macaxeira cozida com frango + fruta	Lanche da noite

11.4.8. A CONTRATADA deverá seguir rigorosamente as Fichas Técnicas de Preparo dos lanches disponibilizadas por ela à CONTRATANTE.

11.4.9. O nível de satisfação da clientela deverá ser acompanhado por tipo de preparação e por turno por meio de metodologia de Resto Ingestão e Escala Hedônica. A frequência das preparações deve ser coerente com o grau de satisfação obtido, a fim de reduzir desperdícios.

11.5. Caracterização de refeição tipo almoço:

11.5.1. O cardápio do almoço constará das preparações proteicas listadas no quadro abaixo, além de algumas sugeridas pela CONTRATADA, desde que aprovada pela CONTRATANTE, com suas respectivas Fichas Técnicas de Preparo. A nutricionista da CONTRATANTE definirá a sequência das preparações no cardápio.

11.5.2. O cardápio do almoço deverá oferecer, no mínimo, quatro porções de frutas e hortaliças por semana (520g/ aluno/semana), sendo que as bebidas à base de frutas não substituem a obrigatoriedade da oferta de frutas in natura.

11.5.3. As preparações das proteínas poderão sofrer variações em seus molhos ou acompanhamentos, de acordo com o cardápio aprovado pela CONTRATANTE.

ITEM	DESCRIÇÃO	CATEGORIA
1	Assado de Panela com Molhos Variados	Almoço
2	Coxa e Sobrecoxa de Frango ao Molho	Almoço
3	Lombo Suíno	Almoço
4	Filé de Frango	Almoço
5	Isca de Carne	Almoço
6	Frango com Farofa	Almoço
7	Cubos de Frango	Almoço
8	Omelete	Almoço
9	Bife	Almoço
10	Frango com Legumes	Almoço
11	Escondidinho	Almoço
12	Frango à Passarinho	Almoço
13	Carne de Sol	Almoço
14	Filé de Peixe	Almoço
15	Panqueca	Almoço

11.5.4. O cardápio do almoço poderá ser servido em balcão de distribuição térmico instalado pela empresa em quantidade suficiente para o total de estudantes dos cursos de matriz integral ou, devido a situação de emergência em saúde pública causada pela pandemia do novo coronavírus, a refeição deverá ser servida por meio de prato pronto/ quentinha, a ser porcionado por funcionário capacitado da empresa, nas gramaturas definidas neste TR.

11.5.5. A escolha da forma com que a refeição será servida durante a vigência do contrato (prato pronto/ quentinha ou balcão de distribuição) dependerá da decisão da CONTRATANTE.

11.5.6. A combinação das preparações deverá obedecer ao cardápio elaborado do período.

11.6. A refeição deverá contemplar o seguinte padrão:

11.6.1. Prato principal: 02 opções de pratos proteicos porcionado por funcionário capacitado da empresa. O cliente deverá optar por um, por isso ambas devem permanecer disponíveis até o final do serviço.

11.6.2. Prato principal vegano e/ou para fins especiais: 01 opção ofertada de acordo com a demanda apresentada pelos estudantes ou quando o prato principal incluir ingredientes restritos a estudantes com necessidades alimentares especiais, porcionado por funcionário capacitado da empresa. Tais demandas serão enviadas à empresa pela CONTRATANTE.

11.6.3. Guarnição básica: 02 opções, incluindo arroz branco ou composto ou integral ou baião de dois e feijão, porcionado pelo comensal, caso a refeição seja servida em balcões de distribuição. Caso seja na forma de prato pronto/ quentinha, o porcionamento deverá ser realizado por funcionário devidamente capacitado.

11.6.4. Guarnição variável: 01 opção, em combinação com o prato principal (exemplo: macarrão, farofa, cuscuz, purê, pirão, batata palha, etc.) porcionado pelo comensal, caso a refeição seja servida em balcões de distribuição. Caso seja na forma de prato pronto/ quentinha, o porcionamento deverá ser realizado por funcionário devidamente capacitado.

11.6.5. Salada crua e/ou salada cozida: 02 opções, dando prioridades aos vegetais da estação, com variedade e qualidade, porcionado pelo comensal, caso a refeição seja servida em balcões de distribuição. Caso seja na forma de prato pronto/ quentinha, o porcionamento deverá ser realizado por funcionário devidamente capacitado.

11.6.6. Sobremesa: 01 opção de fruta ou doce elaborado, sendo esta última opção ofertada no máximo 1 vez por semana ou 4 vezes por mês e porcionada por funcionário devidamente capacitado.

11.6.7. Suco de frutas naturais ou de polpa de fruta sabores variados, concentração mínima de 20% de polpa de fruta, não sendo permitido o uso de suco artificial em pó.

11.6.8. O cardápio deverá respeitar os parâmetros estabelecidos pelo IQ COSAN quanto à frequência e qualidade, na qual se avaliam:

11.6.9. Presença dos grupos de alimentos: frutas in natura; saladas; vegetais não amiláceos; cereais, pães, massas e vegetais amiláceos; alimentos integrais; carnes e ovos; leguminosas; leite e derivados.

11.6.10. Presença de alimentos regionais e da sociobiodiversidade.

11.6.11. Diversidade semanal das refeições ofertadas.

11.6.12. Ausência de alimentos proibidos e restrição a, no máximo 2 vezes por mês, os alimentos restritos ou preparações doces.

11.6.13. Classificação final do cardápio em “Adequado”, obtendo acima de 75 pontos, conforme critérios avaliados.

11.7. Os cardápios de almoço deverão atender às seguintes especificações e frequências de tipos de alimentos:

11.7.1. Pratos Protéicos:

- Peixe – no mínimo 02 (duas) vezes/mês. Somente será permitida a utilização de filés de peixe, sem espinhas e sem pele. Os tipos de peixes devem ser variados entre os permitidos (pargo, ariacó, tilápia dentre outros aprovados pela Nutricionista do IFCE) durante o mês, não se limitando a um único tipo. A porção média do filé deverá ser de 150 gramas, referindo-se à porção pronta para servir. Priorizar preparações assadas, cozidas ou grelhadas, em detrimento de preparações fritas, empanadas ou à milanesa.
- Carne bovina – no mínimo 02 (duas) vezes/semana, em diferentes preparações e cortes. Deverão ser utilizados cortes de primeira qualidade (lagarto, alcatra, chã de dentro, contrafilé e bisteca) ofertadas em diversas formas de preparo. Para os assados deverá ser utilizada carne do tipo lagarto; para bifes e churrascos, deverá ser utilizada alcatra; para stroganoff, bife de panela, bife a parmegiana e bife rolê, deverá ser utilizado chã de dentro; para iscas e carne de sol deverá ser utilizado o contrafilé; para cozido e carne moída será permitido o uso do músculo, porém deverão ser retirados os excessos de tecido adiposo e cartilaginoso. A porção média deverá ser de 150 gramas para partes sem osso e 200 gramas para partes com osso. Quando a preparação contiver molho ou caldo, deverá haver um acréscimo de 50g na porção pronta para servir. Não será permitida a utilização de carnes com aponeuroses, tendões e excesso de tecido adiposo. Os recheios devem ser processados na unidade, sempre com carnes de primeira qualidade. Priorizar preparações assadas, cozidas ou grelhadas, em detrimento de preparações fritas, empanadas ou à milanesa.
- Carne do Sol/Carne Seca - pelo menos 02 (duas) vezes/ mês.
- Bisteca bovina - no mínimo 02 (duas) vezes/ mês.
- Fígado – no mínimo 01 (uma) vez/mês.
- Frango – no máximo 2 (duas) vezes/ semana, em diferentes preparações e cortes. Somente será permitida a utilização de frangos de boa qualidade e procedência, em placas ou folhas com peso padronizado. Para bifes, iscas, creme, stroganoff deverá ser utilizado peito de frango, devendo a quantidade média para cada porção pronta para servir corresponder a 150 gramas. Para assado deverá ser utilizado coxa e sobrecoxa, com porção mínima de 200 gramas pronta para servir. Quando a

preparação contiver molho ou caldo, deverá haver um acréscimo de 50gramas na porção pronta para servir. Priorizar preparações assadas, cozidas ou grelhadas, em detrimento de preparações fritas, empanadas ou à milanesa.

11.8. Guarnição básica:

- Arroz: Somente será permitida a utilização de arroz tipo 1 grão, desde que previamente aprovado pela Nutricionista da CONTRATANTE. Deverá ser servido dois tipos de arroz composto por semana dentre os seguintes: à grega, chinês, com passas, à francesa, com brócolis, com cenoura, de forno, com alho dourado e orégano, dentre outros. O porcionamento médio de arroz deverá ser de 200 gramas, referindo-se à porção pronta para servir.
- Feijão: Somente será permitida a utilização de feijão de primeira qualidade, aprovado pela Nutricionista da CONTRATANTE. Deverá conter abóbora, batata doce, macaxeira, maxixe e/ ou quiabo, além de outros ingredientes previamente aprovados. Poderão ser utilizados os seguintes tipos: preto, carioca e corda. Não será permitido o espessamento do caldo de feijão com qualquer tipo de farináceo. O porcionamento médio de feijão deverá ser de 100 gramas, referindo-se à porção pronta para servir.

11.9. Guarnições variáveis:

- Deverá ser servido macarrão, farofa, farofa de cuscuz, batata palha, purês, suflês, frutas empanadas ou pirão, sempre em combinação com o prato principal. O porcionamento médio para as guarnições deverá ser de 50 gramas para farofa e batata palha e 80 gramas para macarrão, purê, pirão, frutas empanadas e suflês.

11.10. Saladas:

- Deverá ser oferecida 02 (duas) opções de salada, variando entre salada crua, cozida, mista ou vinagrete, em combinação com o cardápio oferecido. As saladas cruas deverão ser servidas, no mínimo, 03 (três) vezes na semana e conter pelo menos 03 (três) opções de folhas e hortaliças. Já a salada cozida deverá conter pelo menos 02 (duas) opções de legumes. As verduras a serem consumidas cruas deverão ser previamente lavadas em solução clorada, de acordo com determinações da fiscalização sanitária. O porcionamento mínimo para as saladas cruas e cozidas deverá ser de no mínimo 75 gramas. Não será permitido o uso de nenhum gênero de origem animal, devido a clientela vegetariana.
- Salada Crua: as opções de salada crua deverão ser compostas por, no mínimo, 02 (dois) vegetais do grupo A (Ver descrição abaixo), além de outros itens (Exemplo: outros vegetais, milho verde, uvas passas, azeitona, ervilha, frutas, castanhas, entre outros).
- Salada Cozida: deverá ser composta por, no mínimo, 02 (dois) vegetais do grupo B e C, além de outros itens (Exemplo: outros vegetais, milho verde, uvas passas, azeitona, ervilha, frutas, castanhas, entre outros).
- Vegetais Grupo A: Acelga, Alface Lisa, Alface Americana, Alface Crespa, Alface Roxa, Repolho Roxo, Couve Lisa, Repolho Verde, Berinjela, Abobrinha, Rúcula, Espinafre, Tomate Salada, Pepino, Cebola, Pimentão, Tomate Cereja.
- Vegetais Grupo B e C: Abóbora, Beterraba, Mandioca, Maxixe, Batata Doce, Cenoura, Quiabo, Vagem, Batata Inglesa, Chuchu, Berinjela, Couve-Flor.

11.11. Sobremesas:

- Frutas: As frutas servidas deverão ser preferencialmente da época, na quantidade mínima de 100 gramas por porção comestível, constando as seguintes variações: Mamão, Melão, Maçã, Goiaba, Manga, Abacaxi, Tangerina, Melancia, Laranja, Banana, dentre outras frutas da estação previamente aprovadas pela Nutricionista da CONTRATANTE. As mesmas não deverão ser repetidas no prazo mínimo de 5 (cinco) dias.
- Doces elaborados: Em dias festivos, tais como páscoa, dia do estudante, festa junina e Natal, deverão ser servidas sobremesas diferenciadas, tais como sorvetes, pavês, gelatina, chocolate, mousse, cocada, maçã do amor, maria mole, queijadinho, paçoca de amendoim, pipoca doce, brigadeiro, pudim, quindim, dentre outras em mini porções individuais.

11.12. Sucos:

- Deverão ser utilizados sucos de frutas naturais, de sabores variados (goiaba, acerola, abacaxi, manga, maracujá, cajá, uva, tangerina, dentre outros aprovados pela Nutricionista da CONTRATANTE), adoçados, com concentração mínima de polpa de fruta de 20% e deverão ser servidos em copos descartáveis de 200 (duzentos) mililitros.

11.13. Características do IFCE - *Campus* Tauá:

11.13.1. As refeições padrões para lanche manhã, almoço, lanche tarde e lanche noite devem conter a composição de acordo com os parâmetros técnicos nutricionais definidos pela Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020 e pela Resolução nº 20, de 02 de dezembro de 2020, conforme quadro que se segue.

Caracterização e Estimativa de Quantitativo por Tipos de Refeição para Estudantes do IFCE <i>Campus</i> Tauá					
Refeições	Perfil do Público	Média da Faixa Calórica*	Quantidade diária estimada	Quantidade de dias letivos	Quantidade estimada 2022
Lanches manhã	Adolescentes	450 kcal	193	200	38.600
Almoço	Adolescentes	1000 kcal	193	200	38.600

Lanches tarde	Adolescentes Jovens	450 kcal	240	200	48.000
Lanches noite	Adolescentes Jovens	450 kcal	211	200	42.200

* As faixas calóricas das refeições poderão variar desde que se respeitem os parâmetros estabelecidos no anexo III da Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020 e pela Resolução nº 20, de 02 de dezembro de 2020, de acordo com o público alvo.

11.13.2. Com relação aos lanches manhã, tarde e noite a nutricionista da CONTRATANTE enviará à CONTRATADA mensalmente, caso necessário, os dias de supressão de oferta de lanches produzidos pela empresa terceirizada, total ou parcial. Os turnos suprimidos serão utilizados pela CONTRATANTE para a oferta de outras modalidades de merendas praticadas pela Instituição, tais como a oferta de produtos industrializados e/ou de produtos da agricultura familiar. Os turnos suprimidos da oferta de lanches produzidos pela empresa terceirizada não deverão ser superiores a 4 (quatro) turnos semanais.

11.13.3. Caracterização da refeição tipo lanche (manhã, tarde e noite) :

11.13.4. Para a categoria “Lanches (manhã, tarde e noite)”, a CONTRATADA deverá servir entre as 48 (quarenta e oito) opções descritas abaixo, conforme cardápio vigente no período. Esses lanches deverão ser produzidos, transportados e distribuídos pela CONTRATADA, observando rigorosamente as Fichas Técnicas elaboradas pela CONTRATANTE (ANEXO deste termo de referência) Poderá ser solicitado a CONTRATADA o fornecimento de lanches para o atendimento de condições específicas como doença celíaca, diabetes, hipertensão, anemias, alergias, ovolactovegetarianismo, veganismos e intolerâncias alimentares, dentre outras. Tais demandas serão enviadas à empresa pela CONTRATANTE.

11.13.5. Nos cardápios dos lanches em período parcial deverá ofertar, obrigatoriamente, no mínimo 280g/estudantes/semana de frutas in natura, legumes e verduras, assim distribuídos:

I - frutas in natura, no mínimo, dois dias por semana;

II - hortaliças, no mínimo, três dias por semana.

11.13.6. A composição das bebidas à base de frutas deverá seguir as normativas do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento – MAPA.

11.13.7. A CONTRATANTE poderá solicitar à CONTRATADA sugestão de preparações para variação do cardápio, que deverá ser ofertado juntamente com as Fichas Técnicas de Preparo.

11.13.8. O cardápio deverá respeitar os parâmetros estabelecidos pelo IQ COSAN quanto à frequência e qualidade preconizados.

11.13.9. As preparações deverão variar ao longo do dia e da semana, de forma que não se repita a mesma preparação no mesmo dia, preferencialmente.

11.13.10. O cardápio de lanches manhã/tarde e noite constará das preparações listadas no quadro abaixo, além de algumas sugeridas pela CONTRATADA, desde que aprovada pela CONTRATANTE. A nutricionista da CONTRATANTE definirá a sequência das preparações no cardápio.

Item	Descrição	Categoria
1	Salada de Fruta com Bebida Láctea	Lanche da manhã
2	Salada de Frutas + Biscoito Salgado	Lanche da manhã
3	Sanduíche de Ovo + Suco de fruta	Lanche da manhã
4	Sanduíche de Frango + Suco de fruta	Lanche da manhã
5	Sanduíche de Carne + Suco de fruta	Lanche da manhã
6	Sanduíche Integral de Queijo + Leite com Cacau	Lanche da manhã
7	Vitamina de Banana, Mamão e Mucilon + Biscoito doce	Lanche da manhã
8	Mingau de Macaxeira com Leite de Coco + Banana	Lanche da manhã
9	Tapioca de Coco + Leite com Cacau + Fruta	Lanche da manhã
10	Tapioca com ovo + Suco de fruta	Lanche da manhã
11	Creme de frango com arroz + Fruta	Lanche da manhã
12	Canja com pão francês + Suco de fruta	Lanche da manhã
13	Cuscuz com Soja Temperada + Suco de fruta	Lanche da manhã
14	Cuscuz com ovos mexidos + Café com Leite	Lanche da manhã
15	Cuscuz com Queijo + Suco de fruta	Lanche da manhã
16	Cuscuz com carne moída + Café com Leite	Lanche da manhã
17	Risoto de frango + Fruta	Lanche da manhã
18	Tapioca com queijo + Suco de fruta	Lanche da tarde
19	Iogurte com biscoito de maisena + Fruta	Lanche da tarde
20	Sanduíche integral de queijo e tomate + Suco de fruta	Lanche da tarde
21	Torta de frango com legumes + Suco de fruta	Lanche da tarde

22	Cuscuz com frango + Suco de fruta	Lanche da tarde
23	Baião de três + Suco de fruta	Lanche da tarde
24	Baião de dois com paçoca + Fruta	Lanche da tarde
25	Omelete nutritiva + leite com café + Fruta	Lanche da tarde
26	Vitamina de frutas + Bolo	Lanche da tarde
27	Cuscuz com ovos mexidos + Café com Leite	Lanche da tarde
28	Pão com patê de frango + Suco de fruta	Lanche da tarde
29	Iogurte natural batido com banana + Macaxeira cozida	Lanche da tarde
30	Arroz a grega com frango + Fruta	Lanche da tarde
31	Risoto de carne + Fruta	Lanche da tarde
32	Escondidinho de batata com carne do sol e vegetais + fruta	Lanche da tarde
33	Macarronada à bolonhesa + Suco de fruta	Lanche da noite
34	Vitamina de fruta + Bolo	Lanche da noite
35	Sopa de feijão + Fruta	Lanche da noite
36	Cuscuz com queijo + Suco de fruta	Lanche da noite
37	Arroz colorido com carne moída + Fruta	Lanche da noite
38	Sopa de carne com pão + Fruta	Lanche da noite
39	Sanduíche de ovos + Suco de fruta	Lanche da noite
40	Iogurte sabor morango + batata doce cozida com ovo	Lanche da noite
41	Sanduíche integral de patê de frango com suco de fruta	Lanche da noite
42	Risoto de carne + Fruta	Lanche da noite
43	Escondidinho de macaxeira com carne do sol e vegetais + Fruta	Lanche da noite
44	Pão francês com queijo + Café com leite	Lanche da noite
45	Cuscuz com carne + Suco de fruta	Lanche da noite
46	Macarrão parafuso com carne + Suco de Fruta	Lanche da noite
47	Baião de três + suco de fruta	Lanche da noite
48	Macaxeira cozida com frango + fruta	Lanche da noite

11.13.11. A CONTRATADA deverá seguir as Fichas Técnicas de Preparo dos lanches disponibilizadas pela CONTRATANTE.

11.13.12. Os cardápios dos lanches (manhã, tarde e noite) deverão ser servidos em balcão de distribuição térmico instalado pela empresa em quantidade suficiente para o total de estudantes dos cursos ou, devido a situação de emergência em saúde pública causada pela pandemia do novo coronavírus, as refeições deverão ser servidas por meio de quentinha, a ser porcionado por funcionário capacitado da empresa, nas gramaturas definidas neste TR.

11.13.13. O nível de satisfação da clientela deverá ser acompanhado por tipo de preparação e por turno por meio de metodologia de Resto Ingestão e Escala Hedônica. A frequência das preparações deve ser coerente com o grau de satisfação obtido, a fim de reduzir desperdícios.

11.14. Caracterização de refeição tipo almoço:

11.14.1. O cardápio do almoço constará de preparações listadas no quadro abaixo, além de algumas sugeridas pela CONTRATADA, desde que aprovada pela CONTRATANTE, com suas respectivas Fichas Técnicas de Preparo. A nutricionista da CONTRATANTE definirá a sequência das preparações no cardápio.

11.14.2. O cardápio do almoço deverá oferecer, no mínimo, quatro porções de frutas e hortaliças por semana (520g/ aluno/semana), sendo que as bebidas à base de frutas não substituem a obrigatoriedade da oferta de frutas in natura.

11.14.3. As preparações poderão sofrer variações em seus molhos, acompanhamentos e composições das saladas de acordo com o cardápio elaborado pela CONTRATANTE, seguindo as especificações contidas no subitem 11.15.

Item	Descrição	Categoria
1	Salada Crua (Acelga, Repolho Roxo e Pepino) Salada Cozida (Batata Doce, Chuchu, Uva Passas) Isca de Frango Acebolada Arroz Feijão Com Macaxeira Farofa de Cuscuz Fruta Suco de fruta	Almoço
2	Salada Crua (Acelga, Repolho Roxo e Pepino) Salada Cozida (Batata Doce, Chuchu, Uva Passas) Filé de Frango Arroz	Almoço

	Feijão Com Macaxeira Farofa de Cuscuz Fruta Suco de fruta	
3	Salada de Vinagrete Salada Cozida (Abóbora, Batata Inglesa, Azeitona) Frango em Cubos Arroz Feijão com Batata Doce Farofa Fruta Suco de fruta	Almoço
4	Salada Crua (Repolho branco, manga e Alface) Salada Cozida (Cenoura, Chuchu, Milho, cebola) Carne do Sol Assada Arroz Feijão com Abóbora Macarrão Fruta Suco de fruta	Almoço
5	Salada crua (Alface, Pimentão e Tomate) Salada cozida (Batata Doce, Chuchu e Cebola) Fígado acebolado Arroz Feijão com Batata Doce Farofa Doce Cristalizado Suco de fruta	Almoço
6	Salada Crua (Repolho, Tomate, Alface) Salada Cozida (Abobrinha com Beterraba e Ervilha) Filé de Peixe ao Forno Arroz com Cenoura Feijão com abóbora Farofa Fruta Suco de fruta	Almoço
7	Salada Crua (Repolho, Tomate, Alface) Salada Cozida (Abobrinha com Beterraba e Ervilha) Frango assado de panela Arroz com Cenoura Feijão com maxixe Farofa Fruta Suco de fruta	Almoço
8	Salada Crua (Tomate, Cenoura e Acelga) Salada Cozida (Repolho, Batata e Cenoura) Cozido de Carne Arroz Feijão com Batata Doce Pirão Fruta Suco de fruta	Almoço
9	Salada crua (Alface Lisa, Repolho Verde, Tomate) Salada Cozida (Batata, Cenoura e Beterraba) Bisteca Bovina Assada Arroz Feijão com Abóbora Purê de batata Fruta Suco de fruta	Almoço
10	Salada Crua (Cenoura, Tomate e Acelga) Salada Cozida (Batata, Chuchu, Cenoura) Peito de Frango Acebolado Arroz Feijão com Macaxeira Farofa Fruta Suco de fruta	Almoço
11	Salada crua (Alface, tomate e beterraba) Salada cozida (Batata, cenoura e cheiro verde) Bife bovino	Almoço

	Arroz Feijão com abóbora Macarrão parafuso refogado Fruta Suco de fruta	
12	Salada crua (Pepino, pimentão e cebola roxa) Salada cozida (Cenoura e vagem refogados) Isclas de Carne Arroz com cenoura Feijão com macaxeira Macarrão espaguete Fruta Suco de fruta	Almoço
13	Salada crua (Repolho roxo, repolho branco e laranja) Salada cozida (Chuchu, beterraba e orégano) Lombo Suíno Arroz com ervilha Feijão com abóbora Macarrão espaguete Fruta Suco de fruta	Almoço
14	Salada crua (Alface, pepino e tomate) Salada cozida (Beterraba, chuchu e milho verde) Estrogonofe de carne Arroz com cenoura Feijão com batata doce Farofa Fruta Suco de fruta	Almoço
15	Salada crua (Acelga, tomate e orégano) Salada cozida (Couve-flor, repolho roxo) Almôndegas ao molho de tomate Arroz Feijão com batata doce Macarrão espaguete Fruta Suco de fruta	Almoço
16	Salada cozida (Couve refogada com tomate e cebola) Feijoada com carne suína e legumes Arroz Farofa Fruta Suco de fruta	Almoço
17	Salada crua (Alface, cenoura, pepino e uva roxa) Salada cozida (Cenoura e Couve manteiga refogados com alho) Escondidinho de carne de sol Arroz Feijão Macarrão espaguete Fruta Suco de fruta	Almoço

11.14.4. O cardápio do almoço deverá ser servido em balcão de distribuição térmico instalado pela empresa em quantidade suficiente para o total de estudantes dos cursos de matriz integral e complementar ou, devido a situação de emergência em saúde pública causada pela pandemia do novo coronavírus, a refeição deverá ser servida por meio de prato pronto/ quentinha, a ser porcionado por funcionário capacitado da empresa, nas gramaturas definidas neste TR.

11.14.5. A escolha da forma com que a refeição será servida durante a vigência do contrato (prato pronto/ quentinha ou balcão de distribuição) dependerá da decisão da CONTRATANTE.

11.14.6. A combinação das preparações deverá obedecer ao cardápio elaborado do período.

11.15. A refeição deverá contemplar o seguinte padrão:

11.15.1. Prato principal: 01 (uma) opção de prato protéico fornecido por funcionário capacitado da empresa. Permanecendo disponível no balcão até o final do serviço, porcionado por funcionário capacitado da empresa conforme per capita indicado da preparação. Poderá ser solicitado à CONTRATADA a oferta de uma segunda opção de prato principal nos dias que forem servidos peixe e/ou carne suína. A CONTRATANTE repassará para a CONTRATADA a quantidade de estudantes que não consomem peixe e/ou carne suína.

11.15.2. Prato principal vegano e/ou para fins especiais: 01 opção ofertada de acordo com a demanda apresentada pelos estudantes ou quando o prato principal incluir ingredientes restritos a estudantes com necessidades alimentares especiais, porcionado por funcionário capacitado da empresa. Tais demandas serão enviadas à empresa pela CONTRATANTE.

11.15.3. Guarnição básica: 02 opções, incluindo arroz branco ou composto ou integral ou baião de dois e feijão, porcionado pelo comensal, caso a refeição seja servida em balcões de distribuição. Caso seja na forma de prato pronto/ quentinha, o porcionamento deverá ser realizado por funcionário devidamente capacitado.

11.15.4. Guarnição variável: 01 opção, em combinação com o prato principal (exemplo: macarrão, farofa, cuscuz, purê, pirão, batata palha, etc.) porcionado pelo comensal, caso a refeição seja servida em balcões de distribuição. Caso seja na forma de prato pronto/ quentinha, o porcionamento deverá ser realizado por funcionário devidamente capacitado.

11.15.5. Salada crua e/ou salada cozida: 02 opções, dando prioridades aos vegetais da estação, com variedade e qualidade, porcionado pelo comensal, caso a refeição seja servida em balcões de distribuição. Caso seja na forma de prato pronto/ quentinha, o porcionamento deverá ser realizado por funcionário devidamente capacitado.

11.15.6. Sobremesa: 01 opção de fruta ou doce elaborado, sendo esta última opção ofertada no máximo 1 vez por semana ou 4 vezes por mês e porcionada por funcionário devidamente capacitado.

11.15.7. Suco de frutas naturais ou de polpa de fruta sabores variados, concentração mínima de 20% de polpa de fruta, não sendo permitido o uso de suco artificial em pó.

11.15.8. O cardápio deverá respeitar os parâmetros estabelecidos pelo IQ COSAN quanto à frequência e qualidade, na qual se avaliam:

- Presença dos grupos de alimentos: frutas in natura; saladas; vegetais não amiláceos; cereais, pães, massas e vegetais amiláceos; alimentos integrais; carnes e ovos; leguminosas; leite e derivados.
- Presença de alimentos regionais e da sociobiodiversidade.
- Diversidade semanal das refeições ofertadas.
- Ausência de alimentos proibidos e restrição a, no máximo 2 vezes por mês, os alimentos restritos ou preparações doces.
- Classificação final do cardápio em “Adequado”, obtendo acima de 75 pontos, conforme critérios avaliados.

11.15.9. Os cardápios de almoço deverão atender às seguintes especificações e frequências de tipos de alimentos:

- Pratos Protéicos:

- Peixe – no mínimo 02 (duas) vezes/mês. Somente será permitida a utilização de filés de peixe, sem espinhas e sem pele. Os tipos de peixes devem ser variados entre os permitidos (pargo, ariacó, tilápia dentre outros aprovados pela Nutricionista do IFCE) durante o mês, não se limitando a um único tipo. A porção média do filé deverá ser de 150 gramas, referindo-se à porção pronta para servir. Priorizar preparações assadas, cozidas ou grelhadas, em detrimento de preparações fritas, empanadas ou à milanesa.
- Carne bovina – no mínimo 02 (duas) vezes/semana, em diferentes preparações e cortes. Deverão ser utilizados cortes de primeira qualidade (lagarto, alcatra, chã de dentro, contrafilé e bisteca) ofertadas em diversas formas de preparo. Para os assados deverá ser utilizada carne do tipo lagarto; para bifes e churrascos, deverá ser utilizada alcatra; para stroganoff, bife de panela, bife à parmegiana e bife rolê, deverá ser utilizado chã de dentro; para iscas e carne de sol deverá ser utilizado o contrafilé; para cozido e carne moída será permitido o uso do músculo, porém deverão ser retirados os excessos de tecido adiposo e cartilaginoso. A porção média deverá ser de 150 gramas para partes sem osso e 200 gramas para partes com osso. Quando a preparação contiver molho ou caldo, deverá haver um acréscimo de 50g na porção pronta para servir. Não será permitida a utilização de carnes com aponeuroses, tendões e excesso de tecido adiposo. Os recheios devem ser processados na unidade, sempre com carnes de primeira qualidade. Priorizar preparações assadas, cozidas ou grelhadas, em detrimento de preparações fritas, empanadas ou à milanesa.
- Carne do Sol/Carne Seca - pelo menos 02 (duas) vezes/ mês.
- Bisteca bovina - no mínimo 02 (duas) vezes/ mês.
- Fígado – no mínimo 01 (uma) vez/mês.
- Frango – no máximo 2 (duas) vezes/ semana, em diferentes preparações e cortes. Somente será permitida a utilização de frangos de boa qualidade e procedência, em placas ou folhas com peso padronizado. Para bifes, iscas, creme, stroganoff deverá ser utilizado peito de frango, devendo a quantidade média para cada porção pronta para servir corresponder a 150 gramas. Para assado deverá ser utilizado coxa e sobrecoxa, com porção mínima de 200 gramas pronta para servir. Quando a preparação contiver molho ou caldo, deverá haver um acréscimo de 50gramas na porção pronta para servir. Priorizar preparações assadas, cozidas ou grelhadas, em detrimento de preparações fritas, empanadas ou à milanesa.
- Carne Suína e Carne de Carneiro: Somente será permitida a utilização de pernil, costela, carré e lombinho. A porção média deve ser de 150 gramas para partes sem osso e 200 gramas para partes com osso ou ao molho, referindo-se a gramatura à porção de carne pronta para servir. Quando a preparação contiver molho ou caldo, deverá haver um acréscimo de 50g na porção pronta para servir. Priorizar preparações assadas, cozidas ou grelhadas, em detrimento de preparações fritas, empanadas ou à milanesa.
- Vegano/Vegetariano e/ou para fins especiais: as preparações deverão ter, no mínimo, um alimento com proteína de melhor valor biológico (Exemplo: soja, grão de bico, quinoa, chia, lentilha ou outras leguminosas, ovos ou demais fontes protéicas específicas, conforme a restrição alimentar, devendo as fontes proteicas não se repetir por mais de duas vezes na semana). O fornecimento deverá ser conforme demanda da clientela. O porcionamento médio para este prato deverá ser de 150 gramas e em tortas, panquecas, lasanha, escondidinho ou outras preparações, quando contiver carboidratos deverá ser respeitada a porção de 200 gramas. Priorizar preparações assadas, cozidas ou grelhadas, em detrimento de preparações fritas, empanadas ou à milanesa.

- Guarnição básica:

- Arroz: Somente será permitida a utilização de arroz tipo 1 gráudo, desde que previamente aprovado pela Nutricionista da CONTRATANTE. Deverá ser servido dois tipos de arroz composto por semana dentre os seguintes: à grega, chinês, com passas, à francesa, com brócolis, com cenoura, de forno, com alho dourado e orégano, dentre outros. O porcionamento médio de arroz deverá ser de 200 gramas, referindo-se à porção pronta para servir.
- Feijão: Somente será permitida a utilização de feijão de primeira qualidade, aprovado pela Nutricionista da CONTRATANTE. Deverá conter abóbora, batata doce, macaxeira, maxixe e/ ou quiabo, além de outros ingredientes previamente aprovados. Poderão ser utilizados os seguintes tipos: preto, carioca e corda. Não será permitido o espessamento do caldo de feijão com qualquer tipo de farináceo. O porcionamento médio de feijão deverá ser de 100 gramas, referindo-se à porção pronta para servir.

- Guarnições variáveis:

- Deverá ser servido macarrão, farofa, farofa de cuscuz, batata palha, purês, suflês, frutas empanadas ou pirão, sempre em combinação com o prato principal. O porcionamento médio para as guarnições deverá ser de 50 gramas para farofa e batata palha e 80 gramas para macarrão, purê, pirão, frutas empanadas e suflês.

- Saladas:

- Deverá ser oferecida 02 (duas) opções de salada, variando entre salada crua, cozida, mista ou vinagrete, em combinação com o cardápio oferecido. As saladas cruas deverão ser servidas, no mínimo, 03 (três) vezes na semana e conter pelo menos 03 (três) opções de folhas e hortaliças. Já a salada cozida deverá conter pelo menos 02 (duas) opções de legumes. As verduras a serem consumidas cruas deverão ser previamente lavadas em solução clorada, de acordo com determinações da fiscalização sanitária. O porcionamento mínimo para as saladas cruas e cozidas deverá ser de no mínimo 75 gramas. Não será permitido o uso de nenhum gênero de origem animal, devido a clientela vegetariana.
- Salada Crua: as opções de salada crua deverão ser compostas por, no mínimo, 02 (dois) vegetais do grupo A (Ver descrição abaixo), além de outros itens (Exemplo: outros vegetais, milho verde, uvas passas, azeitona, ervilha, frutas, castanhas, entre outros).
- Salada Cozida: deverá ser composta por, no mínimo, 02 (dois) vegetais do grupo B e C, além de outros itens (Exemplo: outros vegetais, milho verde, uvas passas, azeitona, ervilha, frutas, castanhas, entre outros).
- Vegetais Grupo A: Acelga, Alface Lisa, Alface Americana, Alface Crespa, Alface Roxa, Repolho Roxo, Couve Lisa, Repolho Verde, Berinjela, Abobrinha, Rúcula, Espinafre, Tomate Salada, Pepino, Cebola, Pimentão, Tomate Cereja.
- Vegetais Grupo B e C: Abóbora, Beterraba, Mandioca, Maxixe, Batata Doce, Cenoura, Quiabo, Vagem, Batata Inglesa, Chuchu, Berinjela, Couve-Flor.

- Sobremesas:

- Frutas: As frutas servidas deverão ser preferencialmente da época, na quantidade mínima de 100 gramas por porção comestível, constando as seguintes variações: Mamão, Melão, Maçã, Goiaba, Manga, Abacaxi, Tangerina, Melancia, Laranja, Banana, dentre outras frutas da estação previamente aprovadas pela Nutricionista da CONTRATANTE. As mesmas não deverão ser repetidas no prazo mínimo de 5 (cinco) dias.
- Doces elaborados: Em dias festivos, tais como páscoa, dia do estudante, festa junina e Natal, deverão ser servidas sobremesas diferenciadas, tais como sorvetes, pavês, gelatina, chocolate, mousse, cocada, maçã do amor, maria mole, queijadinha, paçoca de amendoim, pipoca doce, brigadeiro, pudim, quindim, dentre outras em mini porções individuais.

- Sucos:

- Deverão ser utilizados sucos de frutas naturais, de sabores variados (goiaba, acerola, abacaxi, manga, maracujá, cajá, uva, tangerina, dentre outros aprovados pela Nutricionista da CONTRATANTE), adoçados, com concentração mínima de polpa de fruta de 20% e deverão ser servidos em copos descartáveis de 200 (duzentos) mililitros.

12. NORMAS DE HIGIENE PARA OS MANIPULADORES DE ALIMENTOS:

12.1. Normas de higiene para os manipuladores de alimentos:

12.1.1. É obrigatório manter a máxima higiene no lugar de produção das refeições.

12.1.2. É terminantemente proibido fumar nas proximidades do local de produção.

12.1.3. Não levar para a área de produção objetos não pertencentes ao mesmo, como chaves, rádio, jornal, bolsas, celulares, etc.

12.1.4. Conservar o uniforme sempre limpo e completo: touca; bata; calça comprida; bota antiderrapante; avental; luvas de proteção (quando necessário); máscara de proteção facial; face shields (quando necessário).

12.1.5. Os uniformes devem ser de cores claras, preferencialmente branca, trocados diariamente. Não é permitida a circulação de funcionários uniformizados fora das áreas de produção.

- 12.1.6. Não conversar desnecessariamente, espirrar, tossir, cantar ou assobiar em cima dos alimentos, superfícies ou utensílios utilizados no seu preparo. É obrigatório o uso de máscaras de proteção a todos os que permanecerem nas dependências da CONTRATANTE. A CONTRATADA deve fornecer máscaras em número suficiente aos seus funcionários, de modo que os mesmos possam realizar a troca de acordo com as normas do fabricante ou quando estiverem úmidas, segundo recomendações das autoridades sanitárias.
- 12.1.7. Não colocar os dedos no nariz, boca ou ouvido ou passar as mãos nos cabelos, assim como não tossir ou espirrar nas mãos.
- 12.1.8. Não enxugar o suor com as mãos, panos ou qualquer peça do uniforme.
- 12.1.9. Não manipular dinheiro ou celulares durante as atividades.
- 12.1.10. Não mascar chicletes, palitos ou similares. Não usar barba ou bigode.
- 12.1.11. Não utilizar adornos, como brincos, aliança, relógio, pulseiras, etc.
- 12.1.12. Não utilizar maquiagem e hidratantes para mãos, perfumes ou similares.
- 12.1.13. Manter unhas limpas e bem aparadas. Não pintar as unhas, mesmo usando esmalte incolor. Não provar os alimentos com as mãos, dedos ou com utensílios sujos.
- 12.1.14. Não compartilhar copos, talheres, pratos, alimentos ou objetos pessoais.
- 12.1.15. Orientar os funcionários sobre a frequência e os procedimentos corretos de lavagem de mãos, intensificando a prática durante todo o processo de produção e distribuição.

13. **CONDUTAS REFERENTES AO USO DE EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPIS):**

- 13.1. A correta utilização dos Equipamentos de Proteção Individual (EPI) é uma ação essencial para garantir a saúde dos profissionais ligados diretamente à manipulação de alimentos e atendimento aos usuários.
- 13.2. A paramentação (ato de colocar) e desparamentação (ato de retirar) deve ser realizada somente depois da chegada ao local de trabalho.
- 13.3. Uso de máscaras:
- 13.3.1. O uso de máscaras de proteção facial descartáveis ou reutilizáveis é obrigatório nas áreas de manipulação, com as referidas orientações de uso e de higienização.
- 13.3.2. As máscaras devem ser de uso individual, íntegras, bem ajustadas ao rosto e cobrir totalmente a boca e o nariz, sem deixar espaços nas laterais. No caso de máscaras reutilizáveis, essas devem ser higienizadas corretamente.
- 13.3.3. Trocar no intervalo máximo de até 3 horas, ou sempre que estiver úmida ou suja.
- 13.3.4. As máscaras não devem ser retiradas para falar e nem deslocadas para o queixo, pescoço, nariz, topo da cabeça etc.
- 13.3.5. Evitar tocar a máscara e, quando o fizer por equívoco, higienizar as mãos imediatamente.
- 13.3.6. Remover a máscara cuidadosamente pela parte de trás, presa às orelhas ou cabeça, de forma a evitar tocar o tecido na parte frontal, onde há alta concentração de gotículas expelidas pela boca e nariz.
- 13.3.7. Para o caso de máscaras reutilizáveis (de tecido), após a utilização, devem ser guardadas de forma segura em local indicado até que se possa proceder com a lavagem correta da máscara.
- 13.3.8. Proceder com a correta lavagem das mãos sempre antes de colocar e após retirar a máscara;
- 13.3.9. Protetor facial tipo visor (face shield) pode ser utilizado não só como proteção do colaborador, mas também como protetor salivar na manipulação dos alimentos. O uso do protetor facial não isenta o uso da máscara, mas devem ser utilizados em conjunto. Indicado como opção para uso especialmente para colaboradores que tenham contato com clientes e prestadores de serviço.
- 13.3.10. Revisar, frequentemente, seu estado de conservação e substituir, caso apresente dano que comprometa a sua proteção.
- 13.3.11. Descartar as máscaras não reutilizáveis imediatamente após o uso em coletor específico identificado para este fim e tratado como lixo contaminado (lixeira com tampa e com acionamento por pedal).
- 13.4. Uso de luvas:
- 13.4.1. O uso de luvas não isenta o manipulador da lavagem correta das mãos.
- 13.4.2. Via de regra, as autoridades sanitárias recomendam o uso das luvas apenas em atividades muito específicas, principalmente com o objetivo de evitar o contato direto das mãos com alimentos prontos para o consumo, em substituição a utensílios, como pegadores.
- 13.4.3. Quando forem utilizadas as luvas, as mãos devem ser lavadas entre a troca das luvas e também quando as luvas forem retiradas.
- 13.4.4. Realizar a troca de luvas com frequência, para que seu uso não seja um fator de risco ao acumular sujidades e se tornar um foco de contaminação. Deverá ser trocada também ao apresentar sinais de desgaste como ruptura ou furos e quando houver interrupção no trabalho para realizar outras atividades alheias à produção de alimentos.
- 13.4.5. Utilizar luvas descartáveis para manipular itens sujos e trocá-las regularmente.

14. DO CONTROLE DE COMENSAIS E REFEIÇÕES

- 14.1. O sistema de controle das refeições deverá ser eficiente e ágil, de modo a evitar filas e aglomerações.
- 14.2. A CONTRATADA deverá prover todos os meios físicos, lógicos e humanos para obter as seguintes informações:
 - 14.2.1. Quantidade de comensais por refeição (lanches/ almoço), por dia, mês e total;
 - 14.2.2. Número de refeições servidas por dia, mês e total;
 - 14.2.3. Registro dos cardápios servidos por dia;
 - 14.2.4. Registro dos dias letivos.

15. GERENCIAMENTO DE PESSOAL

- 15.1. A CONTRATADA deverá manter quadro completo de pessoal técnico, operacional e administrativo, de modo a cumprir plenamente as obrigações contratuais assumidas, conforme determinação legal, e em número suficiente para suprir a quantidade de refeições produzidas, bem como atender ao desenvolvimento de todas as atividades descritas neste TR.
- 15.2. A CONTRATADA deverá manter em seu quadro técnico permanente Nutricionista habilitado (a), com autonomia para pronta resolução de problemas durante todo o período de vigência da prestação de serviços, substituindo-o em caso de impedimento por outro de nível igual ou superior, mediante prévia comunicação e ciência da CONTRATANTE. As atribuições exercidas por este profissional devem estar de acordo com a Resolução CFN nº 600 de 25 de fevereiro de 2018 e deverá incluir também a supervisão do processo de distribuição das refeições sempre que se fizer necessário. É obrigatório a visita do (a) nutricionista ao local de distribuição das refeições no mínimo duas vezes por mês.
- 15.3. A CONTRATADA deverá promover capacitação das equipes operacionais, administrativa e técnica no início da realização da prestação dos serviços, abordando no mínimo os seguintes temas: contaminantes alimentares; doenças transmitidas por alimentos (DTAs); boas práticas de manipulação de alimentos; higiene pessoal e ambiental; técnicas culinárias; manuseio de equipamentos; prevenção de acidentes de trabalho; combate a incêndio; relacionamento interpessoal; atendimento e acolhimento ao usuário; qualidade de vida do trabalhador.
- 15.4. Anualmente, a CONTRATADA deve promover capacitações, abordando os temas recomendados pela legislação vigente.
- 15.5. A CONTRATADA também deverá promover treinamento específico sobre as formas de prevenção e minimização dos riscos para contágio e transmissão da COVID – 19 (SARS-COV-2), que englobe orientações como informações sobre a doença, regras de higiene pessoal, cuidados de ir e vir, higienização das mãos, uso e higienização das máscaras e condições de saúde no geral. A CONTRATADA deverá utilizar como base para esses treinamentos a cartilha “Orientações para os serviços de alimentação e nutrição no contexto da COVID-19” (IFCE, 2021), e suas posteriores atualizações, a ser disponibilizada pela CONTRATANTE.
- 15.6. A CONTRATADA deverá fornecer à CONTRATANTE cópia dos certificados ou declarações das capacitações realizadas.
- 15.7. A CONTRATADA deverá comunicar à CONTRATANTE a realização de testes com funcionários em período de experiência, bem como identificar, acompanhar e orientar adequadamente os mesmos. Ressalte-se que, nesse período, os avaliados deverão ser excedentes ao quadro fixo de funcionários.
- 15.8. A CONTRATADA deverá manter o padrão de qualidade e uniformidade da alimentação e do serviço, independente das escalas de serviços adotados e de absenteísmo.
- 15.9. A CONTRATADA deverá realizar, a suas expensas, exames periódicos anuais de saúde de seus funcionários, inclusive exames específicos, de acordo com as normas vigentes, a fim de que seu quadro de pessoal permaneça em condições de saúde compatíveis com suas atividades.
- 15.10. Os funcionários deverão utilizar equipamentos de proteção individual (EPIs), fornecidos pela CONTRATADA, para o desempenho das funções específicas, conforme descrito nos itens 9 e 10.
- 15.11. A CONTRATADA deverá responsabilizar-se, durante a vigência do contrato, pela substituição de todo item de mobiliário, equipamento e utensílio sob sua responsabilidade que venha a ser danificado, extraviado, furtado ou roubado, por outro do mesmo tipo e modelo (devendo manter as mesmas características e as especificações da peça original), mantendo a qualidade e quantidade do material inicialmente disponibilizado pela CONTRATANTE. Essa substituição deve ser providenciada num prazo máximo de 20 dias úteis, sem ônus para a CONTRATANTE. A avaliação sobre a necessidade ou não de substituição do material caberá à CONTRATANTE.

16. PREPARO E DISTRIBUIÇÃO DAS REFEIÇÕES:

- 16.1. Preparo e Distribuição das Refeições
 - 16.1.1. Todas as etapas do processo de operacionalização e distribuição das refeições deverão estar de acordo com as legislações pertinentes e vigentes (Portaria MS nº 1428/ 1993, Portaria MS nº 326/ 1997, RDC nº 275/ 2002, RDC nº 216/ 2004), especialmente em relação ao:

- 16.1.2. Controle quantitativo e qualitativo dos gêneros alimentícios e materiais de consumo recebidos.
- 16.1.3. Pré-preparo, preparo e cocção dos alimentos.
- 16.1.4. Porcionamento uniforme das refeições, utilizando-se de utensílios apropriados e procedimentos de segurança e higiene adequados.
- 16.1.5. Higienização e limpeza de todas as dependências utilizadas, dos equipamentos, dos utensílios de cozinha e dos utensílios utilizados pela clientela, tanto nas instalações da CONTRATADA quanto nas instalações da CONTRATANTE.
- 16.1.6. As Preparações quentes deverão ser devidamente acondicionadas em equipamentos térmicos com capacidade adequada à quantidade de refeições estipulada pela Contratante e que mantenham a temperatura preconizada pela legislação vigente. As preparações frias (saladas e frutas) deverão ser devidamente acondicionadas em gastronorm (cuba convencional em aço inoxidável) com capacidade adequada à quantidade de refeições estipulada pela Contratante e que mantenham a temperatura preconizada pela legislação vigente. Os equipamentos térmicos deverão estar devidamente etiquetados, constando na etiqueta as seguintes informações: horário do final do preparo, temperatura e horário de início e término do envase de cada lote, bem como a identificação da preparação e do lote e o peso e/ou a quantidade de porções.
- 16.1.7. As preparações deverão ser transportadas em veículos próprios para transporte de alimentos destinados ao consumo humano, que atendam às especificações técnicas da legislação vigente. Os veículos deverão trazer Certificado de Inspeção Sanitária Municipal. Esse deve ser atualizado periodicamente. Não será permitido o transporte concomitante de matéria prima ou produtos alimentícios crus e alimentos prontos para consumo, caso os primeiros representem risco de contaminação para os últimos. Os funcionários envolvidos no transporte das preparações deverão apresentar-se devidamente uniformizados, paramentados e aseados.
- 16.1.8. A recepção das preparações deverá ser realizada em área protegida e higienizada devendo ser adotadas medidas preventivas para evitar que sofram contaminação. Os equipamentos próprios (caixas isotérmicas) para o transporte das refeições devem estar higienizados, íntegros, vedados, estando as preparações adequadamente acondicionadas e identificadas. No ato do recebimento deverá ser realizada a conferência de todas as preparações inclusive pesagem e aferição da temperatura para preparações quentes (temperatura superior a 60°C) e para preparações frias (temperatura inferior a 5°C), registradas em planilha específica própria para conferência da Nutricionista da Contratante. Os lotes de preparações que tenham sido reprovados pela Contratante ou cujo prazo de validade tenha ultrapassado o tempo máximo de 6h (a contagem se inicia imediatamente após o fim da cocção) deverão ser prontamente descartados.
- 16.1.9. As preparações deverão apresentar aspecto sensorial característico, mantendo-se o padrão de qualidade exigido pela CONTRATANTE.
- 16.1.10. A distribuição das refeições deverá obedecer ao porcionamento das preparações previstas neste TR.
- 16.1.11. A CONTRATADA poderá ser auditada quanto às temperaturas das preparações ou dos alimentos durante todo o processo de distribuição, observando-se os parâmetros previstos na legislação vigente. As preparações quentes devem ser mantidas em temperaturas superiores a 60°C e as preparações frias em temperaturas inferiores a 5°C, com limite de até 10°C. Os talheres deverão ser entregues embalados em saquinhos de papel individualmente, juntamente com o guardanapo. Os talheres devem ser lisos e sem cabos e devem passar pela etapa de higienização com álcool líquido 70% e panos descartáveis antes de serem embalados.
- 16.1.12. Os pratos devem ser em porcelana, lisos e na cor branca e não devem estar trincados ou quebrados. As bandejas deverão ser de plástico reforçado, com paredes grossas que permitem fácil higienização e esterilização, com dimensões aproximadas de 48 x 32 cm. Os pratos e bandejas devem ser entregues a cada comensal por um funcionário da empresa, após etapa de higienização com pano descartável e álcool 70%.
- 16.1.13. Os copos descartáveis, guardanapos, azeite de oliva extravirgem e molhos para a salada serão disponibilizados pela CONTRATADA, nos locais em que serão servidas as refeições.
- 16.1.14. O cardápio do dia deverá ser mantido durante todo o horário da distribuição das refeições. Substituições emergenciais, por quaisquer motivos, deverão ser notificados à CONTRATANTE e autorizadas pela mesma.

17. OBRIGAÇÕES DA CONTRATANTE

- 17.1. Exigir o cumprimento de todas as obrigações assumidas pela CONTRATADA, de acordo com as cláusulas contratuais e os termos de sua proposta.
- 17.2. Exercer o acompanhamento e a fiscalização dos serviços, por servidor especialmente designado, anotando em registro próprio as falhas detectadas, indicando dia, mês e ano, bem como o nome dos empregados eventualmente envolvidos, e encaminhando os apontamentos à autoridade competente para as providências cabíveis.
- 17.3. Notificar a CONTRATADA, por escrito, da ocorrência de eventuais imperfeições, falhas ou irregularidades constatadas no curso da execução dos serviços, fixando prazo para a sua correção, certificando-se que as soluções por ela propostas sejam as mais adequadas.
- 17.4. Pagar à CONTRATADA o valor resultante da prestação do serviço, no prazo e condições estabelecidas neste TR.
- 17.5. Efetuar as retenções tributárias devidas sobre o valor da Nota Fiscal/Fatura da CONTRATADA, no que couber, em conformidade com o item 6 do Anexo XI da IN SEGES/MP n. 5/2017.
- 17.6. Não praticar atos de ingerência na administração da CONTRATADA, tais como:
- 17.6.1. Exercer o poder de mando sobre os empregados da CONTRATADA, devendo reportar-se somente aos prepostos ou responsáveis por ela indicados, exceto quando o objeto da contratação prever o atendimento direto, tais como nos serviços de

recepção e apoio ao usuário.

- 17.6.2. Direcionar a contratação de pessoas para trabalhar nas empresas CONTRATADAS.
- 17.6.3. Considerar os trabalhadores da CONTRATADA como colaboradores eventuais do próprio órgão ou entidade responsável pela contratação, especialmente para efeito de concessão de diárias e passagens.
- 17.6.4. Fornecer por escrito as informações necessárias para o desenvolvimento dos serviços objeto do contrato.
- 17.6.5. Realizar avaliações periódicas da qualidade dos serviços, após seu recebimento.
- 17.6.6. Cientificar o órgão de representação judicial da Advocacia-Geral da União para adoção das medidas cabíveis quando do descumprimento das obrigações pela CONTRATADA.
- 17.6.7. Arquivar, entre outros documentos, projetos, "as built", especificações técnicas, orçamentos, termos de recebimento, contratos e aditamentos, relatórios de inspeções técnicas após o recebimento do serviço e notificações expedidas.
- 17.6.8. Fiscalizar o cumprimento dos requisitos legais, quando a contratada houver se beneficiado da preferência estabelecida pelo art. 3º, § 5º, da Lei nº 8.666, de 1993.
- 17.6.9. Exigir o cumprimento de todas as obrigações assumidas pela CONTRATADA, de acordo com as cláusulas contratuais e os termos de sua proposta.
- 17.6.10. Indicar à CONTRATADA, formalmente, o fiscal que acompanhará o cumprimento do contrato e o desenvolvimento técnico das atividades que são objetos desta contratação.
- 17.6.11. Enviar relatório de execução mensal ao Setor de Contratos.
- 17.6.12. Avaliar e aprovar os cardápios sugeridos pela CONTRATADA, bem como aprovar eventuais alterações.
- 17.6.13. Avaliar, atestar e liberar as faturas relativas aos serviços prestados, para efetuação do pagamento mensal.
- 17.6.14. Efetuar as retenções tributárias devidas sobre o valor de serviço da CONTRATADA.
- 17.6.15. Fiscalizar o processo de distribuição de refeições.
- 17.6.16. Comunicar, por escrito, à CONTRATADA qualquer falha ou deficiência do serviço, exigindo imediata correção. Registrar quaisquer ocorrências na execução do serviço que é objeto de contrato que motivem a aplicação de eventuais penalidades e sanções por inadimplência contratual.
- 17.6.17. Supervisionar a quantidade de refeições efetivamente fornecidas aos usuários.
- 17.6.18. Solicitar o controle bacteriológico e/ou microbiológico da alimentação fornecida, a qualquer momento que julgar necessário.
- 17.6.19. Em caso de descumprimento contratual, aplicar as penalidades previstas no contrato e/ ou na legislação vigente.
- 17.6.20. Aprovar as faturas da prestação de serviço somente das refeições efetivamente fornecidas.
- 17.6.21. Verificar as condições de higiene e de conservação das dependências, equipamentos, utensílios e veículos utilizados para o transporte das refeições.
- 17.6.22. Utilizar mecanismos de avaliação da qualidade da prestação de serviços.
- 17.6.23. Realizar reunião quinzenalmente ou sempre que se fizer necessário com os nutricionistas e/ou representantes das empresas fornecedoras dos serviços de alimentação, com datas a ser determinada pela CONTRATANTE com objetivo de acompanhar, monitorar e avaliar a qualidade dos serviços de alimentação prestados ao CONTRATANTE.
- 17.6.24. Realizar vistoria às instalações da Contratada antes do início da prestação dos serviços.

18. OBRIGAÇÕES DA CONTRATADA

- 18.1. Cumprir rigorosamente as adequações de boas práticas de manipulação de alimentos, conforme preconizada pelas legislações vigentes (portaria MS nº 1428/1993, portaria MS nº 326/1997, RDC nº 275/2002, RDC nº 216/2004, RDC nº 275/2002 da ANVISA) e de acordo com a cartilha.
- 18.2. Executar os serviços conforme especificações deste Termo de Referência e de sua proposta, com a alocação dos empregados necessários ao perfeito cumprimento das cláusulas contratuais, além de fornecer e utilizar os materiais e equipamentos, ferramentas e utensílios necessários, na qualidade e quantidade mínimas especificadas neste Termo de Referência e em sua proposta;
- 18.3. Reparar, corrigir, remover ou substituir, às suas expensas, no total ou em parte, no prazo fixado pelo fiscal do contrato, os serviços efetuados em que se verificarem vícios, defeitos ou incorreções resultantes da execução ou dos materiais empregados;
- 18.4. Responsabilizar-se pelos vícios e danos decorrentes da execução do objeto, bem como por todo e qualquer dano causado à União ou à entidade federal, devendo ressarcir imediatamente a Administração em sua integralidade, ficando a Contratante autorizada a descontar da garantia, ou dos pagamentos devidos à Contratada, o valor correspondente aos danos sofridos;
- 18.5. Utilizar empregados habilitados e com conhecimentos básicos dos serviços a serem executados, em conformidade com as normas e determinações em vigor;

- 18.6. Vedar a utilização, na execução dos serviços, de empregado que seja familiar de agente público ocupante de cargo em comissão ou função de confiança no órgão Contratante, nos termos do artigo 7º do Decreto nº 7.203, de 2010;
- 18.7. Quando não for possível a verificação da regularidade no Sistema de Cadastro de Fornecedores – SICAF, a empresa contratada deverá entregar ao setor responsável pela fiscalização do contrato, até o dia trinta do mês seguinte ao da prestação dos serviços, os seguintes documentos: 1) prova de regularidade relativa à Seguridade Social; 2) certidão conjunta relativa aos tributos federais e à Dívida Ativa da União; 3) certidões que comprovem a regularidade perante a Fazenda Municipal/Estadual ou Distrital do domicílio ou sede do contratado; 4) Certidão de Regularidade do FGTS – CRF; e 5) Certidão Negativa de Débitos Trabalhistas – CNDT, conforme alínea "c" do item 10.2 do Anexo VIII-B da IN SEGES/MP n. 5/2017;
- 18.8. Responsabilizar-se pelo cumprimento das obrigações previstas em Acordo, Convenção, Dissídio Coletivo de Trabalho ou equivalentes das categorias abrangidas pelo contrato, por todas as obrigações trabalhistas, sociais, previdenciárias, tributárias e as demais previstas em legislação específica, cuja inadimplência não transfere a responsabilidade à Contratante;
- 18.9. Comunicar ao Fiscal do contrato, no prazo de 24 (vinte e quatro) horas, qualquer ocorrência anormal ou acidente que se verifique no local dos serviços.
- 18.10. Prestar todo esclarecimento ou informação solicitada pela Contratante ou por seus prepostos, garantindo-lhes o acesso, a qualquer tempo, ao local dos trabalhos, bem como aos documentos relativos à execução do empreendimento.
- 18.11. Paralisar, por determinação da Contratante, qualquer atividade que não esteja sendo executada de acordo com a boa técnica ou que ponha em risco a segurança de pessoas ou bens de terceiros.
- 18.12. Promover a guarda, manutenção e vigilância de materiais, ferramentas, e tudo o que for necessário à execução dos serviços, durante a vigência do contrato.
- 18.13. Promover a organização técnica e administrativa dos serviços, de modo a conduzi-los eficaz e eficientemente, de acordo com os documentos e especificações que integram este Termo de Referência, no prazo determinado.
- 18.14. Conduzir os trabalhos com estrita observância às normas da legislação pertinente, cumprindo as determinações dos Poderes Públicos, mantendo sempre limpo o local dos serviços e nas melhores condições de segurança, higiene e disciplina.
- 18.15. Submeter previamente, por escrito, à Contratante, para análise e aprovação, quaisquer mudanças nos métodos executivos que fujam às especificações do memorial descritivo.
- 18.16. Não permitir a utilização de qualquer trabalho do menor de dezesesseis anos, exceto na condição de aprendiz para os maiores de quatorze anos; nem permitir a utilização do trabalho do menor de dezoito anos em trabalho noturno, perigoso ou insalubre;
- 18.17. Manter durante toda a vigência do contrato, em compatibilidade com as obrigações assumidas, todas as condições de habilitação e qualificação exigidas na licitação;
- 18.18. Cumprir, durante todo o período de execução do contrato, a reserva de cargos prevista em lei para pessoa com deficiência ou para reabilitado da Previdência Social, bem como as regras de acessibilidade previstas na legislação, quando a contratada houver se beneficiado da preferência estabelecida pela Lei nº 13.146, de 2015.
- 18.19. Guardar sigilo sobre todas as informações obtidas em decorrência do cumprimento do contrato;
- 18.20. Arcar com o ônus decorrente de eventual equívoco no dimensionamento dos quantitativos de sua proposta, inclusive quanto aos custos variáveis decorrentes de fatores futuros e incertos, tais como os valores providos com o quantitativo de vale transporte, devendo complementá-los, caso o previsto inicialmente em sua proposta não seja satisfatório para o atendimento do objeto da licitação, exceto quando ocorrer algum dos eventos arrolados nos incisos do § 1º do art. 57 da Lei nº 8.666, de 1993.
- 18.21. Cumprir, além dos postulados legais vigentes de âmbito federal, estadual ou municipal, as normas de segurança da Contratante;
- 18.22. Prestar os serviços dentro dos parâmetros e rotinas estabelecidos, fornecendo todos os materiais, equipamentos e utensílios em quantidade, qualidade e tecnologia adequadas, com a observância às recomendações aceitas pela boa técnica, normas e legislação;
- 18.23. Assegurar à CONTRATANTE, em conformidade com o previsto no subitem 6.1, “a” e “b”, do Anexo VII – F da Instrução Normativa SEGES/MP nº 5, de 25/05/2017:
- 18.23.1. O direito de propriedade intelectual dos produtos desenvolvidos, inclusive sobre as eventuais adequações e atualizações que vierem a ser realizadas, logo após o recebimento de cada parcela, de forma permanente, permitindo à Contratante distribuir, alterar e utilizar os mesmos sem limitações;
- 18.23.2. Os direitos autorais da solução, do projeto, de suas especificações técnicas, da documentação produzida e congêneres, e de todos os demais produtos gerados na execução do contrato, inclusive aqueles produzidos por terceiros subcontratados, ficando proibida a sua utilização sem que exista autorização expressa da Contratante, sob pena de multa, sem prejuízo das sanções civis e penais cabíveis.
- 18.24. Credenciar, por escrito, junto à CONTRATANTE, um preposto idôneo, com experiência no ramo e com poderes para representá-la em tudo que se refere à execução dos serviços, inclusive à supervisão. Em caso de eventual substituição de preposto, a CONTRATADA deverá comunicar previamente esse fato ao fiscal do contrato.
- 18.25. Fornecer à CONTRATADA as Fichas Técnicas de todas as preparações contempladas nos cardápios.
- 18.26. Justificar, preferencialmente por escrito, quaisquer alterações nos cardápios já aprovados. Tais alterações só serão implantadas mediante concordância e autorização da CONTRATANTE.
- 18.27. Afixar o cardápio semanal impresso em local visível e de circulação de usuários. Caso ocorram alterações, o cardápio deverá ser corrigido no tempo mínimo de 01 (uma) hora antes da abertura do refeitório.

- 18.28. Apresentar à CONTRATANTE, no prazo máximo de 2 (dois) meses após o início da operacionalização do serviço contratado, o Manual de Boas Práticas de Fabricação (MBPF) e os Procedimentos Operacionais Padronizados (POPs), devidamente adequados à execução do serviço contratado, nos termos da Resolução RDC nº216/ 2004, da Anvisa.
- 18.29. Estabelecer controle de qualidade em todas as etapas e processos de operacionalização do serviço, com base no MBPF.
- 18.30. Responsabilizar-se pela qualidade da alimentação fornecida, e, quando houver suspeita de deterioração ou contaminação dos alimentos in natura ou preparados, suspender o fornecimento desses e encaminhar amostras para análise bacteriológica, arcando com toda e qualquer despesa, independente da CONTRATANTE tomar a iniciativa.
- 18.31. Manter os utensílios (talheres, pratos, saladeiras, conchas, bandejas e outros) em quantidade suficiente para atender aos usuários durante todo o período de distribuição, bem como mantê-los limpos e íntegros, em bom estado de conservação.
- 18.32. Realizar a higienização das dependências, recolhendo os resíduos orgânicos (alimentares) e inorgânicos, acondicionando-os de maneira adequada e encaminhando-os ao local determinado pela CONTRATANTE para a sua destinação final.
- 18.33. Implantar, em todas as dependências do local em que será prestado o serviço, o controle integrado de pragas, procedimentos de prevenção e eliminação de insetos e roedores, de acordo com a legislação vigente e sempre que for solicitado pelo CONTRATANTE. Só deverão ser utilizados produtos registrados no Ministério da Saúde. Uma cópia dos registros dessas operações deverá ser encaminhada à CONTRATANTE.
- 18.34. Realizar o controle da quantidade de refeições fornecidas diariamente, mantendo um sistema adequado, confiável e auditável. O sistema deve prever equipamentos de registro (caixas registradoras ou similares).
- 18.35. Fornecer à CONTRATANTE, quinzenalmente, relatório do controle da quantidade de refeições distribuídas aos usuários, independente do controle eletrônico ou de outro método adotado para o mesmo fim.
- 18.36. Encaminhar a fatura ou nota fiscal para a CONTRATANTE, de acordo com o estabelecido em contrato.
- 18.37. Para fins de pagamento com os recursos oriundos do FNDE, a CONTRATADA deverá, a partir da solicitação da CONTRATANTE, emitir notas fiscais distintas para gêneros alimentícios e para execução de mão de obra, conforme Artigo 27 da Resolução/ CD/ FNDE nº 20, de 02 de dezembro de 2020.
- 18.38. Participar, sempre que for requisitada pela CONTRATANTE, de reuniões com o corpo técnico da CONTRATANTE a fim de discutir o aprimoramento no atendimento dos padrões de qualidade por essa estipulada como meta.
- 18.39. Apresentar à CONTRATANTE, por ocasião do início das atividades e sempre que houver alocação de novos empregados para cumprimento do contrato, relação em que constem nome, endereço residencial e número de telefone dos empregados colocados à disposição da Administração, bem como suas carteiras de trabalho e previdência social (CTPS) devidamente preenchidas e assinadas para fim de conferência.
- 18.40. Assumir total e exclusiva responsabilidade por quaisquer ônus ou encargos relacionados com seus funcionários na prestação do serviço que é objeto do contrato, sejam eles previstos na legislação trabalhista, social, previdenciária ou ambiental, ou relativos a indenizações por acidentes, moléstias ou de outra natureza, profissional e/ou ocupacional.
- 18.41. Efetuar o pagamento dos salários dos empregados alocados para cumprimento do contrato mediante depósito bancário na conta do trabalhador, de modo a possibilitar a conferência do pagamento pela CONTRATANTE.
- 18.42. Apresentar, quando houver solicitação pela CONTRATANTE, certidões de distribuições cíveis e criminais de toda a mão de obra oferecida para atuar nas instalações em que será executado o serviço.
- 18.43. Atender às solicitações da CONTRATANTE referentes à substituição dos empregados alocados no prazo acordado pelo fiscal do contrato, nos casos em que ficar constatado descumprimento das obrigações relativas à execução do serviço, conforme descrito neste TR.
- 18.44. Instruir seus empregados quanto à necessidade de acatar as Normas Internas da Administração do IFCE.
- 18.45. Instruir seus empregados a respeito das atividades a serem desempenhadas, alertando-os a não executarem atividades que não estejam previstas no contrato, devendo a CONTRATADA relatar à CONTRATANTE toda e qualquer ocorrência nesse sentido, a fim de evitar desvio de função.
- 18.46. Fornecer mensalmente a CONTRATANTE os comprovantes do cumprimento das obrigações com a Previdência e o Fundo de Garantia por Tempo de Serviço (FGTS), do pagamento dos salários e benefícios dos empregados colocados à disposição da CONTRATANTE.
- 18.47. Não permitir a utilização de trabalho de qualquer natureza de menor de 16 anos, exceto na condição de aprendiz para maiores de 14 anos, nem permitir a utilização de trabalhador com menos de 18 anos em trabalho noturno, perigoso ou insalubre.
- 18.48. Manter, durante todo o período de vigência do contrato, em compatibilidade com as obrigações assumidas, todas as condições de habilitação e qualificação exigidas na licitação.
- 18.49. Apresentar os empregados devidamente uniformizados e identificados por meio de crachá, além de provê-lo com os Equipamentos de Proteção Individual (EPIs), quando for o caso.
- 18.50. A CONTRATADA deverá promover capacitação das equipes operacional, administrativa e técnica no início da realização da prestação dos serviços e o mínimo anualmente, conforme legislação específica, ou sempre que houver substituição ou nova contratação de funcionário, abordando no mínimo os seguintes temas: contaminantes alimentares; doenças transmitidas por alimentos (DTA); boas práticas de manipulação de alimentos; higiene pessoal e ambiental; técnicas culinárias; manuseio de equipamentos; prevenção de acidentes de trabalho; combate a incêndio; relacionamento interpessoal; atendimento e acolhimento ao

usuário; qualidade de vida do trabalhador, bem como apresentar cronograma para as demais capacitações ao longo da prestação dos serviços. A CONTRATADA deverá fornecer a CONTRATANTE cópia dos certificados ou declarações das capacitações realizadas.

18.51. A CONTRATADA também deverá promover treinamento específico sobre as formas de prevenção e minimização dos riscos para contágio e transmissão da COVID – 19 (SARS-COV-2), que englobe orientações como informações sobre a doença, regras de higiene pessoal, cuidados de ir e vir, higienização das mãos, uso e higienização das máscaras e condições de saúde no geral. A CONTRATADA deverá utilizar como base para esses treinamentos a cartilha “Orientações para os serviços de alimentação e nutrição no contexto da COVID-19” (IFCE, 2021) e suas atualizações, a ser disponibilizada pela CONTRATANTE.

18.52. A (O) Nutricionista da CONTRATADA deverá aplicar teste de aceitabilidade sempre que ocorrer no cardápio, a introdução de alimento atípico ao hábito alimentar local ou quaisquer outras alterações inovadoras, no que diz respeito ao preparo ou para avaliar aceitação dos cardápios praticados frequentemente. A aplicação do teste de aceitabilidade deverá ser com a participação do nutricionista da CONTRATANTE. No caso de aceitação inferior a 90% por parte dos alunos, a preparação deverá ser excluída do cardápio.

19. DA SUBCONTRATAÇÃO

19.1. Não será admitida a subcontratação do objeto licitatório.

20. ALTERAÇÃO SUBJETIVA

20.1. É admissível a fusão, cisão ou incorporação da contratada com/em outra pessoa jurídica, desde que sejam observados pela nova pessoa jurídica todos os requisitos de habilitação exigidos na licitação original; sejam mantidas as demais cláusulas e condições do contrato; não haja prejuízo à execução do objeto pactuado e haja a anuência expressa da Administração à continuidade do contrato.

21. CONTROLE E FISCALIZAÇÃO DA EXECUÇÃO

21.1. A fiscalização do contrato, ao verificar que houve subdimensionamento da produtividade pactuada, sem perda da qualidade na execução do serviço, deverá comunicar à autoridade responsável para que esta promova a adequação contratual à produtividade efetivamente realizada, respeitando-se os limites de alteração dos valores contratuais previstos no § 1º do artigo 65 da Lei nº 8.666, de 1993.

21.2. A conformidade do material/técnica/equipamento a ser utilizado na execução dos serviços deverá ser verificada juntamente com o documento da Contratada que contenha a relação detalhada dos mesmos, de acordo com o estabelecido neste Termo de Referência, informando as respectivas quantidades e especificações técnicas, tais como: marca, qualidade e forma de uso.

21.3. O representante da Contratante deverá promover o registro das ocorrências verificadas, adotando as providências necessárias ao fiel cumprimento das cláusulas contratuais, conforme o disposto nos §§ 1º e 2º do art. 67 da Lei nº 8.666, de 1993.

21.4. O descumprimento total ou parcial das obrigações e responsabilidades assumidas pela Contratada ensejará a aplicação de sanções administrativas, previstas neste Termo de Referência e na legislação vigente, podendo culminar em rescisão contratual, conforme disposto nos artigos 77 e 87 da Lei nº 8.666, de 1993.

21.5. As atividades de gestão e fiscalização da execução contratual devem ser realizadas de forma preventiva, rotineira e sistemática, podendo ser exercidas por servidores, equipe de fiscalização ou único servidor, desde que, no exercício dessas atribuições, fique assegurada a distinção dessas atividades e, em razão do volume de trabalho, não comprometa o desempenho de todas as ações relacionadas à Gestão do Contrato.

21.6. A fiscalização técnica dos contratos avaliará constantemente a execução do objeto.

21.7. Durante a execução do objeto, o fiscal técnico deverá monitorar constantemente o nível de qualidade dos serviços para evitar a sua degeneração, devendo intervir para requerer à CONTRATADA a correção das faltas, falhas e irregularidades constatadas.

21.8. O fiscal técnico deverá apresentar ao preposto da CONTRATADA a avaliação da execução do objeto ou, se for o caso, a avaliação de desempenho e qualidade da prestação dos serviços realizada.

21.9. Em hipótese alguma, será admitido que a própria CONTRATADA materialize a avaliação de desempenho e qualidade da prestação dos serviços realizada.

21.10. A CONTRATADA poderá apresentar justificativa para a prestação do serviço com menor nível de conformidade, que poderá ser aceita pelo fiscal técnico, desde que comprovada a excepcionalidade da ocorrência, resultante exclusivamente de fatores imprevisíveis e alheios ao controle do prestador.

21.11. Na hipótese de comportamento contínuo de desconformidade da prestação do serviço em relação à qualidade exigida, bem como quando esta ultrapassar os níveis mínimos toleráveis previstos nos indicadores, além dos fatores redutores, devem ser aplicadas as sanções à CONTRATADA de acordo com as regras previstas neste Termo de Referência. O fiscal técnico poderá realizar avaliação diária, semanal ou mensal, desde que o período escolhido seja suficiente para avaliar ou, se for o caso, aferir o desempenho e qualidade da prestação dos serviços.

21.12. As disposições previstas nesta cláusula não excluem o disposto no Anexo VIII da Instrução Normativa SEGES/MP nº 05, de 2017, aplicável no que for pertinente à contratação.

21.13. A fiscalização de que trata esta cláusula não exclui nem reduz a responsabilidade da CONTRATADA, inclusive perante terceiros, por qualquer irregularidade, ainda que resultante de imperfeições técnicas, vícios redibitórios, ou emprego de material inadequado ou de qualidade inferior e, na ocorrência desta, não implica corresponsabilidade da CONTRATANTE ou de seus agentes, gestores e fiscais, de conformidade com o art. 70 da Lei nº 8.666, de 1993.

22. DOS CRITÉRIOS DE AFERIÇÃO E MEDIÇÃO PARA FATURAMENTO

22.1. A avaliação da execução do objeto utilizará o Instrumento de Medição de Resultado (IMR), conforme previsto no Anexo B, devendo haver o redimensionamento no pagamento com base nos indicadores estabelecidos, sempre que a CONTRATADA:

a) não produzir os resultados, deixar de executar, ou não executar com a qualidade mínima exigida as atividades contratadas; ou

b) deixar de utilizar materiais e recursos humanos exigidos para a execução do serviço, ou utilizá-los com qualidade ou quantidade inferior à demandada.

22.1.1. A utilização do IMR não impede a aplicação concomitante de outros mecanismos para a avaliação da prestação dos serviços.

22.2. A aferição da execução contratual para fins de pagamento considerará os seguintes critérios:

22.2.1. A fiscalização e o gerenciamento do contrato serão exercidos pelas CONTRATANTES, por intermédio das nutricionistas do IFCE campi Canindé e Tauá, cabendo-lhes:

22.2.1.1. Fiscalizar os serviços contratados, acompanhando o cumprimento da execução do objeto contratado, em todas as etapas.

22.2.1.2. Exercer a fiscalização dos serviços contratados, acompanhando o cumprimento da execução do escopo contratado, verificando os horários estabelecidos, as quantidades preparadas e servidas de refeições e a compatibilidade com o cardápio estabelecido.

22.2.1.3. Registrar, diariamente, o quantitativo de refeições fornecidas, inclusive o tipo de cardápio servido.

22.2.1.4. Registrar irregularidades na execução do contrato, informando-as ao Departamento Administrativo do, a fim de serem aplicadas as medidas corretivas e/ou punitivas.

22.2.1.5. Verificar a qualidade dos alimentos, rejeitando aqueles que apresentam condições impróprias ao consumo, exigindo imediata substituição.

22.2.1.6. Avaliar, periodicamente, todas as atividades desenvolvidas pela CONTRATADA.

22.2.1.7. Atestar a prestação de serviços das refeições efetivamente servidas.

22.2.1.8. Exigir a manutenção das condições de higiene pessoal, ambiental, dos equipamentos e utensílios.

22.2.1.9. Verificar as condições higiênicas sanitárias no pré-preparo, preparo e distribuição das refeições.

22.3. Nos termos do item 1, do Anexo VIII-A da Instrução Normativa SEGES/MP nº 05, de 2017, será indicada a retenção ou glosa no pagamento, proporcional à irregularidade verificada, sem prejuízo das sanções cabíveis, caso se constate que a Contratada:

22.3.1. não produziu os resultados acordados;

22.3.2. deixou de executar as atividades contratadas, ou não as executou com a qualidade mínima exigida;

22.3.3. deixou de utilizar os materiais e recursos humanos exigidos para a execução do serviço, ou utilizou-os com qualidade ou quantidade inferior à demandada.

23. DO RECEBIMENTO E ACEITAÇÃO DO OBJETO

23.1. A emissão da Nota Fiscal/Fatura deve ser precedida do recebimento definitivo do objeto contratual, nos termos abaixo.

23.2. No prazo de até 5 dias corridos do adimplemento da parcela, a CONTRATADA deverá entregar toda a documentação comprobatória do cumprimento da obrigação contratual;

23.3. O recebimento provisório será realizado pelo fiscal técnico e setorial ou pela equipe de fiscalização após a entrega da documentação acima, da seguinte forma:

23.3.1. A contratante realizará inspeção minuciosa de todos os serviços executados, por meio de profissionais técnicos competentes, acompanhados dos profissionais encarregados pelo serviço, com a finalidade de verificar a adequação dos serviços e constatar e relacionar os arremates, retoques e revisões finais que se fizerem necessários.

23.3.2. Para efeito de recebimento provisório, ao final de cada período de faturamento, o fiscal técnico do contrato irá apurar o resultado das avaliações da execução do objeto e, se for o caso, a análise do desempenho e qualidade da prestação dos serviços realizados em consonância com os indicadores previstos, que poderá resultar no redimensionamento de valores a serem pagos à contratada, registrando em relatório a ser encaminhado ao gestor do contrato

23.3.3. A Contratada fica obrigada a reparar, corrigir, remover, reconstruir ou substituir, às suas expensas, no todo ou em parte, o objeto em que se verificarem vícios, defeitos ou incorreções resultantes da execução ou materiais empregados, cabendo à fiscalização não atestar a última e/ou única medição de serviços até que sejam sanadas todas as eventuais pendências que possam vir a ser apontadas no Recebimento Provisório.

23.3.4. O recebimento provisório também ficará sujeito, quando cabível, à conclusão de todos os testes de campo e à entrega dos Manuais e Instruções exigíveis.

23.4. No prazo de até 10 dias corridos a partir do recebimento dos documentos da CONTRATADA, cada fiscal ou a equipe de fiscalização deverá elaborar Relatório Circunstanciado em consonância com suas atribuições, e encaminhá-lo ao gestor do contrato.

23.4.1. Quando a fiscalização for exercida por um único servidor, o relatório circunstanciado deverá conter o registro, a análise e a conclusão acerca das ocorrências na execução do contrato, em relação à fiscalização técnica e administrativa e demais documentos que julgar necessários, devendo encaminhá-los ao gestor do contrato para recebimento definitivo.

23.4.2. Será considerado como ocorrido o recebimento provisório com a entrega do relatório circunstanciado ou, em havendo mais de um a ser feito, com a entrega do último.

23.4.2.1. Na hipótese de a verificação a que se refere o parágrafo anterior não ser procedida tempestivamente, reputar-se-á como realizada, consumando-se o recebimento provisório no dia do esgotamento do prazo.

23.5. No prazo de até 10 (dez) dias corridos a partir do recebimento provisório dos serviços, o Gestor do Contrato deverá providenciar o recebimento definitivo, ato que concretiza o ateste da execução dos serviços, obedecendo às seguintes diretrizes:

23.5.1. Realizar a análise dos relatórios e de toda a documentação apresentada pela fiscalização e, caso haja irregularidades que impeçam a liquidação e o pagamento da despesa, indicar as cláusulas contratuais pertinentes, solicitando à CONTRATADA, por escrito, as respectivas correções;

23.5.2. Emitir Termo Circunstanciado para efeito de recebimento definitivo dos serviços prestados, com base nos relatórios e documentações apresentadas; e Comunicar à empresa para que emita a Nota Fiscal ou Fatura, com o valor exato dimensionado pela fiscalização, com base no Instrumento de Medição de Resultado (IMR), ou instrumento substituto.

23.6. O recebimento provisório ou definitivo do objeto não exclui a responsabilidade da Contratada pelos prejuízos resultantes da incorreta execução do contrato, ou, em qualquer época, das garantias concedidas e das responsabilidades assumidas em contrato e por força das disposições legais em vigor (Lei nº 10.406, de 2002).

23.7. Os serviços poderão ser rejeitados, no todo ou em parte, quando em desacordo com as especificações constantes neste Termo de Referência e na proposta, devendo ser corrigidos/refeitos/substituídos no prazo fixado pelo fiscal do contrato, às custas da Contratada, sem prejuízo da aplicação de penalidades.

24. DO PAGAMENTO

24.1. A emissão da Nota Fiscal/Fatura será precedida do recebimento definitivo do serviço, conforme este Termo de Referência.

24.2. Quando houver glosa parcial dos serviços, a contratante deverá comunicar a empresa para que emita a nota fiscal ou fatura com o valor exato dimensionado.

24.3. O pagamento será efetuado pela Contratante no prazo de 30 (trinta) dias, contados do recebimento da Nota Fiscal/Fatura.

24.3.1. Os pagamentos decorrentes de despesas cujos valores não ultrapassem o limite de que trata o inciso II do art. 24 da Lei 8.666, de 1993, deverão ser efetuados no prazo de até 5 (cinco) dias úteis, contados da data da apresentação da Nota Fiscal/Fatura, nos termos do art. 5º, § 3º, da Lei nº 8.666, de 1993.

24.4. A Nota Fiscal ou Fatura deverá ser obrigatoriamente acompanhada da comprovação da regularidade fiscal, constatada por meio de consulta on-line ao SICAF ou, na impossibilidade de acesso ao referido Sistema, mediante consulta aos sítios eletrônicos oficiais ou à documentação mencionada no art. 29 da Lei nº 8.666, de 1993.

24.4.1. Constatando-se, junto ao SICAF, a situação de irregularidade do fornecedor contratado, deverão ser tomadas as providências previstas no art. 31 da Instrução Normativa nº 3, de 26 de abril de 2018.

24.5. O setor competente para proceder o pagamento deve verificar se a Nota Fiscal ou Fatura apresentada expressa os elementos necessários e essenciais do documento, tais como:

24.5.1. O prazo de validade;

24.5.2. A data da emissão;

24.5.3. Os dados do contrato e do órgão contratante;

24.5.4. O período de prestação dos serviços;

24.5.5. O valor a pagar; e

24.5.6. Eventual destaque do valor de retenções tributárias cabíveis.

24.6. Havendo erro na apresentação da Nota Fiscal/Fatura, ou circunstância que impeça a liquidação da despesa, o pagamento ficará sobrestado até que a Contratada providencie as medidas saneadoras. Nesta hipótese, o prazo para pagamento iniciar-se-á após a comprovação da regularização da situação, não acarretando qualquer ônus para a Contratante;

- 24.7. Será considerada data do pagamento o dia em que constar como emitida a ordem bancária para pagamento.
- 24.8. Antes de cada pagamento à contratada, será realizada consulta ao SICAF para verificar a manutenção das condições de habilitação exigidas no edital. Constatando-se, junto ao SICAF, a situação de irregularidade da contratada, será providenciada sua notificação, por escrito, para que, no prazo de 5 (cinco) dias úteis, regularize sua situação ou, no mesmo prazo, apresente sua defesa. O prazo poderá ser prorrogado uma vez, por igual período, a critério da contratante.
- 24.9. Não havendo regularização ou sendo a defesa considerada improcedente, a contratante deverá comunicar aos órgãos responsáveis pela fiscalização da regularidade fiscal quanto à inadimplência da contratada, bem como quanto à existência de pagamento a ser efetuado, para que sejam acionados os meios pertinentes e necessários para garantir o recebimento de seus créditos.
- 24.10. Persistindo a irregularidade, a contratante deverá adotar as medidas necessárias à rescisão contratual nos autos do processo administrativo correspondente, assegurada à contratada a ampla defesa.
- 24.11. Havendo a efetiva execução do objeto, os pagamentos serão realizados normalmente, até que se decida pela rescisão do contrato, caso a contratada não regularize sua situação junto ao SICAF.
- 24.11.1. Será rescindido o contrato em execução com a contratada inadimplente no SICAF, salvo por motivo de economicidade, segurança nacional ou outro de interesse público de alta relevância, devidamente justificado, em qualquer caso, pela máxima autoridade da contratante.
- 24.12. Previamente à emissão de nota de empenho e a cada pagamento, a Administração deverá realizar consulta ao SICAF para identificar possível suspensão temporária de participação em licitação, no âmbito do órgão ou entidade, proibição de contratar com o Poder Público, bem como ocorrências impeditivas indiretas, observado o disposto no art. 29, da Instrução Normativa nº 3, de 26 de abril de 2018.
- 24.13. Quando do pagamento, será efetuada a retenção tributária prevista na legislação aplicável, em especial a prevista no artigo 31 da Lei 8.212, de 1993, nos termos do item 6 do Anexo XI da IN SEGES/MP n. 5/2017, quando couber.
- 24.14. É vedado o pagamento, a qualquer título, por serviços prestados, à empresa privada que tenha em seu quadro societário servidor público da ativa do órgão contratante, com fundamento na Lei de Diretrizes Orçamentárias vigente.
- 24.15. Nos casos de eventuais atrasos de pagamento, desde que a Contratada não tenha concorrido, de alguma forma, para tanto, o valor devido deverá ser acrescido de atualização financeira, e sua apuração se fará desde a data de seu vencimento até a data do efetivo pagamento, em que os juros de mora serão calculados à taxa de 0,5% (meio por cento) ao mês, ou 6% (seis por cento) ao ano, mediante aplicação das seguintes fórmulas:

$$EM = I \times N \times VP, \text{ sendo:}$$

EM = Encargos moratórios;
N = Número de dias entre a data prevista para o pagamento e a do efetivo pagamento;
VP = Valor da parcela a ser paga.
I = Índice de compensação financeira = 0,00016438, assim apurado:

I = (TX)	I =	(6 / 100)	I = 0,00016438
		365	TX = Percentual da taxa anual = 6%

25. REAJUSTE

- 25.1. Os preços inicialmente contratados são fixos e irrevogáveis no prazo de um ano contado da data limite para a apresentação das propostas.
- 25.2. Após o interregno de um ano, e independentemente de pedido da CONTRATADA, os preços iniciais serão reajustados, mediante a aplicação, pela CONTRATANTE, do índice IPCA, exclusivamente para as obrigações iniciadas e concluídas após a ocorrência da anualidade, com base na seguinte fórmula (art. 5º do Decreto n.º 1.054, de 1994):
- $$R = V (I - I^0) / I^0, \text{ onde:}$$
- R = Valor do reajuste procurado;
V = Valor contratual a ser reajustado;
Iº = índice inicial - refere-se ao índice de custos ou de preços correspondente à data fixada para entrega da proposta na licitação;
I = Índice relativo ao mês do reajustamento;
- 25.3. Nos reajustes subsequentes ao primeiro, o interregno mínimo de um ano será contado a partir dos efeitos financeiros do último reajuste.
- 25.4. No caso de atraso ou não divulgação do índice de reajustamento, o CONTRATANTE pagará à CONTRATADA a importância calculada pela última variação conhecida, liquidando a diferença correspondente tão logo seja divulgado o índice definitivo.
- 25.5. Nas aferições finais, o índice utilizado para reajuste será, obrigatoriamente, o definitivo.
- 25.6. Caso o índice estabelecido para reajustamento venha a ser extinto ou de qualquer forma não possa mais ser utilizado, será adotado, em substituição, o que vier a ser determinado pela legislação então em vigor.

25.7. Na ausência de previsão legal quanto ao índice substituto, as partes elegerão novo índice oficial, para reajustamento do preço do valor remanescente, por meio de termo aditivo.

25.8. O reajuste será realizado por apostilamento.

26. **GARANTIA DA EXECUÇÃO**

26.1. A Contratada apresentará, no prazo máximo de 10 (dez) dias úteis, prorrogáveis por igual período, a critério do Contratante, contado da assinatura do contrato, comprovante de prestação de garantia, podendo optar por caução em dinheiro ou títulos da dívida pública, seguro-garantia ou fiança bancária, em valor correspondente a 5 % (cinco por cento) do valor total do contrato, com validade durante a execução do contrato e 90 (noventa) dias após término da vigência contratual, devendo ser renovada a cada prorrogação.

26.1.1. A inobservância do prazo fixado para apresentação da garantia acarretará a aplicação de multa de 0,07% (sete centésimos por cento) do valor total do contrato por dia de atraso, até o máximo de 2% (dois por cento).

26.1.2. O atraso superior a 25 (vinte e cinco) dias autoriza a Administração a promover a rescisão do contrato por descumprimento ou cumprimento irregular de suas cláusulas, conforme dispõem os incisos I e II do art. 78 da Lei n. 8.666 de 1993.

26.2. A garantia assegurará, qualquer que seja a modalidade escolhida, o pagamento de:

26.2.1. Prejuízos advindos do não cumprimento do objeto do contrato e do não adimplemento das demais obrigações nele previstas;

26.2.2. Prejuízos diretos causados à Administração decorrentes de culpa ou dolo durante a execução do contrato;

26.2.3. Multas moratórias e punitivas aplicadas pela Administração à contratada; e

26.2.4. Obrigações trabalhistas e previdenciárias de qualquer natureza e para com o FGTS, não adimplidas pela contratada, quando couber.

26.3. A modalidade seguro-garantia somente será aceita se contemplar todos os eventos indicados no item anterior, observada a legislação que rege a matéria.

26.4. A garantia em dinheiro deverá ser efetuada em favor da Contratante, em conta específica na Caixa Econômica Federal, com correção monetária.

26.5. Caso a opção seja por utilizar títulos da dívida pública, estes devem ter sido emitidos sob a forma escritural, mediante registro em sistema centralizado de liquidação e de custódia autorizado pelo Banco Central do Brasil, e avaliados pelos seus valores econômicos, conforme definido pelo Ministério da Economia.

26.6. No caso de garantia na modalidade de fiança bancária, deverá constar expressa renúncia do fiador aos benefícios do artigo 827 do Código Civil.

26.7. No caso de alteração do valor do contrato, ou prorrogação de sua vigência, a garantia deverá ser ajustada à nova situação ou renovada, seguindo os mesmos parâmetros utilizados quando da contratação.

26.8. Se o valor da garantia for utilizado total ou parcialmente em pagamento de qualquer obrigação, a Contratada obrigase a fazer a respectiva reposição no prazo máximo de 30 (trinta) dias úteis, contados da data em que for notificada.

26.9. A Contratante executará a garantia na forma prevista na legislação que rege a matéria.

26.10. Será considerada extinta a garantia:

26.10.1. Com a devolução da apólice, carta fiança ou autorização para o levantamento de importâncias depositadas em dinheiro a título de garantia, acompanhada de declaração da Contratante, mediante termo circunstanciado, de que a Contratada cumpriu todas as cláusulas do contrato;

26.10.2. No prazo de 90 (noventa) dias após o término da vigência do contrato, caso a Administração não comunique a ocorrência de sinistros, quando o prazo será ampliado, nos termos da comunicação, conforme estabelecido na alínea "h2" do item 3.1 do Anexo VII-F da IN SEGES/MP n. 05/2017.

26.11. O garantidor não é parte para figurar em processo administrativo instaurado pela contratante com o objetivo de apurar prejuízos e/ou aplicar sanções à contratada.

26.12. A contratada autoriza a contratante a reter, a qualquer tempo, a garantia, na forma prevista neste Edital e no Contrato.

27. **DAS SANÇÕES ADMINISTRATIVAS**

27.1. Comete infração administrativa nos termos da Lei nº 10.520, de 2002, a CONTRATADA que:

I - Falhar na execução do contrato, pela inexecução, total ou parcial, de quaisquer das obrigações assumidas na contratação;

II - Ensejar o retardamento da execução do objeto;

III - Fraudar na execução do contrato;

IV - Comportar-se de modo inidôneo; ou

V - Cometer fraude fiscal.

27.2. Pela inexecução total ou parcial do objeto deste contrato, a Administração pode aplicar à CONTRATADA as seguintes sanções:

I - Advertência por escrito, quando do não cumprimento de quaisquer das obrigações contratuais consideradas faltas leves, assim entendidas aquelas que não acarretam prejuízos significativos para o serviço contratado;

II - Multa de:

0,1% (um décimo por cento) até 0,2% (dois décimos por cento) por dia sobre o valor adjudicado em caso de atraso na execução dos serviços, limitada a incidência a 15 (quinze) dias. Após o décimo quinto dia e a critério da Administração, no caso de execução com atraso, poderá ocorrer a não-aceitação do objeto, de forma a configurar, nessa hipótese, inexecução total da obrigação assumida, sem prejuízo da rescisão unilateral da avença;

0,1% (um décimo por cento) até 10% (dez por cento) sobre o valor adjudicado, em caso de atraso na execução do objeto, por período superior ao previsto no subitem acima, ou de inexecução parcial da obrigação assumida;

0,1% (um décimo por cento) até 15% (quinze por cento) sobre o valor adjudicado, em caso de inexecução total da obrigação assumida;

0,2% a 3,2% por dia sobre o valor mensal do contrato, conforme detalhamento constante das tabelas 1 e 2, abaixo; e

0,07% (sete centésimos por cento) do valor do contrato por dia de atraso na apresentação da garantia (seja para reforço ou por ocasião de prorrogação), observado o máximo de 2% (dois por cento). O atraso superior a 25 (vinte e cinco) dias autorizará a Administração CONTRATANTE a promover a rescisão do contrato;

III - As penalidades de multa decorrentes de fatos diversos serão consideradas independentes entre si.

IV - Suspensão de licitar e impedimento de contratar com o órgão, entidade ou unidade administrativa pela qual a Administração Pública opera e atua concretamente, pelo prazo de até dois anos;

V - Sanção de impedimento de licitar e contratar com órgãos e entidades da União, com o consequente descredenciamento no SICAF pelo prazo de até cinco anos.

VI - Declaração de inidoneidade para licitar ou contratar com a Administração Pública, enquanto perdurarem os motivos determinantes da punição ou até que seja promovida a reabilitação perante a própria autoridade que aplicou a penalidade, que será concedida sempre que a Contratada ressarcir a Contratante pelos prejuízos causados;

27.3. A Sanção de impedimento de licitar e contratar prevista no subitem “iv” também é aplicável em quaisquer das hipóteses previstas como infração administrativa neste Termo de Referência.

27.4. As sanções previstas nos subitens “i”, “iii”, “iv” e “v” poderão ser aplicadas à CONTRATADA juntamente com as de multa, descontando-a dos pagamentos a serem efetuados.

27.5. Para efeito de aplicação de multas, às infrações são atribuídos graus, de acordo com as tabelas 1 e 2:

TABELA 1

GRAU	CORRESPONDÊNCIA
1	0,2% ao dia sobre o valor mensal do contrato
2	0,4% ao dia sobre o valor mensal do contrato
3	0,8% ao dia sobre o valor mensal do contrato
4	1,6% ao dia sobre o valor mensal do contrato
5	3,2% ao dia sobre o valor mensal do contrato

TABELA 2

INFRAÇÃO		
ITEM	DESCRIÇÃO	GRAU
1	Permitir situação que crie a possibilidade de causar dano físico, lesão corporal ou consequências letais, por ocorrência;	05
2	Suspender ou interromper, salvo motivo de força maior ou caso fortuito, os serviços contratuais por dia e por unidade de atendimento;	04
3	Manter funcionário sem qualificação para executar os serviços contratados, por empregado e por dia;	03
4	Recusar-se a executar serviço determinado pela fiscalização, por serviço e por dia;	02
5	Retirar funcionários ou encarregados do serviço durante o expediente, sem a anuência prévia do CONTRATANTE, por empregado e por dia;	03
Para os itens a seguir, deixar de:		
6	Registrar e controlar, diariamente, a assiduidade e a pontualidade de seu pessoal, por funcionário e por dia;	01

7	Cumprir determinação formal ou instrução complementar do órgão fiscalizador, por ocorrência;	02
8	Substituir empregado que se conduza de modo inconveniente ou não atenda às necessidades do serviço, por funcionário e por dia;	01
9	Cumprir quaisquer dos itens do Edital e seus Anexos não previstos nesta tabela de multas, após reincidência formalmente notificada pelo órgão fiscalizador, por item e por ocorrência;	03
10	Indicar e manter durante a execução do contrato os prepostos previstos no edital/contrato;	01
11	Providenciar treinamento para seus funcionários conforme previsto na relação de obrigações da CONTRATADA	01

27.6. Também ficam sujeitas às penalidades do art. 87, III e IV da Lei nº 8.666, de 1993, as empresas ou profissionais que:

27.6.1. Tenham sofrido condenação definitiva por praticar, por meio dolosos, fraude fiscal no recolhimento de quaisquer tributos;

27.6.2. Tenham praticado atos ilícitos visando a frustrar os objetivos da licitação;

27.6.3. Demonstrem não possuir idoneidade para contratar com a Administração em virtude de atos ilícitos praticados.

27.7. A aplicação de qualquer das penalidades previstas realizar-se-á em processo administrativo que assegurará o contraditório e a ampla defesa à CONTRATADA, observando-se o procedimento previsto na Lei nº 8.666, de 1993, e subsidiariamente a Lei nº 9.784, de 1999.

27.8. As multas devidas e/ou prejuízos causados à Contratante serão deduzidos dos valores a serem pagos, ou recolhidos em favor da União, ou deduzidos da garantia, ou ainda, quando for o caso, serão inscritos na Dívida Ativa da União e cobrados judicialmente.

27.8.1. Caso a Contratante determine, a multa deverá ser recolhida no prazo máximo de 10 (dez) dias, a contar da data do recebimento da comunicação enviada pela autoridade competente.

27.9. Caso o valor da multa não seja suficiente para cobrir os prejuízos causados pela conduta do licitante, a União ou Entidade poderá cobrar o valor remanescente judicialmente, conforme artigo 419 do Código Civil.

27.10. A autoridade competente, na aplicação das sanções, levará em consideração a gravidade da conduta do infrator, o caráter educativo da pena, bem como o dano causado à Administração, observado o princípio da proporcionalidade.

27.11. Se, durante o processo de aplicação de penalidade, houver indícios de prática de infração administrativa tipificada pela Lei nº 12.846, de 1º de agosto de 2013, como ato lesivo à administração pública nacional ou estrangeira, cópias do processo administrativo necessárias à apuração da responsabilidade da empresa deverão ser remetidas à autoridade competente, com despacho fundamentado, para ciência e decisão sobre a eventual instauração de investigação preliminar ou Processo Administrativo de Responsabilização - PAR.

27.12. A apuração e o julgamento das demais infrações administrativas não consideradas como ato lesivo à Administração Pública nacional ou estrangeira nos termos da Lei nº 12.846, de 1º de agosto de 2013, seguirão seu rito normal na unidade administrativa.

27.13. O processamento do PAR não interfere no seguimento regular dos processos administrativos específicos para apuração da ocorrência de danos e prejuízos à Administração Pública Federal resultantes de ato lesivo cometido por pessoa jurídica, com ou sem a participação de agente público.

27.14. As penalidades serão obrigatoriamente registradas no SICAF.

28. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO DO FORNECEDOR

28.1. As exigências de habilitação jurídica e de regularidade fiscal e trabalhista são as usuais para a generalidade dos objetos, conforme disciplinado no edital.

28.2. Os critérios de qualificação econômico-financeira a serem atendidos pelo fornecedor estão previstos no edital.

28.3. Os critérios de qualificação técnica a serem atendidos pelo fornecedor serão:

28.3.1. Registro Sanitário, Alvará de Funcionamento, nutricionista Responsável Técnico (RT) com registro ativo no Conselho Regional de Nutrição - 11ª Região (CRN-11);

28.3.2. Comprovação de aptidão para a prestação dos serviços em características, quantidades e prazos compatíveis com o objeto desta licitação, ou com o item pertinente, mediante a apresentação de atestado(s) fornecido(s) por pessoas jurídicas de direito público ou privado.

28.3.3. Na Fase de Habilitação:

28.3.3.1. Apresentar comprovante de registro no Conselho Regional de Nutricionistas (CRN) da empresa participante e de seus responsáveis técnicos, segundo os termos do art. 15, parágrafo único, da Lei nº 6583, de 20 de outubro de 1978.

28.3.4. Para fins da comprovação de que trata este subitem, os atestados deverão dizer respeito a serviços executados com as seguintes características mínimas:

28.3.4.1. Deverá haver a comprovação da experiência mínima de 12 meses na prestação dos serviços, sendo aceito o somatório de atestados de períodos diferentes, não havendo obrigatoriedade desse período ser ininterrupto, conforme item 10.7.1 do Anexo VII-A da IN SEGES/MPDG n. 5/2017.

28.3.4.2. Somente serão aceitos atestados expedidos após a conclusão do contrato ou se decorrido, pelo menos, um ano do início de sua execução, exceto se firmado para ser executado em prazo inferior, conforme item 10.8 do Anexo VII-A da IN SEGES/MP n. 5, de 2017.

28.3.4.3. Poderá ser admitida, para fins de comprovação de quantitativo mínimo do serviço, a apresentação de diferentes atestados de serviços executados de forma concomitante, pois essa situação se equivale, para fins de comprovação de capacidade técnico-operacional, a uma única contratação, nos termos do item 10.9 do Anexo VII-A da IN SEGES/MP n. 5/2017.

28.3.4.4. O licitante disponibilizará todas as informações necessárias à comprovação da legitimidade dos atestados apresentados, apresentando, dentre outros documentos, cópia do contrato que deu suporte à contratação, endereço atual da contratante e local em que foram prestados os serviços, consoante o disposto no item 10.10 do Anexo VII-A da IN SEGES/MP n. 5/2017.

28.3.5. As empresas, cadastradas ou não no SICAF, deverão apresentar atestado de vistoria assinado pelo servidor responsável

28.3.5.1. O atestado de vistoria poderá ser substituído por declaração emitida pelo licitante em que conste, alternativamente, ou que conhece as condições locais para execução do objeto; ou que tem pleno conhecimento das condições e peculiaridades inerentes à natureza do trabalho, assume total responsabilidade por este fato e não utilizará deste para quaisquer questionamentos futuros que ensejem desavenças O critério de julgamento da proposta é o menor preço global.

28.4. As regras de desempate entre propostas são as discriminadas no edital.

29. ESTIMATIVA DE PREÇOS E PREÇOS REFERENCIAIS

29.1. O valor estimado da contratação para o *Campus Canindé* é de: R\$ 2.329.170,00 (dois milhões, trezentos e vinte e nove mil cento e setenta reais).

29.2. O valor estimado da contratação para o *Campus Tauá* é de: R\$ 1.572.060,00 (um milhão, quinhentos e setenta e dois mil sessenta reais).

30. DOS RECURSOS ORÇAMENTÁRIOS

30.1. A indicação da dotação orçamentária fica postergada para o momento da assinatura do contrato ou instrumento equivalente.

Município de Crateús - CE, 07 de Junho de 2022

Katiane Sampaio de Sousa

Antônio Jonas Evangelista Ferreira

Geirla Jane Freitas da Silva

Rayane Mourão Cordeiro

Membro(s) da Equipe de Planejamento

PORTARIA Nº 7/GAB-CRA/DG-CRA/CRATEUS, de 17 de janeiro de 2022

Anexos:

A – Estudo Técnico Preliminar - SEI nº 3644549;

B – Instrumento de Medição de Resultado (IMR) - SEI nº 3657182;

C – Fichas de Composição Nutricional - SEI nº 3657210;



Documento assinado eletronicamente por **Fernando Freires da Rocha, Assistente em Administração**, em 09/06/2022, às 10:39, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade do documento pode ser conferida no site https://sei.ifce.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0 informando o código verificador **3810478** e o código CRC **9753265A**.

Estudo Técnico Preliminar 1/2022

1. Informações Básicas

Número do processo: 23263.002585/2021-40

2. Categoria do ETP

Prestação de serviços continuados sem dedicação exclusiva de mão de obra.

3. Descrição da necessidade

3.1. Prestar suporte aos **estudantes** do IFCE *campi* **Canindé** e **Tauá** através da oferta de alimentação escolar (lanche e almoço), segundo determina o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), no período letivo de 2022, contribuindo para o rendimento cognitivo dos mesmos durante o processo de aprendizagem.

3.2. O serviço terá natureza continuada, por meio do atendimento dos seguintes requisitos estampados no art. 15, da Instrução Normativa nº 05/2017/SEGES/MPDG e na Instrução Normativa nº 4/2020 do IFCE:

* Trata-se de serviço essencial e contínuo, pois o IFCE - Campi Canindé e Tauá fornecem diariamente refeições aos alunos matriculados nos cursos de nível técnico integrado, técnico subsequente e de nível superior. Ademais, os Campi Canindé e Tauá não dispõem de infraestrutura e recursos humanos para o atendimento desse serviço, necessitando da contratação de empresa especializada para o preparo, transporte e distribuição da alimentação escolar.

* O fornecimento da alimentação escolar visa promover a formação de hábitos alimentares saudáveis, favorecendo a permanência do aluno no espaço educacional, auxiliando no combate à evasão escolar e contribuindo com a aprendizagem e o rendimento dos alunos.

* Caso ocorra a interrupção dos serviços, pode haver prejuízos ao cumprimento da missão institucional na medida em que ocorreria aumento da evasão escolar, prejuízos na aprendizagem e rendimento dos alunos, já que não estariam recebendo a alimentação adequada.

4. Área requisitante

Área Requisitante	Responsável
Coordenação de Assistência Estudantil - Campus Canindé	Geirla Jane Freitas da Silva
Assistência Estudantil - Campus Tauá	Ana Cristina Alves Gomes

5. Descrição dos Requisitos da Contratação

5.1. Duração Inicial do Contrato:

5.1.1. Será celebrado contrato com a adjudicatária, com vigência de 12 (doze) meses, de acordo com o que estabelece a Lei nº 8.666/93, conforme modelo a ser elaborado pelo setor competente. O prazo de vigência do contrato, devidamente justificado e no interesse da Administração, poderá ser prorrogado por iguais e sucessivos períodos, limitado a 60 (sessenta) meses de acordo com o previsto no Art. 57 da Lei nº 8.666/93.

5.1.2. Será exigida a prestação de garantia pela CONTRATADA, no percentual de 5% (cinco por cento) do valor total do contrato, podendo optar por caução em dinheiro ou títulos da dívida pública, seguro-garantia ou fiança bancária, a ser comprovada no prazo de 10 (dez) dias úteis a partir da data da celebração do contrato, prorrogados por igual período a critério do IFCE - *campi* Canindé e Tauá.

5.1.3. As atividades referentes ao contrato, objeto deste estudo, tem previsão de início **tão logo o procedimento licitatório seja finalizado e haja condições de contratação.**

5.2. Locais de prestação dos serviços:

5.2.1. A distribuição das refeições, lanches e almoço, deverá ser realizada nas dependências do **IFCE - campus Canindé**, endereço: BR 020, Km 303, Distrito de Jubaia, Canindé-CE, CEP: 62700-000.

5.2.1. A distribuição das refeições, lanches e almoço, deverá ser realizada nas dependências do **IFCE Campus Tauá**, Rua Antônio Teixeira Benevides, Nº 01, Bairro Colibris, CEP: 63660-000, Tauá - CE.

5.2.2 O processo de produção da alimentação será realizado nas dependências da Contratada, em local por esta definido e informado à Contratante. Qualquer mudança de estrutura física ou de endereço deve ser comunicada à contratante antecipadamente.

5.2.3 O serviço poderá, a critério da Administração, ser prestado em outros locais na cidade da contratante que porventura venham a ser geridos pelo IFCE campi Canindé e Tauá.

5.3. Fornecimento de insumos, materiais, equipamentos e mobiliários:

5.3.1 O serviço a ser prestado é de **refeições prontas e transportadas**, o que implica que toda a operacionalização e custos referentes ao transporte serão de responsabilidade da CONTRATADA. **O local de produção dessas refeições não deve exceder o raio de 30 km do local de distribuição até a CONTRATANTE.**

5.3.2. Os serviços incluem ainda a instalação nas dependências da CONTRATANTE de balcões térmicos, refresqueiras e demais equipamentos necessários para a distribuição das refeições; controle de comensais; acompanhamento do nível de satisfação (Painel de Satisfação) e desperdício da clientela (balança para pesagem das refeições); fornecimento de demais equipamentos e materiais de consumo em geral (utensílios, talheres, porta-talheres, porta-guardanapos, lixeiras, bandejas, pratos, copos, descartáveis, uniformes, EPI's, materiais de limpeza para higienização dos utensílios e equipamentos utilizados na distribuição, dentre outros necessários à perfeita execução do serviço); mão de obra especializada; pessoal técnico, operacional e administrativo em número suficiente; transporte adequado para o uso exclusivo e compatível com o volume de refeições, observadas às normas vigentes da vigilância sanitária.

5.4. Sustentabilidade – Uso Racional da Água:

5.4.1. A CONTRATADA deve estabelecer medidas de redução de consumo e uso racional da água.

5.4.2. A CONTRATADA deve adotar procedimentos corretos com uso adequado da água que promovam economia e evitem desperdícios, sem, no entanto, deixar de garantir a adequada higienização do ambiente, dos alimentos, utensílios e pessoal.

5.5. Eficiência Energética:

5.5.1. Devem ser verificadas periodicamente os sistemas de aquecimento e refrigeração. A formação de chamuscas amareladas, fuligem nos recipientes e gelo podem ser sinais de mau funcionamento dos equipamentos, manutenção inadequada ou utilização de combustível de má qualidade.

5.5.2. Devem ser verificadas o local da instalação dos sistemas de aquecimento para que correntes de ar não apaguem as chamuscas.

5.5.3. As luzes dos ambientes não ocupados devem ser desligadas e apenas as luzes necessárias devem ser mantidas acesas.

5.5.4. Devem ser realizadas verificações e, se for o caso, manutenções periódicas nos seus aparelhos elétricos, extensões etc., além de se evitar ao máximo o uso de extensões elétricas.

5.5.5 A CONTRATADA deve repassar a seus empregados todas as orientações referentes à redução do consumo de energia fornecidas pela CONTRATANTE.

5.6. Redução da Produção de Resíduos e Melhor Aproveitamento dos Alimentos:

5.6.1. A nutricionista da CONTRATADA, sempre que possível, deverá adequar nos cardápios a prática de reutilização de partes não convencionais de alimentos, propiciando uma maior economia, uma melhoria na qualidade da alimentação e reduzindo a produção de resíduos de alimentos.

5.6.2. Na formulação do cardápio diário, devem ser observadas a sazonalidade de alguns alimentos, além de todas as possibilidades de aproveitamento dos gêneros alimentícios.

5.6.3. A Nutricionista da CONTRATADA deverá evitar desperdícios de gêneros alimentícios, que podem ser aplicados na formulação de refeições que utilizam partes não convencionais de alimentos, desde que atenda às necessidades nutricionais diárias recomendadas. Tais sugestões devem ser repassadas a Nutricionista da CONTRATANTE, para aprovação e incorporação ao cardápio.

5.6.4. Enriquecer os cardápios com as ideias de não desperdício de gêneros alimentícios, observando a manutenção da equivalência mínima de necessidades nutricionais diárias recomendadas, reduzindo desperdícios, produção e destinação de resíduos alimentares, além de reduzir custos.

5.6.5. A Nutricionista da CONTRATADA poderá privilegiar, na preparação dos cardápios, produtos alimentícios próprios da época, levando em conta a sazonalidade dos insumos, devendo ainda submeter à CONTRATANTE a aprovação de tais substituições.

5.6.6. A equipe da CONTRATADA deve utilizar procedimentos indispensáveis para preservar o valor nutritivo dos alimentos.

6. Levantamento de Mercado

6.1. Foram analisadas contratações similares feitas por outros órgãos e entidades, por meio de consulta a outros editais, com o objetivo de identificar a existência de novas metodologias, tecnologias ou inovações que melhor atendessem às necessidades da Administração, o que levou a constatar que os outros órgãos e entidades contratam pessoa jurídica para fornecimento de refeições condizente com a forma de aquisição adotada por esta Administração.

7. Descrição da solução como um todo

7.1. A descrição da solução como um todo, conforme minudenciado nos Estudos Preliminares, abrange a **prestação do serviço de fornecimento de refeições prontas sob demanda**, a serem produzidas nas **dependências da contratada** e serem transportadas para a Contratante, durante o período letivo, nos turnos manhã, tarde e noite, de segunda a sexta-feira e aos sábados letivos, se algum campus participante julgar como necessário. Essa solução se mostra a mais efetiva tendo em vista as atribuições necessárias para a manutenção das instalações e o crescimento destas instituições de ensino.

7.2. Os serviços a serem contratados englobam o planejamento, a organização, a execução, a direção e a supervisão de serviços de alimentação e nutrição (preparação, transporte, controle do acesso e distribuição de refeições nos horários pré-estabelecidos); limpeza e higienização da área física, mobiliário, e utensílios de toda a cantina de alimentação escolar. As refeições devem ser servidas em condições adequadas de higiene e limpeza, preparadas com gêneros de primeira qualidade, com ótima apresentação, sabor e cheiro agradável, dentro das exigências de higiene e técnicas culinárias e de acordo com os cardápios elaborados pelas nutricionistas das CONTRATANTES, de acordo com as faixas calóricas. As referidas refeições serão compostas de 03 (três) lanches diários, sendo 01 (um) no turno da manhã, 01 (um) no turno da tarde e 01 (um) no turno da noite, atendendo aos alunos dos cursos Técnicos Integrados Integrais, Subsequentes, Concomitantes, Superiores ou quaisquer outras modalidades de ensino que porventura venha a serem ofertados pelos campi Canindé e Tauá, e 01 (um) almoço em dias da semana pré-estabelecidos no calendário acadêmico para os estudantes dos cursos de matriz integral.

8. Estimativa das Quantidades a serem Contratadas

Campus Canindé

8.1. Os lanches serão ofertados aos discentes dos cursos de educação básica (integrados integrais, concomitante e subsequente), superiores (graduações tecnológicas e licenciaturas) e de Formação Inicial e Continuada (FIC) durante os períodos de 2022.1, 2022.2. Conforme dados obtidos do Acadêmico, o total de alunos matriculados nos cursos ofertados pelo *campus* Canindé que teriam acesso a alimentação atingiram o número de 998, sendo 98 alunos da educação básica, 807 alunos da educação superior e 93 alunos FIC. O *campus* possuía uma média de 211 alunos ingressos (descontados as médias de abandono e trancamento dos últimos semestres em atividades presenciais) e 60 alunos egressos (considerando os últimos semestres em atividades presenciais), restando um crescimento semestral de 151 alunos. Estimou-se que 80% dos alunos matriculados optavam pelas refeições ofertadas pela Instituição, o que corresponde a aproximadamente 800 alunos/ dia, distribuídos nos três turnos, número esse que será utilizado para efeitos de cálculo. Dessa maneira, segue o demonstrativo da demanda planejada:

Semestre	Quantidade prevista de alunos por semestre	Quantidade de dias letivos por semestre	Demanda de lanches por semestre
2022.1	$900 + 151 = 1.051$	100	105.100
2022.2	$1.051 + 151 = 1.202$	100	120.200
Total			225.300

Semestre	Quantidade prevista de alunos por semestre	Quantidade de dias letivos por semestre	Demanda de almoço por semestre
2022.1	$136 + 39 = 177$	100	17.700
2022.2	$177 + 39 = 216$	100	21.600
Total			38.300

O almoço é servido exclusivamente aos alunos dos cursos do ensino médio integrado integral, seguindo a Resolução/ CD/ FNDE nº26, de 17 de junho de 2013. Essa modalidade de ensino conta em média com 98 alunos. Desses, 100% deles fazem uso desse direito em alguns dias da semana, seguindo o calendário acadêmico. A média semestral de ingressos nesses cursos é de 54 alunos (descontados as médias de abandono e trancamento nos últimos semestres de atividades presenciais) e 15 egressos (também tomando como média os últimos semestres de atividades presenciais), tendo um crescimento semestral de cerca de 39 discentes, número que será utilizado para efeito de cálculo.

Campus Tauá

8.2 O Campus Tauá irá atender alunos do ensino médio integrado (Técnico em Redes de Computadores e Agropecuária), técnico subsequente (Curso de informática para internet) e do ensino superior (Telemática e Letras). Aos alunos do ensino médio integrado são fornecidos lanches nos turnos manhã e tarde, além do almoço, enquanto que para os do técnico subsequente e ensino superior, são oferecidos apenas lanches nos turnos tarde e/ou noite. O quantitativo de lanches e almoços a serem contratados foi elaborado considerando o ano letivo com 200 dias e ainda as especificidades do público discente, no qual serão beneficiados com esta contratação.

	nº de refeições por dia	Dias letivos	Quantidade Total
Lanche da manhã	193	200	38.600
Almoço	193	200	38.600
Lanche da tarde	240	200	48.000
Lanche da noite	211	200	42.200

Faz-se necessário ressaltar que o quantitativo estimado pode variar do quantitativo real executado, conforme aceitação de preparações, liberação ou acréscimo de alunos por eventualidades, mudança de ingresso ou calendário acadêmico, entre outros.

A estimativa de refeições prontas de transportadas para o campus Tauá no ano de 2022, é de:

- 38.600 unidades de lanches manhã
- 38.600 unidades de almoços
- 48.000 unidades lanches tarde
- 42.200 unidades lanches noite

No **campus Canindé**, a **empresa vencedora poderá**, se assim desejar, fornecer também almoço aos servidores e/ou terceirizados, e por ventura aos estudantes do Ensino Superior. A média servida durante as atividades presenciais é de aproximadamente 20 refeições por dia, podendo tal quantitativo variar em casos de eventos ou encontros pedagógicos. Tais refeições **serão custeadas integralmente pelos mesmos, sem nenhum ônus para o IFCE campus Canindé**. Dessa maneira, teremos:

Ano	Dias Úteis	Quantidade prevista a ser fornecida por dia	Demanda de almoço
2022	253	20	5.060
Total			5.060

Com base nas informações descritas acima, para o **campus Canindé**, a previsão para a oferta de lanches aos alunos é de **225.300**, de almoço aos alunos dos cursos integrais é de **38.900** e de almoço para servidores e/ou terceirizados é de **5.060**, nos períodos mencionados.

Para o **campus Tauá**, a previsão para a oferta de lanches aos alunos é **128.600**, de almoço aos alunos é de **38.600**.

9. Estimativa do Valor da Contratação

8.1. O valor estimado da contratação para o **campus Canindé** é de: **R\$ 2.329.170,00** (dois milhões, trezentos e vinte e nove mil, cento e setenta reais).

8.2. O valor estimado da contratação para o **campus Tauá** é de: **R\$ 1.572.060,00** (um milhão, quinhentos e setenta e dois mil e sessenta reais)

* Considerando as cotações recebidas de empresas especializadas do ramo, em elaboração do mapa de preços, levando-se em conta a média aritmética, chegou-se aos valores estimados da licitação pretendida.

10. Justificativa para o Parcelamento ou não da Solução

10.1. O agrupamento dos itens dá-se em função de serem prestados por empresas do segmento de alimentos, e especialmente, pelo fato de não ser razoável/eficiente que a Administração contrate várias empresas para fornecer itens objeto desta licitação, sob risco de prejuízo à economicidade e ao próprio erário pela inviabilização de se encontrar a proposta mais vantajosa ante a perda de economia de escala.

11. Contratações Correlatas e/ou Interdependentes

11.1. Não se faz necessária a realização de contratações correlatas e/ou interdependentes para que o objetivo desta aquisição seja atingido.

12. Alinhamento entre a Contratação e o Planejamento

12.1. A demanda está prevista no Plano Anual de Contratação.

13. Resultados Pretendidos

13.1. Promover alimentação saudável entre os estudantes, contribuindo assim para redução da evasão escolar, melhorando o desempenho acadêmico e institucional.

14. Providências a serem Adotadas

14.1. O **IFCE - campi Canindé e Tauá** contam com nutricionistas capacitadas para fiscalizar a entrega dos itens quanto às condições, quantidades, exigências e estimativas estabelecidas neste instrumento. Não se faz necessário adequação do ambiente onde será executado os serviços ora contratados.

15. Possíveis Impactos Ambientais

14.1. Não se aplica.

16. Declaração de Viabilidade

Esta equipe de planejamento declara **viável** esta contratação.

16.1. Justificativa da Viabilidade

16.1. Conforme o exposto neste Estudo Técnico Preliminar e tendo em vista a necessidade do fornecimento de refeições aos alunos do IFCE - campi Canindé e Tauá, justifica-se a viabilidade da contratação.

17. Responsáveis

PORTARIA Nº 7/GAB-CRA/DG-CRA/CRATEUS, DE 17 DE JANEIRO DE 2022

ANTONIO JONAS EVANGELISTA FERREIRA

Coordenador CAC-CAN

PORTARIA Nº 7/GAB-CRA/DG-CRA/CRATEUS, DE 17 DE JANEIRO DE 2022.

ANA CRISTINA ALVES GOMES

Nutricionista campus Tauá

PORTARIA Nº 7/GAB-CRA/DG-CRA/CRATEUS, DE 17 DE JANEIRO DE 2022.

RAYANE MOURÃO CORDEIRO

Assistente em Administração

PORTARIA Nº 7/GAB-CRA/DG-CRA/CRATEUS, DE 17 DE JANEIRO DE 2022.

GEIRLA JANE FREITAS DA SILVA

Nutricionista campus Canindé

ANEXO B
INSTRUMENTO DE MEDIÇÃO DE RESULTADO (IMR)

<u>ITENS AVALIADOS</u>	
01	A1 - EXECUÇÃO DO CONTRATO
02	A2- ATENDIMENTO A CLIENTELA
03	A3- CONDIÇÕES HIGIÊNICO SANITÁRIAS
04	A4 - QUALIDADE DAS PREPARAÇÕES SERVIDAS

TABELA DE AVALIAÇÃO DOS SERVIÇOS PRESTADOS				
Ocorrências	Condição	Nível de criticidade	Pontuação	Pontuação atribuída
MÓDULO A1 - EXECUÇÃO DO CONTRATO				
Descumprimento total ou parcial de qualquer uma das demais cláusulas do Contrato, Edital, Termo de Referência e seus anexos	Por registro	Leve	0,2	
Manter um número insuficiente de funcionários nas dependências do IFCE campus Tauá para acompanhar todos os turnos das refeições e desempenhar as funções necessárias, de acordo com as exigências do contrato.	Por registro	Médio	0,3	
Suspender ou interromper, no todo ou em parte, salvo por motivo de força maior ou caso fortuito, os serviços contratados.	Por dia e por registro, cumulativo	Gravíssimo	2,0	
Deixar de indicar preposto ou indicá-lo sem capacidade de tomar decisões compatíveis com os compromissos assumidos.	Por registro	Médio	0,3	
MÓDULO A2- ATENDIMENTO A CLIENTELA				
Mudança de cardápio sem aviso prévio.	Por dia e por registro, cumulativo	Médio	0,3	
Não substituir mão-de-obra faltosa em até 2 (duas) horas, a partir do seu registro.	Por registro	Médio	0,3	
Atrasar em prazo superior a 10 minutos o início da distribuição das refeições.	Por dia e por registro, cumulativo	Médio	0,3	
Atrasar em prazo superior a 10 minutos o início da distribuição das refeições, salvo por motivo de força maior	Por dia e por registro, cumulativo	Médio	0,3	

ou caso fortuito	ativo			
Falta de preparações que não possuam opções equivalentes por um prazo superior a 10 minutos durante o horário da distribuição das refeições	Por registro	Médio	0,3	
Paralisação do atendimento no prazo superior a 10 minutos devido à falta de alimentos	Por dia e por registro,cumul ativo	Grave	0,4	
MÓDULO A3- CONDIÇÕES HIGIÊNICO SANITÁRIAS				
Não fornecer material adequado e em quantidades suficientes para as operações de higienização da área de distribuição das refeições.	Por registro	Leve	0,2	
Permitir que quaisquer dos empregados que prestam serviço à contratante, exerçam suas atividades sem uniforme, com uniforme manchado, sujo, mal apresentado.	Por registro	Leve	0,2	
Deixar de manter em perfeita condição de uso equipamentos e utensílios necessários para prestação do serviço.	Por registro	Médio	0,3	
Deixar de manter em perfeita condição de uso as instalações físicas de propriedade da IFCE campus Tauá cedidas à empresa contratada para a realização do serviço prestado.	Por registro	Médio	0,3	
Apresentar laudos técnicos de análise microbiológica de alimentos, superfícies, equipamentos e manipuladores com parâmetros acima dos estabelecidos pela legislação.	Por registro	Grave	0,4	
Presença de perigos físicos nas refeições ofertadas	Por registro	Grave	0,4	
Deixar de substituir imediatamente após sua oficialização, empregado que se conduza de modo inconveniente ou não atenda às necessidades da contratante.	Por registro	Grave	0,4	
Ocorrência de surto de Doença Transmitida por Alimentos (DTAs) em decorrência do consumo da alimentação oferecida pela CONTRATADA	Por dia e por registro,cumul ativo	Gravíssimo	2,0	
Deixar de adequar as instalações da CONTRATADA aos padrões da legislação vigente (Lista de Verificação das Condições Higiênico-Sanitárias, Baseada na RDC nº 275/2002 e na RDC nº 216/2004, da ANVISA) no prazo estipulado pela CONTRATANTE.	Por registro	Grave	0,4	
MÓDULO A4 - QUALIDADE DAS PREPARAÇÕES SERVIDAS				
Servir preparações que não foram aprovadas previamente pela CONTRATANTE.	Por registro	Médio	0,3	
Servir preparações que desconsideram a aceitação da	Por registro	Médio	0,3	

clientela e hábitos alimentares locais.				
Servir alimentos que não atendem às diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar e aos pilares de uma alimentação adequada e saudável.	Por registro	Grave	0,4	
Servir alimentos com textura, sabor, aroma, composição e aparência em desacordo com as condições da CONTRATANTE.	Por dia e por registro, cumulativo	Médio	0,3	
PONTUAÇÃO				

Fórmula para cálculo da pontuação final:

$$\text{NMA} = 100 - \Sigma \text{PP}$$

Onde:

NMA = Nota Mensal de Avaliação

ΣPP = Somatório dos Pontos Perdidos (Somatório da quantidade das condições verificadas multiplicada pelo respectivo índice que lhe é atribuído).

As adequações nos pagamentos estarão limitadas à seguinte faixa de tolerância:	
Faixa de Pontuação Obtida	Percentual de Desconto
≥ 97	0%
≥ 94 e < 97	1%
≥ 90 e < 94	2%
≥ 86 e < 90	3%
≥ 82 e < 86	4%
≥ 78 e < 82	6%
≥ 74 e < a 78,	8%
< 74	10 %

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DOS LANCHES DA MANHÃ/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada de Fruta com Bebida Láctea	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Banana, pacova, crua	75,50	50,00	1,51	38,95	162,99	0,61	0,04	10,16	2,75	0,19	0,00	0,00	0,47
Maçã, Fuji, com casca, crua	64,50	50,00	1,29	27,76	116,14	0,14	0,00	7,58	0,96	0,05	2,00	1,20	0,00
Mamão, Formosa, cru	58,00	40,00	1,45	18,14	75,88	0,33	0,05	4,62	9,95	0,09	31,20	31,41	1,30
Manga, Tommy Atkins, crua	40,80	30,00	1,36	15,21	63,63	0,26	0,07	3,83	2,29	0,02	30,00	2,38	0,00
Melão, cru	41,10	30,00	1,37	8,81	36,86	0,20	0,00	2,26	0,86	0,07	34,80	2,60	3,35
Goiaba, vermelha, com casca, crua	30,50	25,00	1,22	13,54	56,66	0,27	0,11	3,25	1,11	0,04	19,75	20,15	0,00
Laranja, baía, suco	61,00	50,00	1,22	18,32	76,67	0,33	0,00	4,35	2,96	0,03	2,00	47,24	0,00
Uva, Itália, crua	24,40	20,00	1,22	10,57	44,24	0,15	0,04	2,71	1,33	0,03	1,46	0,66	0,00
Bebida láctea	150,00	150,00	1,00	136,70	571,93	4,17	1,73	27,05	145,76	0,09	15,15	1,34	54,68
Total	545,80	445,00		288,00	1205,01	6,46	2,03	65,81	167,97	0,61	136,36	106,98	59,80

Nome: Sanduíche de Ovo + suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Sanduíche de ovo													
Alface, lisa, crua	26,60	20,00	1,33	2,76	11,57	0,34	0,02	0,49	5,50	0,12	43,40	4,28	0,85
Ovo, de galinha, inteiro, cru	56,00	50,00	1,12	71,56	299,39	6,52	4,45	0,82	21,01	0,78	39,41	0,00	84,00
Cenoura, crua	23,40	20,00	1,17	6,00	25,60	0,22	0,04	0,91	4,28	0,09	148,00	1,02	2,22
Cebola, crua	15,30	10,00	1,53	3,94	16,49	0,17	0,01	0,89	1,40	0,02	0,00	0,47	0,06
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	6,50	5,00	1,30	1,70	7,11	0,14	0,02	0,29	8,30	0,12	0,00	2,51	0,12
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Pão, trigo, francês	50,00	50,00	1,00	149,91	627,20	3,98	1,55	29,32	7,88	0,50	1,49	0,00	323,84
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,40	0,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	156,00
Óleo, de soja	5,00	5,00	1,00	44,20	184,93	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Suco de fruta													
Açúcar, cristal	30,00	30,00	1,00	116,05	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Maracujá, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	23,26	97,30	0,49	0,11	5,76	2,77	0,18	46,80	4,35	4,86
Total	283,20	260,40		425,47	1780,66	12,19	11,22	69,85	56,32	2,07	293,51	14,43	621,73

Nome: Sanduíche Integral de Queijo + Leite com Achocolatado	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Leite com Achocolatado													

Achocolatado, pó	30,00	30,00	1,00	120,31	503,36	1,26	0,65	27,35	13,32	1,61	238,76	0,00	19,50
Leite, de vaca, integral	180,00	180,00	1,00	117,00	489,53	5,27	5,83	10,66	194,40	0,14	89,46	0,00	114,84
Queijo, mozzarella	20,00	20,00	1,00	65,97	276,04	4,53	5,04	0,61	175,01	0,06	21,80	0,00	116,20
Sanduíche Integral de Queijo													
Pão, trigo, forma, integral	50,00	50,00	1,00	126,60	529,68	4,71	1,83	24,97	65,88	1,49	0,00	0,00	253,05
Tomate, com semente, cru	25,00	20,00	1,25	3,07	12,83	0,22	0,03	0,63	1,39	0,05	20,60	4,24	0,20
Maionese, tradicional com ovos	10,00	10,00	1,00	30,22	126,42	0,06	3,05	0,79	0,35	0,01	0,80	0,00	78,70
Orégano	0,50	0,50	1,00	1,53	6,40	0,06	0,05	0,32	7,88	0,22	1,73	0,25	0,08
Total	315,50	310,50		464,69	1944,26	16,11	16,48	65,33	458,22	3,58	373,14	4,49	582,57

Nome: Vitamina de Banana, Mamão e Mucilon + Biscoito doce	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Vitamina de Banana, Mamão e Mucilon													
Açúcar, cristal	5,00	5,00	1,00	19,34	80,93	0,02	0,00	4,98	0,38	0,01	0,00	0,00	0,00
Banana, pacova, crua	60,40	40,00	1,51	31,16	130,39	0,49	0,03	8,13	2,20	0,15	0,00	0,00	0,38
Leite, de vaca, integral	180,00	180,00	1,00	117,00	489,53	5,27	5,83	10,66	194,40	0,14	89,46	0,00	114,84
Mamão, Formosa, cru	58,00	40,00	1,45	18,14	75,88	0,33	0,05	4,62	9,95	0,09	31,20	31,41	1,30
Cereais, mistura p/ mingau, (média diferentes sabores)	9,00	9,00	1,00	33,39	139,70	0,47	0,12	7,75	37,17	1,40	0,03	4,93	48,87
Biscoito doce													
Biscoito, doce, maisena	40,00	40,00	1,00	177,13	741,10	3,23	4,79	30,09	21,78	0,70	0,00	2,49	140,81
Total	352,40	314,00		396,16	1657,53	9,80	10,82	66,23	265,87	2,49	120,69	38,83	306,20

Nome: Canja com pão francês + suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Canja com pão francês													
Abóbora, moranga, crua	19,95	15,00	1,33	2,25	9,90	0,17	0,02	0,22	0,46	0,00	52,95	1,45	0,00
Alho, cru	0,65	0,50	1,30	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Batata, inglesa, crua	14,64	12,00	1,22	7,72	32,32	0,21	0,00	1,76	0,43	0,04	0,00	3,73	0,00
Frango, peito, sem pele, cru	54,50	50,00	1,09	59,58	249,28	10,76	1,51	0,00	3,68	0,22	1,00	0,00	28,00
Cebola, crua	3,06	2,00	1,53	0,79	3,30	0,03	0,00	0,18	0,28	0,00	0,00	0,09	0,01
Chuchu, cru	22,05	15,00	1,47	2,55	10,66	0,10	0,01	0,62	1,73	0,03	0,00	1,59	0,00
Coentro	1,10	1,00	1,10	2,79	11,67	0,22	0,05	0,52	12,46	0,42	9,17	5,67	2,11
Arroz, tipo 1, cru	30,00	30,00	1,00	107,34	449,10	2,15	0,10	23,63	1,32	0,20	0,00	0,00	0,31
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	6,42	0,11	0,02	0,31	0,69	0,02	10,30	2,12	0,10
Cenoura, crua	17,55	15,00	1,17	4,50	19,20	0,17	0,03	0,68	3,21	0,07	111,00	0,77	1,67
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Pão, trigo, francês	50,00	50,00	1,00	149,91	627,20	3,98	1,55	29,32	7,88	0,50	1,49	0,00	323,84
Suco de fruta													
Açúcar, cristal	30,00	30,00	1,00	0,00	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Goiaba, branca, com casca, crua	60,00	60,00	1,00	31,04	129,88	0,54	0,29	7,44	3,00	0,10	0,00	59,52	0,00

Cuscuz com ovos Mexidos													
Cebolinha, crua	6,00	6,00	1,00	1,17	4,90	0,11	0,02	0,20	4,79	0,04	16,74	1,91	0,10
Cereais, milho, flocos, com sal	50,00	50,00	1,00	184,80	773,20	3,65	0,80	40,42	0,91	0,26	0,00	0,00	135,87
Leite, de vaca, integral	10,00	10,00	1,00	6,50	27,20	0,29	0,32	0,59	10,80	0,01	4,97	0,00	6,38
Manteiga, sem sal	5,00	5,00	1,00	37,88	158,48	0,02	4,30	0,00	0,18	0,00	37,70	0,00	0,19
Ovo, de galinha, inteiro, cru	103,04	92,00	1,12	131,66	550,88	11,99	8,19	1,51	38,66	1,44	72,52	0,00	154,56
Tomate, com semente, cru	25,00	20,00	1,25	3,07	12,83	0,22	0,03	0,63	1,39	0,05	20,60	4,24	0,20
Cenoura, crua	23,40	20,00	1,17	6,00	25,60	0,22	0,04	0,91	4,28	0,09	148,00	1,02	2,22
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,40	0,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	156,00
Café com Leite													
Leite, de vaca, integral	100,00	100,00	1,00	65,00	271,96	2,93	3,24	5,92	108,00	0,08	49,70	0,00	63,80
Café, pó, torrado	10,00	10,00	1,00	43,00	179,91	1,47	1,20	6,58	10,70	0,81	0,00	0,00	0,11
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	0,00	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Total	352,84	333,40		479,08	2328,67	20,97	18,15	76,68	181,23	2,82	350,23	7,17	519,44

Nome: Sanduíche de Carne + suco de fruta Ingredientes	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								
Sanduíche de Carne													
Alho, cru	0,65	0,50	1,30	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Alface, lisa, crua	13,30	10,00	1,33	1,38	5,78	0,17	0,01	0,24	2,75	0,06	21,70	2,14	0,42
Carne moída	45,20	40,00	1,13	85,60	358,15	10,65	4,44	0,00	5,20	1,16	0,00	0,00	24,40
Cenoura, crua	23,40	20,00	1,17	6,00	25,60	0,22	0,04	0,91	4,28	0,09	148,00	1,02	2,22
Cebola, crua	15,30	10,00	1,53	3,94	16,49	0,17	0,01	0,89	1,40	0,02	0,00	0,47	0,06
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	6,50	5,00	1,30	1,70	7,11	0,14	0,02	0,29	8,30	0,12	0,00	2,51	0,12
Ervilha, enlatada, drenada	10,00	10,00	1,00	7,38	30,90	0,46	0,04	1,34	2,22	0,14	0,90	0,00	37,20
Milho, verde, enlatado, drenado	10,00	10,00	1,00	9,76	40,82	0,32	0,24	1,71	0,22	0,06	4,60	0,17	26,03
Pão, trigo, francês	50,00	50,00	1,00	149,91	627,20	3,98	1,55	29,32	7,88	0,50	1,49	0,00	323,84
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Óleo, de soja	3,00	3,00	1,00	26,52	110,96	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Suco de fruta													
Leite, de vaca, integral	100,00	100,00	1,00	65,00	271,96	2,93	3,24	5,92	108,00	0,08	49,70	0,00	63,80
Café, pó, torrado	10,00	10,00	1,00	43,00	179,91	14,70	12,00	65,80	107,00	8,14	0,00	0,00	1,14
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Total	317,35	298,50		484,22	3483,82	34,05	24,61	118,01	250,98	10,60	240,79	8,11	529,05

Nome: Cuscuz com Queijo + suco de fruta Ingredientes	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								
Cuscuz com Queijo													
Cebolinha, crua	7,80	6,00	1,30	1,17	4,90	0,11	0,02	0,20	4,79	0,04	16,74	1,91	0,10
Cereais, milho, flocos, com sal	50,00	50,00	1,00	184,80	773,20	3,65	0,80	40,42	0,91	0,26	0,00	0,00	135,87
Leite, de vaca, integral	10,00	10,00	1,00	6,50	27,20	0,29	0,32	0,59	10,80	0,01	4,97	0,00	6,38
Manteiga, sem sal	5,00	5,00	1,00	37,88	158,48	0,02	4,30	0,00	0,18	0,00	37,70	0,00	0,19

Queijo de coalho	40,00	40,00	1,00	149,20	624,25	9,79	12,11	0,27	298,40	0,29	76,80	0,00	214,40
Tomate, com semente, cru	25,00	20,00	1,25	3,07	12,83	0,22	0,03	0,63	1,39	0,05	20,60	4,24	0,20
Cenoura, crua	23,40	20,00	1,17	6,00	25,60	0,22	0,04	0,91	4,28	0,09	148,00	1,02	2,22
Suco de fruta													
Maracujá, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	23,26	97,30	0,49	0,11	5,76	2,77	0,18	46,80	4,35	4,86
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	0,00	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Total	241,20	231,00		411,87	2047,48	14,86	17,74	68,70	325,03	0,95	351,61	11,53	364,22

Nome: Salada de Frutas + Biscoito Salgado	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Salada de Frutas													
Banana, pacova, crua	75,50	50,00	1,51	0,00	162,99	0,61	0,04	10,16	2,75	0,19	0,00	0,00	0,47
Maçã, Fuji, com casca, crua	64,50	50,00	1,29	27,76	116,14	0,14	0,00	7,58	0,96	0,05	2,00	1,20	0,00
Mamão, Formosa, cru	58,00	40,00	1,45	18,14	75,88	0,33	0,05	4,62	9,95	0,09	31,20	31,41	1,30
Manga, Tommy Atkins, crua	40,80	30,00	1,36	15,21	63,63	0,26	0,07	3,83	2,29	0,02	30,00	2,38	0,00
Melão, cru	41,10	30,00	1,37	8,81	36,86	0,20	0,00	2,26	0,86	0,07	34,80	2,60	3,35
Goiaba, vermelha, com casca, crua	30,50	25,00	1,22	13,54	56,66	0,27	0,11	3,25	1,11	0,04	19,75	20,15	0,00
Laranja, baía, suco	61,00	50,00	1,22	18,32	76,67	0,33	0,00	4,35	2,96	0,03	2,00	47,24	0,00
Uva, Itália, crua	24,40	20,00	1,22	10,57	44,24	0,15	0,04	2,71	1,33	0,03	1,46	0,66	0,00
Biscoito salgado													
Biscoito, salgado, cream cracker	40,00	40,00	1,00	172,69	722,55	4,02	5,77	27,49	8,00	0,88	0,00	0,00	341,74
Total	435,80	335,00		285,05	1355,62	6,31	6,08	66,25	30,21	1,40	121,21	105,65	346,86

Nome: Sanduíche de Frango + suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Sanduíche de Frango													
Azeitona, verde, conserva	6,40	5,00	1,28	6,85	28,65	0,05	0,71	0,21	2,28	0,01	1,50	0,00	67,35
Frango, peito, sem pele, cru	43,60	40,00	1,09	47,66	199,42	8,61	1,21	0,00	2,95	0,17	0,80	0,00	22,40
Cenoura, crua	11,70	10,00	1,17	3,00	12,80	0,11	0,02	0,46	2,14	0,05	74,00	0,51	1,11
Chuchu, cru	13,30	10,00	1,33	1,70	7,10	0,07	0,01	0,41	1,15	0,02	0,00	1,06	0,00
Alface, crespa, crua	7,65	5,00	1,53	0,53	2,23	0,07	0,01	0,08	1,90	0,02	11,65	0,78	0,17
Milho, verde, enlatado, drenado	10,00	10,00	1,00	9,76	40,82	0,32	0,24	1,71	0,22	0,06	4,60	0,17	26,03
Maionese, tradicional com ovos	10,00	10,00	1,00	30,22	126,42	0,06	3,05	0,79	0,35	0,01	0,80	0,00	78,70
Pão, trigo, francês	50,00	50,00	1,00	149,91	627,20	3,98	1,55	29,32	7,88	0,50	1,49	0,00	323,84
Tomate, com semente, cru	6,25	5,00	1,25	0,77	3,21	0,05	0,01	0,16	0,35	0,01	5,15	1,06	0,05
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,40	0,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	156,00
Suco de fruta													
Açúcar, cristal	10,00	30,00	0,33	116,05	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Goiaba, vermelha, suco natural (néctar), s/ açúcar	60,00	60,00	1,00	22,20	92,88	0,40	0,24	5,78	3,13	0,08	50,28	38,82	0,00
Total	229,30	235,40		388,64	1626,32	13,82	7,04	68,81	24,61	0,98	150,27	42,41	675,65

Nome: Leite com Cacau + Tapioca de Coco + fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Leite com Cacau													
Leite, de vaca, integral	200,00	200,00	1,00	130,00	543,92	5,86	6,48	11,84	216,00	0,16	99,40	0,00	127,60
Cacau, cru	30,00	30,00	1,00	22,29	93,25	0,29	0,04	5,82	3,63	0,08	0,00	4,07	0,21
Tapioca de Coco													
Fécula, de mandioca	30,00	30,00	1,00	99,26	415,28	0,16	0,09	24,34	3,57	0,03	0,00	0,00	0,73
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Coco seco ralado	10,00	10,00	1,00	66,00	276,14	0,69	6,45	2,44	2,60	0,33	0,00	0,15	3,70
Fruta													
Mamão, Formosa, cru	145,00	100,00	1,45	45,34	189,71	0,82	0,12	11,55	24,87	0,23	78,00	78,53	3,26
Total	415,50	370,50		362,88	1518,30	7,81	13,18	56,00	250,67	0,84	177,40	82,75	330,50

Nome: Cuscuz com Soja Temperada + suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Cuscuz com Soja Temperada													
Cebolinha, crua	7,80	6,00	1,30	1,17	4,90	0,11	0,02	0,20	4,79	0,04	16,74	1,91	0,10
Cereais, milho, flocos, com sal	50,00	50,00	1,00	184,80	773,20	3,65	0,80	40,42	0,91	0,26	0,00	0,00	135,87
Tomate, com semente, cru	25,00	20,00	1,25	3,07	12,83	0,22	0,03	0,63	1,39	0,05	20,60	4,24	0,20
Manteiga, sem sal	3,00	3,00	1,00	22,73	95,09	0,01	2,58	0,00	0,11	0,00	22,62	0,00	0,12
Soja, proteína texturizada	40,00	40,00	1,00	111,20	467,20	19,20	0,00	8,00	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00
Cebola, crua	7,65	5,00	1,53	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Alho, cru	0,65	0,50	1,30	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Cenoura, crua	23,40	20,00	1,17	6,00	25,60	0,22	0,04	0,91	4,28	0,09	148,00	1,02	2,22
Colorífico (marca Maratá)	0,50	0,50	1,00	1,50	6,30	0,00	0,00	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Suco de fruta													
Açúcar, cristal	30,00	30,00	1,00	116,05	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,00	0,00	0,00	0,00
Acerola, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	13,16	55,07	0,36	0,00	3,32	4,56	0,00	103,80	373,94	0,77
Total	259,00	246,00		468,31	1961,87	24,23	3,50	85,68	21,98	0,67	326,16	383,15	641,12

Nome: Mingau de Macaxeira com Leite de Coco + Banana	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lípídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Mingau de Macaxeira com Leite de Coco													
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Leite, de coco	80,00	80,00	1,00	132,93	556,17	0,81	14,69	1,76	4,68	0,36	0,00	0,00	35,20
Mandioca, crua	30,00	30,00	1,00	45,43	190,06	0,34	0,09	10,85	4,56	0,08	0,90	4,96	0,65
Fruta													

Banana, pacova, crua	70,00	70,00	1,00	54,54	228,18	0,86	0,06	14,22	3,84	0,26	0,00	0,00	0,66
Total	190,00	190,00		271,57	1136,27	2,04	14,84	36,79	13,84	0,72	0,90	4,96	36,50

Nome: Tapioca com ovo + suco de frutas	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Suco de frutas													
Açúcar, cristal	30,00	30,00	1,00	116,05	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Acerola, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	13,16	55,07	0,36	0,00	3,32	4,56	0,10	103,80	373,94	0,77
Tapioca com ovo													
Fécula, de mandioca	30,00	30,00	1,00	99,26	415,28	0,16	0,09	24,34	3,57	0,03	0,00	0,00	0,73
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Cebolinha, crua	6,00	6,00	1,00	1,17	4,90	0,11	0,02	0,20	4,79	0,04	16,74	1,91	0,10
Manteiga, com sal	5,00	5,00	1,00	36,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	103,04	92,00	1,12	131,66	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Tomate, com semente, cru	25,00	20,00	1,25	3,07	59,03	1,01	0,16	2,89	6,38	0,22	94,76	19,52	0,94
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,40	0,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Total	259,94	243,90		400,67	1019,85	1,73	0,27	60,64	21,57	0,44	215,30	395,37	197,54

Nome: Risoto de frango + fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Risoto de frango													
Arroz, tipo 1, cru	40,00	40,00	1,00	143,12	598,80	2,86	0,13	31,50	1,77	0,27	0,00	0,00	0,41
Abobrinha, italiana, crua	27,60	20,00	1,38	3,86	16,13	0,23	0,03	0,86	3,03	0,05	8,20	1,37	0,00
Frango, peito, com pele, cru	54,50	50,00	1,09	74,73	312,68	10,39	3,37	0,00	4,21	0,22	2,00	0,00	31,00
Cebola, crua	7,65	5,00	1,53	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Milho, verde, enlatado, drenado	10,00	10,00	1,00	9,76	40,82	0,32	0,24	1,71	0,22	0,06	4,60	0,17	26,03
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pimentão, verde, cru	6,26	5,00	1,25	1,06	4,45	0,05	0,01	0,24	0,44	0,02	1,90	5,01	0,00
Queijo, mozzarella	5,00	5,00	1,00	16,49	69,01	1,13	1,26	0,15	43,75	0,02	5,45	0,00	29,05
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Fruta													
Melancia, crua	347,20	160,00	2,17	52,17	218,28	1,41	0,00	13,02	12,35	0,36	58,56	9,83	0,00
Total	510,71	307,50		326,93	1367,89	16,73	7,05	49,43	69,37	1,22	95,11	18,43	331,32

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DOS LANCHES DA TARDE/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO E SUPERIOR

Nome: Cuscuz com Frango + Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lípídeos (g)	Carboidr atos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Cuscuz com Frango													
Cebolinha, crua	2,60	2,00	1,30	0,39	1,63	0,04	0,01	0,07	1,60	0,01	5,58	0,64	0,03
Cereais, milho, flocos, sem sal	50,00	50,00	1,00	181,67	760,10	3,44	0,59	40,22	0,99	0,85	0,00	0,00	15,49
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	6,42	0,11	0,02	0,31	0,69	0,02	10,30	2,12	0,10
Manteiga, sem sal	1,00	1,00	1,00	7,58	31,70	0,00	0,86	0,00	0,04	0,00	7,54	0,00	0,04
Frango, peito, sem pele, cru	119,00	50,00	2,38	59,58	249,28	10,76	1,51	0,00	3,68	0,22	1,00	0,00	28,00
Cebola, crua	7,65	5,00	1,53	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Alho, cru	0,65	0,50	1,30	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Cenoura, crua	11,70	10,00	1,17	3,00	12,80	0,11	0,02	0,46	2,14	0,05	74,00	0,51	1,11
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Suco de fruta													
Açúcar, cristal	15,00	15,00	1,00	58,03	242,78	0,05	0,00	14,94	1,14	0,02	0,00	0,00	0,00
Acerola, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	13,16	55,07	0,36	0,00	3,32	4,56	0,10	103,80	373,94	0,77
Total	291,60	215,00		336,57	1408,49	15,23	3,03	61,89	18,51	1,50	216,62	379,25	390,39

Nome: Baião de Dois Com Paçoca+ fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidr atos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Baião de Dois Com Paçoca													
Arroz, tipo 1, cru	40,00	40,00	1,00	143,12	598,80	2,86	0,13	31,50	1,77	0,27	0,00	0,00	0,41
Carne de sol	28,60	20,00	1,43	62,60	261,92	5,38	4,38	0,00	2,60	0,38	0,00	0,00	388,60
Cebola, crua	15,30	10,00	1,53	3,94	16,49	0,17	0,01	0,89	1,40	0,02	0,00	0,47	0,06
Farinha, de mandioca, crua	25,00	25,00	1,00	90,22	377,47	0,39	0,07	21,97	16,22	0,27	0,00	0,00	0,26
Cebolinha, crua	2,60	2,00	1,30	0,39	1,63	0,04	0,01	0,07	1,60	0,01	5,58	0,64	0,03
Coentro	0,55	0,50	1,10	1,40	5,84	0,11	0,02	0,26	6,23	0,21	4,59	2,83	1,06
Couve, manteiga, crua	12,80	8,00	1,60	2,16	9,06	0,23	0,04	0,35	10,47	0,04	46,64	7,73	0,49

Feijão, corda	31,50	30,00	1,05	60,00	252,00	4,20	0,00	9,60	18,60	1,20	0,00	0,00	0,00
Pimentão, verde, cru	3,20	2,00	1,60	0,43	1,78	0,02	0,00	0,10	0,18	0,01	0,76	2,00	0,00
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	6,42	0,11	0,02	0,31	0,69	0,02	10,30	2,12	0,10
Fruta													
Laranja, lima, crua	62,55	45,00	1,39	20,57	86,05	0,48	0,03	5,19	14,16	0,05	0,00	19,56	0,50
Total	234,60	192,50		386,35	1617,45	13,99	4,72	70,24	73,91	2,49	67,87	35,35	391,51

Nome: logurte com Biscoito de Maisena + Maça	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Bebida láctea	200,00	200,00	1,00	182,26	762,58	5,56	2,30	36,06	194,34	0,12	20,20	1,78	72,90
Maça, Fuji, com casca, crua	103,20	80,00	1,29	44,41	185,82	0,23	0,00	12,12	1,54	0,07	3,20	1,93	0,00
Biscoito, doce, maisena	40,00	40,00	1,00	177,13	741,10	3,23	4,79	30,09	21,78	0,70	0,00	2,49	140,81
Total	343,20	320,00		403,80	1689,50	9,02	7,09	78,28	217,66	0,90	23,40	6,19	213,71

Nome: Risoto de Carne + fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Risoto de Carne													
Arroz, tipo 1, cru	40,00	40,00	1,00	143,12	598,80	2,86	0,13	31,50	1,77	0,27	0,00	0,00	0,41
Abobrinha, italiana, crua	27,60	20,00	1,38	3,86	16,13	0,23	0,03	0,86	3,03	0,05	8,20	1,37	0,00
Carne, bovina, coxão mole, sem gordura, cru	67,80	60,00	1,13	101,44	424,42	12,74	5,22	0,00	1,79	1,13	1,80	0,00	36,60
Cebola, crua	7,65	5,00	1,53	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Milho, verde, enlatado, drenado	10,00	10,00	1,00	9,76	40,82	0,32	0,24	1,71	0,22	0,06	4,60	0,17	26,03
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pimentão, verde, cru	6,26	5,00	1,25	1,06	4,45	0,05	0,01	0,24	0,44	0,02	1,90	5,01	0,00
Queijo, mozzarella	5,00	5,00	1,00	16,49	69,01	1,13	1,26	0,15	43,75	0,02	5,45	0,00	29,05
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Fruta													
Melancia, crua	347,20	160,00	2,17	52,17	218,28	1,41	0,00	13,02	12,35	0,36	58,56	9,83	0,00
Total	524,01	317,50		353,64	1479,63	19,08	8,90	49,43	66,95	2,13	94,91	18,43	336,92

Nome: Vitamina de Fruta + Bolo	Per capita (bruto)	Per capita	Fator de correção	Energia	Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
---------------------------------------	--------------------	------------	-------------------	---------	----------	----------	--------------	--------	-------	---------	--------	-------

Ingredientes	(bruto)	(líquido)	correção	(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Bolo, industrializado (média diferentes sabores)	60,00	60,00	1,00	252,00	1054,37	3,89	11,76	32,70	69,60	2,16	0,74	1,14	199,20
Leite, de vaca, integral	150,00	150,00	1,00	97,50	407,94	4,40	4,86	8,88	162,00	0,12	74,55	0,00	95,70
Goiaba, vermelha, com casca, crua	25,00	20,83	1,20	11,28	47,21	0,23	0,09	2,71	0,93	0,04	16,46	16,79	0,00
Mamão, Formosa, cru	25,00	16,78	1,49	7,61	31,83	0,14	0,02	1,94	4,17	0,04	13,09	13,18	0,55
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Total	270,00	257,61		407,08	1703,21	8,68	16,73	56,19	237,46	2,37	104,83	31,11	295,45

Nome: Cuscuz com ovos mexidos + café com Leite	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Cuscuz com ovos mexidos													
Cebolinha, crua	6,00	6,00	1,00	1,17	4,90	0,11	0,02	0,20	4,79	0,04	16,74	1,91	0,10
Cereais, milho, flocos, com sal	50,00	50,00	1,00	184,80	773,20	3,65	0,80	40,42	0,91	0,26	0,00	0,00	135,87
Leite, de vaca, integral	10,00	10,00	1,00	6,50	27,20	0,29	0,32	0,59	10,80	0,01	4,97	0,00	6,38
Manteiga, sem sal	2,00	2,00	1,00	15,15	63,39	0,01	1,72	0,00	0,07	0,00	15,08	0,00	0,08
Ovo, de galinha, inteiro, cru	103,04	92,00	1,12	131,66	550,88	11,99	8,19	1,51	38,66	1,44	72,52	0,00	154,56
Tomate, com semente, cru	25,00	20,00	1,25	3,07	12,83	0,22	0,03	0,63	1,39	0,05	20,60	4,24	0,20
Cenoura, crua	23,40	20,00	1,17	6,00	25,60	0,22	0,04	0,91	4,28	0,09	148,00	1,02	2,22
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Café com Leite													
Leite, de vaca, integral	100,00	100,00	1,00	65,00	271,96	2,93	3,24	5,92	108,00	0,08	49,70	0,00	63,80
Café	10,00	10,00	1,00	0,10	0,42	0,01	0,02	0,05	0,20	0,00	0,00	0,00	0,20
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Total	349,94	330,50		490,82	2054,09	19,50	14,39	70,15	170,62	2,00	327,61	7,17	558,41

Nome: Sanduiche integral de Queijo e Tomate + Suco de Fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Sanduiche integral de Queijo e Tomate													
Queijo, mozzarella	40,00	40,00	1,00	131,95	552,07	9,06	10,07	1,22	350,02	0,12	43,60	0,00	232,40
Pão, trigo, forma, integral	50,00	50,00	1,00	126,60	529,68	4,71	1,83	24,97	65,88	1,49	0,00	0,00	253,05
Tomate, com semente, cru	20,00	25,00	0,80	3,83	16,04	0,27	0,04	0,78	1,74	0,06	25,75	5,30	0,26
Maionese, tradicional com ovos	5,00	5,00	1,00	15,11	63,21	0,03	1,52	0,39	0,17	0,00	0,40	0,00	39,35
Alface, lisa, crua	10,00	10,00	1,00	1,38	5,78	0,17	0,01	0,24	2,75	0,06	21,70	2,14	0,42
Cenoura, crua	10,00	11,70	0,85	3,51	14,98	0,13	0,02	0,53	2,50	0,05	86,58	0,60	1,30

Suco de fruta

Açúcar, cristal	30,00	30,00	1,00	116,05	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Caju, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	21,94	91,80	0,29	0,09	5,61	0,50	0,09	12,60	71,83	2,50
Total	225,00	231,70		420,37	1759,13	14,76	13,60	63,64	425,84	1,93	190,63	79,87	529,28

Nome: Pão com patê de frango + suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								

Pão com patê de frango

Azeitona, verde, conserva	6,40	5,00	1,28	6,85	28,65	0,05	0,71	0,21	2,28	0,01	1,50	0,00	67,35
Frango, peito, sem pele, cru	43,60	40,00	1,09	47,66	199,42	8,61	1,21	0,00	2,95	0,17	0,80	0,00	22,40
Cenoura, crua	11,70	10,00	1,17	3,00	12,80	0,11	0,02	0,46	2,14	0,05	74,00	0,51	1,11
Alface, lisa, crua	13,30	10,00	1,33	1,38	5,78	0,17	0,01	0,24	2,75	0,06	21,70	2,14	0,42
Cebola, crua	15,30	10,00	1,53	3,94	16,49	0,17	0,01	0,89	1,40	0,02	0,00	0,47	0,06
Milho, verde, enlatado, drenado	10,00	10,00	1,00	9,76	40,82	0,32	0,24	1,71	0,22	0,06	4,60	0,17	26,03
Maionese, tradicional com ovos	10,00	10,00	1,00	30,22	126,42	0,06	3,05	0,79	0,35	0,01	0,80	0,00	78,70
Pão, trigo, forma, integral	50,00	50,00	1,00	126,60	529,68	4,71	1,83	24,97	65,88	1,49	0,00	0,00	253,05
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	6,42	0,11	0,02	0,31	0,69	0,02	10,30	2,12	0,10
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,40	0,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	156,00
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79

Suco de fruta

Açúcar, cristal	30,00	30,00	1,00	116,05	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Maracujá, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	23,26	97,30	0,49	0,11	5,76	2,77	0,18	46,80	4,35	4,86
Total	273,20	255,40		376,34	1574,85	15,14	7,21	66,71	86,61	2,33	174,90	11,57	659,88

Nome: Torta de Frango Com Legumes + Suco de Fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								

Torta de Frango Com Legumes

Farinha, de trigo	27,00	27,00	1,00	97,33	407,22	2,64	0,37	20,27	4,82	0,26	0,00	0,00	0,20
Fermento em pó, químico	0,50	0,50	1,00	0,45	1,88	0,00	0,00	0,22	0,00	0,00	0,00	0,00	50,26
Leite, de vaca, integral	10,00	10,00	1,00	6,50	27,20	0,29	0,32	0,59	10,80	0,01	4,97	0,00	6,38
Caldo de galinha, tablete	2,00	2,00	1,00	5,02	21,00	0,13	0,41	0,21	0,32	0,01	0,00	0,00	446,00
Milho, amido, cru	6,00	6,00	1,00	21,68	90,72	0,04	0,00	5,23	0,06	0,01	0,00	0,00	0,48
Óleo, de soja	10,00	10,00	1,00	88,40	369,87	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	8,96	8,00	1,12	11,45	47,90	1,04	0,71	0,13	3,36	0,13	6,31	0,00	13,44

Baião de três													
Arroz, tipo 1, cru	40,00	40,00	1,00	143,12	598,80	2,86	0,13	31,50	1,77	0,27	0,00	0,00	0,41
Carne, bovina, seca, crua	61,50	50,00	1,23	156,37	654,27	9,83	12,68	0,00	7,06	0,66	0,00	0,00	2220,00
Cebolinha, crua	1,30	1,00	1,30	0,20	0,82	0,02	0,00	0,03	0,80	0,01	2,79	0,32	0,02
Coentro	0,55	0,50	1,10	1,40	5,84	0,11	0,02	0,26	6,23	0,21	4,59	2,83	1,06
Couve, manteiga, crua	12,80	8,00	1,60	2,16	9,06	0,23	0,04	0,35	10,47	0,04	46,64	7,73	0,49
Feijão, corda	31,50	30,00	1,05	60,00	252,00	4,20	0,00	9,60	18,60	1,20	0,00	0,00	0,00
Pimentão, verde, cru	6,30	5,00	1,26	1,06	4,45	0,05	0,01	0,24	0,44	0,02	1,90	5,01	0,00
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	6,42	0,11	0,02	0,31	0,69	0,02	10,30	2,12	0,10
Suco de frutas													
Açúcar, cristal	15,00	15,00	1,00	58,03	242,78	0,05	0,00	14,94	1,14	0,02	0,00	0,00	0,00
Acerola, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	13,16	55,07	0,36	0,00	3,32	4,56	0,10	103,80	373,94	0,77
Total	241,45	219,50		437,03	1829,50	17,82	12,91	60,57	51,74	2,56	170,02	391,96	2222,84

Nome: Omelete nutritiva + leite com café + Fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Leite com café													
Leite, de vaca, integral	100,00	100,00	1,00	65,00	271,96	2,93	3,24	5,92	108,00	0,08	49,70	0,00	63,80
Café	3,00	3,00	1,00	0,03	0,13	0,00	0,01	0,01	0,06	0,00	0,00	0,00	0,06
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Omelete nutritiva													
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	1,00	0,83	1,20	0,28	1,18	0,02	0,00	0,05	1,38	0,02	0,00	0,42	0,02
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	45,00	40,17	1,12	57,49	240,53	5,23	3,58	0,66	16,88	0,63	31,66	0,00	67,49
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Fruta													
Maçã, Argentina, com casca, crua	90,00	78,94	1,14	49,36	206,53	0,18	0,19	13,09	2,68	0,04	3,16	1,17	1,04
Total	250,50	234,44		219,69	919,17	8,40	8,02	29,70	129,76	0,79	84,52	1,59	327,41

Nome: logurte natural batido com banana + macaxeira cozida	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
logurte natural batido com banana													
logurte natural	170,00	170,00	1,00	103,70	433,88	5,90	5,53	7,92	205,70	0,09	45,90	0,85	78,20
Banana, pacova, crua	30,00	20,00	1,50	15,58	65,19	0,25	0,02	4,06	1,10	0,07	0,00	0,00	0,19

Açúcar, cristal	30,00	30,00	1,00	116,05	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Macaxeira cozida													
Mandioca, crua	80,00	61,53	1,30	93,17	389,81	0,70	0,18	22,26	9,35	0,17	1,85	10,17	1,32
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Total	310,50	282,03		328,50	1374,45	6,94	5,73	64,12	218,42	0,38	47,75	11,02	274,71

Nome: Tapioca com queijo + suco de fruta Ingredientes	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								
Manga, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	28,98	121,27	0,23	0,14	7,51	4,27	0,05	0,00	14,94	4,04
Açúcar, cristal	30,00	30,00	1,00	116,05	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Tapioca com queijo													
Fécula, de mandioca	50,00	50,00	1,00	165,43	692,14	0,26	0,14	40,57	5,94	0,05	0,00	0,00	1,22
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Queijo, mozzarella	40,00	40,00	1,00	131,95	552,07	9,06	10,07	1,22	350,02	0,12	43,60	0,00	232,40
Total	180,50	180,50		442,41	1851,05	9,64	10,36	79,19	362,51	0,28	43,60	14,94	432,66

Nome: Escondidino de batata com Carne do Sol e Vegetais + fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Escondidinho de Batata com Carne do Sol													
Carne de sol	67,80	60,00	1,13	187,80	785,76	16,14	13,14	0,00	7,80	1,14	0,00	0,00	1165,80
Leite, de vaca, integral	40,00	40,00	1,00	26,00	108,78	1,17	1,30	2,37	43,20	0,03	19,88	0,00	25,52
Cebola, crua	7,65	5,00	1,53	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Cenoura, crua	11,70	10,00	1,17	3,00	12,80	0,11	0,02	0,46	2,14	0,05	74,00	0,51	1,11
Coentro	1,10	1,00	1,10	2,79	11,67	0,22	0,05	0,52	12,46	0,42	9,17	5,67	2,11
Batata, inglesa, crua	229,36	188,00	1,22	0,00	506,33	3,33	0,00	27,61	6,67	0,68	0,00	58,44	0,00
Óleo, de soja	3,00	3,00	1,00	26,52	110,96	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Queijo ralado	5,00	5,00	1,00	21,55	90,17	1,92	1,43	0,20	55,45	0,05	5,85	0,00	76,45
Repolho, branco, cru	7,49	7,00	1,07	1,20	5,01	0,06	0,01	0,27	2,42	0,01	0,93	1,31	0,26
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,40	0,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	156,00
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	6,42	0,11	0,02	0,31	0,69	0,02	10,30	2,12	0,10
Fruta													
Manga, Tommy Atkins, crua	81,60	60,00	1,36	30,42	127,26	0,51	0,13	7,66	4,58	0,05	60,00	4,76	0,00
Total	467,60	389,40		302,78	1773,40	23,67	19,10	39,85	136,12	2,46	180,13	73,04	1427,38

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DOS LANCHES NOTURNO TÉCNICO SUBSEQUENTE/ ENSINO SUPERIOR

Nome: Sopa de feijão + Fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Sopa de feijão													
Abóbora, moranga, crua	19,95	15,00	1,33	2,25	9,90	0,17	0,02	0,22	0,46	0,00	52,95	1,45	0,00
Alho, cru	0,65	0,50	1,30	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Batata, inglesa, crua	14,64	12,00	1,22	7,72	32,32	0,21	0,00	1,76	0,43	0,04	0,00	3,73	0,00
Cebola, crua	3,06	2,00	1,53	0,79	3,30	0,03	0,00	0,18	0,28	0,00	0,00	0,09	0,01
Coentro	1,10	1,00	1,10	2,79	11,67	0,22	0,05	0,52	12,46	0,42	9,17	5,67	2,11
Macarrão, trigo, cru	20,00	20,00	1,00	74,22	310,56	2,00	0,26	15,59	3,46	0,18	0,00	0,00	1,43
Arroz, tipo 1, cru	5,00	5,00	1,00	17,89	74,85	0,36	0,02	3,94	0,22	0,03	0,00	0,00	0,05
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	6,42	0,11	0,02	0,31	0,69	0,02	10,30	2,12	0,10
Cenoura, crua	17,55	15,00	1,17	4,50	19,20	0,17	0,03	0,68	3,21	0,07	111,00	0,77	1,67
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Feijão, fradinho, cru	21,00	20,00	1,05	67,83	283,81	4,04	0,47	12,25	15,50	1,03	0,00	0,00	2,00
Carne moída	33,90	30,00	1,13	64,20	268,61	7,99	3,33	0,00	3,90	0,87	0,00	0,00	18,30
Chuchu, cru	22,05	15,00	1,47	2,55	10,66	0,10	0,01	0,62	1,73	0,03	0,00	1,59	0,00
Fruta													
Laranja, lima, crua	125,10	90,00	1,39	41,13	172,09	0,95	0,07	10,38	28,32	0,11	0,00	39,11	1,00
Total	300,50	239,50		308,66	1292,33	16,39	6,28	47,07	70,73	2,81	183,42	54,53	516,70
Nome: Sanduíche Integral de Patê de Frango com Suco de Fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Sanduíche Integral de Patê de Frango													
Azeitona, verde, conserva	6,40	5,00	1,28	6,85	28,65	0,05	0,71	0,21	2,28	0,01	1,50	0,00	67,35
Frango, peito, sem pele, cru	43,60	40,00	1,09	47,66	199,42	8,61	1,21	0,00	2,95	0,17	0,80	0,00	22,40
Cenoura, crua	11,70	10,00	1,17	3,00	12,80	0,11	0,02	0,46	2,14	0,05	74,00	0,51	1,11
Chuchu, cru	13,30	10,00	1,33	1,70	7,10	0,07	0,01	0,41	1,15	0,02	0,00	1,06	0,00
Alface, cressa, crua	7,65	5,00	1,53	0,00	2,23	0,07	0,01	0,08	1,90	0,02	11,65	0,78	0,17
Milho, verde, enlatado, drenado	10,00	10,00	1,00	9,76	40,82	0,32	0,24	1,71	0,22	0,06	4,60	0,17	26,03
Maionese, tradicional com ovos	10,00	10,00	1,00	30,22	126,42	0,06	3,05	0,79	0,35	0,01	0,80	0,00	78,70
Pão, trigo, forma, integral	50,00	50,00	1,00	126,60	529,68	4,71	1,83	24,97	65,88	1,49	0,00	0,00	253,05

Tomate, com semente, cru	6,25	5,00	1,25	0,77	3,21	0,05	0,01	0,16	0,35	0,01	5,15	1,06	0,05
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,40	0,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	156,00
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Suco de fruta													
Açúcar, cristal	10,00	30,00	0,33	116,05	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Manga, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	28,98	121,27	0,23	0,14	7,51	4,27	0,05	0,00	14,94	4,04
Total	239,30	245,40		377,67	1582,67	14,62	7,23	67,68	86,66	2,15	112,90	20,33	658,70
Nome: Cuscuz com Queijo e suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Cuscuz com Queijo													
Cebolinha, crua	2,60	2,00	1,30	0,39	1,63	0,04	0,01	0,07	1,60	0,01	5,58	0,64	0,03
Cereais, milho, flocos, com sal	50,00	50,00	1,00	184,80	773,20	3,65	0,80	40,42	0,91	0,26	0,00	0,00	135,87
Leite, de vaca, integral	10,00	10,00	1,00	6,50	27,20	0,29	0,32	0,59	10,80	0,01	4,97	0,00	6,38
Manteiga, sem sal	1,00	1,00	1,00	7,58	31,70	0,00	0,86	0,00	0,04	0,00	7,54	0,00	0,04
Queijo de coalho	40,00	40,00	1,00	149,20	624,25	9,79	12,11	0,27	298,40	0,29	76,80	0,00	214,40
Tomate, com semente, cru	6,25	5,00	1,25	0,77	3,21	0,05	0,01	0,16	0,35	0,01	5,15	1,06	0,05
Cebola, crua	5,85	5,00	1,17	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,40	0,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	156,00
Suco de fruta													
Acerola, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	0,00	55,07	0,36	0,00	3,32	4,56	0,10	103,80	373,94	0,77
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Total	186,10	183,40		389,89	1686,36	14,30	14,12	55,23	318,10	0,71	203,84	375,87	513,57
Nome: Vitamina de Fruta + Bolo	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Bolo, industrializado (média diferentes sabores)	60,00	60,00	1,00	252,00	1054,37	3,89	11,76	32,70	69,60	2,16	0,74	1,14	199,20
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Leite, de vaca, integral	150,00	150,00	1,00	97,50	407,94	4,40	4,86	8,88	162,00	0,12	74,55	0,00	95,70
Manga, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	28,98	121,27	0,23	0,14	7,51	4,27	0,05	0,00	14,94	4,04
Total	280,00	280,00		417,17	1745,43	8,55	16,76	59,05	236,63	2,35	75,29	16,08	298,94
Nome: Arroz Colorido Com Carne Moída + Fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Arroz Colorido Com Carne Moída													
Arroz, tipo 1, cru	30,00	30,00	1,00	107,34	449,10	2,15	0,10	23,63	1,32	0,20	0,00	0,00	0,31
Beterraba, crua	24,15	15,00	1,61	7,32	30,64	0,29	0,01	1,67	2,72	0,05	0,57	0,47	1,46
Cenoura, crua	11,70	10,00	1,17	3,00	12,80	0,11	0,02	0,46	2,14	0,05	74,00	0,51	1,11

Carne moída	67,80	60,00	1,13	128,40	537,23	15,97	6,66	0,00	7,80	1,73	0,00	0,00	36,60
Cebola, crua	15,30	10,00	1,53	3,94	16,49	0,17	0,01	0,89	1,40	0,02	0,00	0,47	0,06
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pimentão, verde, cru	2,60	2,00	1,30	0,43	1,78	0,02	0,00	0,10	0,18	0,01	0,76	2,00	0,00
Tomate, com semente, cru	6,25	5,00	1,25	0,77	3,21	0,05	0,01	0,16	0,35	0,01	5,15	1,06	0,05
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Fruta													
Mamão, Formosa, cru	145,00	100,00	1,45	45,34	189,71	0,82	0,12	11,55	24,87	0,23	78,00	78,53	3,26
Total	304,80	234,00		305,38	1277,94	19,59	7,93	38,45	40,78	2,31	158,48	83,04	432,84
Nome: Café com Leite + Pão Frances com Queijo	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Café com Leite													
Café, pó, torrado	10,00	10,00	1,00	43,00	179,91	1,47	1,20	6,58	10,70	0,81	0,00	0,00	0,11
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Leite, de vaca, integral	100,00	100,00	1,00	65,00	271,96	2,93	3,24	5,92	108,00	0,08	49,70	0,00	63,80
Pão Francês com Queijo													
Pão, trigo, francês	50,00	50,00	1,00	149,91	627,20	3,98	1,55	29,32	7,88	0,50	1,49	0,00	323,84
Queijo, mozzarella	40,00	40,00	1,00	131,95	552,07	9,06	10,07	1,22	350,02	0,12	43,60	0,00	232,40
Total	220,00	220,00		467,22	1954,86	17,50	16,06	62,96	478,11	1,55	94,79	0,00	620,15
Nome: Sopa de Carne com pão + Fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Sopa de Carne com Torradas													
Abóbora, moranga, crua	13,30	10,00	1,33	1,50	6,60	0,11	0,01	0,14	0,30	0,00	35,30	0,96	0,00
Alho, cru	0,65	0,50	1,30	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Batata, inglesa, crua	12,20	10,00	1,22	6,44	26,93	0,18	0,00	1,47	0,36	0,04	0,00	3,11	0,00
Cebola, crua	3,06	2,00	1,53	0,79	3,30	0,03	0,00	0,18	0,28	0,00	0,00	0,09	0,01
Chuchu, cru	14,70	10,00	1,47	1,70	7,10	0,07	0,01	0,41	1,15	0,02	0,00	1,06	0,00
Coentro	1,10	1,00	1,10	2,79	11,67	0,22	0,05	0,52	12,46	0,42	9,17	5,67	2,11
Macarrão, trigo, cru	20,00	20,00	1,00	74,22	310,56	2,00	0,26	15,59	3,46	0,18	0,00	0,00	1,43
Arroz, tipo 1, cru	5,00	5,00	1,00	17,89	74,85	0,36	0,02	3,94	0,22	0,03	0,00	0,00	0,05
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	6,42	0,11	0,02	0,31	0,69	0,02	10,30	2,12	0,10
Cenoura, crua	17,55	15,00	1,17	4,50	19,20	0,17	0,03	0,68	3,21	0,07	111,00	0,77	1,67
Colorífico (marca Maratá)	0,50	0,50	1,00	1,50	6,30	0,00	0,00	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Carne moída	67,80	60,00	1,13	128,40	537,23	15,97	6,66	0,00	7,80	1,73	0,00	0,00	36,60
Pão, trigo, francês	50,00	50,00	1,00	149,91	627,20	3,98	1,55	29,32	7,88	0,50	1,49	0,00	323,84
Fruta													

Banana, pacova, crua	112,50	75,00	1,50	58,43	244,48	0,92	0,06	15,23	4,12	0,28	0,00	0,00	0,70
Total	333,36	271,50		467,84	1958,18	24,15	10,67	68,18	42,00	3,30	167,26	13,78	611,54
Nome: Macarronada a Bolonhose + Fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Macarronada a Bolonhose													
Carne moída	67,80	60,00	1,13	128,40	537,23	15,97	6,66	0,00	7,80	1,73	0,00	0,00	36,60
Cebola, crua	7,65	5,00	1,53	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Tomate, extrato	15,00	15,00	1,00	9,14	38,24	0,37	0,03	2,24	4,36	0,31	21,60	2,70	74,69
Macarrão, trigo, cru	55,00	55,00	1,00	204,12	854,03	5,50	0,72	42,87	9,52	0,48	0,00	0,00	3,94
Manjerição, cru	0,50	0,50	1,00	0,11	0,44	0,01	0,00	0,02	1,05	0,00	5,18	0,01	0,02
Óleo, de soja	5,00	5,00	1,00	44,20	184,93	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pimentão, verde, cru	6,23	5,00	1,25	1,06	4,45	0,05	0,01	0,24	0,44	0,02	1,90	5,01	0,00
Queijo, mozzarella	5,00	5,00	1,00	16,49	69,01	1,13	1,26	0,15	43,75	0,02	5,45	0,00	29,05
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	6,42	0,11	0,02	0,31	0,69	0,02	10,30	2,12	0,10
Fruta													
Melão, cru	109,60	80,00	1,37	23,50	98,31	0,54	0,00	6,02	2,29	0,18	92,80	6,94	8,93
Total	284,28	240,50		430,52	1801,30	23,77	13,70	52,31	70,60	2,79	137,23	17,02	153,37
Nome: Iogurte sabor morango + batata doce cozida com ovo	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Iogurte, sabor morango	250,00	250,00	1,00	173,91	727,66	6,78	5,83	24,23	252,58	0,00	67,57	0,00	95,00
Batata doce com ovo													
Batata, doce, crua	135,60	120,00	1,13	141,89	593,67	1,51	0,16	33,84	25,33	0,46	4364,40	19,78	10,53
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	45,00	40,17	1,12	57,49	240,53	5,23	3,58	0,66	16,88	0,63	31,66	0,00	67,49
Total	431,60	411,17		373,29	1561,85	13,52	9,56	58,73	294,79	1,09	4463,63	19,78	563,01
Nome: Sanduiche de Ovos com Suco de Frutas	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Sanduiche de Ovos													
Alface, crespa, crua	26,60	20,00	1,33	2,14	8,94	0,27	0,03	0,34	7,60	0,08	46,60	3,12	0,68
Ovo, de galinha, inteiro, cru	56,00	50,00	1,12	71,56	299,39	6,52	4,45	0,82	21,01	0,78	39,41	0,00	84,00
Cebola, crua	15,30	10,00	1,53	3,94	16,49	0,17	0,01	0,89	1,40	0,02	0,00	0,47	0,06
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	6,50	5,00	1,30	1,70	7,11	0,14	0,02	0,29	8,30	0,12	0,00	2,51	0,12
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Pão, trigo, francês	50,00	50,00	1,00	149,91	627,20	3,98	1,55	29,32	7,88	0,50	1,49	0,00	323,84
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,40	0,40	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	156,00

Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Suco de Frutas													
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Maracujá, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	23,26	97,30	0,49	0,11	5,76	2,77	0,18	46,80	4,35	4,86
Total	236,80	217,40		314,95	1317,76	11,83	8,19	48,87	52,62	1,90	148,71	12,24	619,34
Nome: Risoto de carne + fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Risoto de carne													
Arroz, tipo 1, cru	40,00	40,00	1,00	143,12	598,80	2,86	0,13	31,50	1,77	0,27	0,00	0,00	0,41
Abobrinha, paulista, crua	55,20	40,00	1,38	12,32	51,56	0,26	0,06	3,15	7,47	0,07	0,00	7,02	0,20
Carne, bovina, coxão mole, sem gordura, cru	67,80	60,00	1,13	101,44	424,42	12,74	5,22	0,00	1,79	1,13	1,80	0,00	36,60
Cebola, crua	15,30	10,00	1,53	3,94	16,49	0,17	0,01	0,89	1,40	0,02	0,00	0,47	0,06
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Milho, verde, enlatado, drenado	10,00	10,00	1,00	9,76	40,82	0,32	0,24	1,71	0,22	0,06	4,60	0,17	26,03
Óleo, de soja	5,00	5,00	1,00	44,20	184,93	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Pimentão, verde, cru	12,60	10,00	1,26	2,13	8,91	0,11	0,02	0,49	0,88	0,04	3,80	10,02	0,00
Queijo ralado	5,00	5,00	1,00	21,55	90,17	1,92	1,43	0,20	55,45	0,05	5,85	0,00	76,45
Fruta													
Melancia, crua	347,20	160,00	2,17	52,17	218,28	1,41	0,00	13,02	12,35	0,36	58,56	9,83	0,00
Total	568,10	350,00		396,72	1659,88	20,04	12,11	52,46	84,23	2,21	89,01	29,32	189,55
Nome: Cuscuz com carne + suco de frutas	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Cuscuz com carne													
Cebolinha, crua	7,80	6,00	1,30	1,17	4,90	0,11	0,02	0,20	4,79	0,04	16,74	1,91	0,10
Cereais, milho, flocos, sem sal	50,00	50,00	1,00	181,67	760,10	3,44	0,59	40,22	0,99	0,85	0,00	0,00	15,49
Tomate, com semente, cru	25,00	20,00	1,25	3,07	12,83	0,22	0,03	0,63	1,39	0,05	20,60	4,24	0,20
Manteiga, sem sal	3,00	3,00	1,00	22,73	95,09	0,01	2,58	0,00	0,11	0,00	22,62	0,00	0,12
Carne moída	56,50	50,00	1,13	107,00	447,69	13,31	5,55	0,00	6,50	1,45	0,00	0,00	30,50
Cebola, crua	7,65	5,00	1,53	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Alho, cru	0,65	0,50	1,30	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Cenoura, crua	23,40	20,00	1,17	6,00	25,60	0,22	0,04	0,91	4,28	0,09	148,00	1,02	2,22
Colorífico (marca Maratá)	0,50	0,50	1,00	1,50	6,30	0,00	0,00	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Suco de frutas													
Açúcar, cristal	30,00	30,00	1,00	116,05	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Manga, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	28,98	121,27	0,23	0,14	7,51	4,27	0,05	0,00	14,94	4,04

Total	275,50	256,00		476,80	1995,45	18,00	8,99	81,67	28,28	2,80	222,36	24,15	542,51
Nome: Escondidino de Macaxeira com Carne do Sol e Vegetais + fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Escondidinho de Macaxeira com Carne do Sol													
Carne de sol	67,80	60,00	1,13	187,80	785,76	16,14	13,14	0,00	7,80	1,14	0,00	0,00	1165,80
Leite, de vaca, integral	40,00	40,00	1,00	26,00	108,78	1,17	1,30	2,37	43,20	0,03	19,88	0,00	25,52
Cebola, crua	7,65	5,00	1,53	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Cenoura, crua	11,70	10,00	1,17	3,00	12,80	0,11	0,02	0,46	2,14	0,05	74,00	0,51	1,11
Coentro	1,10	1,00	1,10	2,79	11,67	0,22	0,05	0,52	12,46	0,42	9,17	5,67	2,11
Mandioca, crua	229,36	188,00	1,22	284,66	1191,03	2,13	0,56	68,00	28,56	0,51	5,64	31,07	4,04
Óleo, de soja	3,00	3,00	1,00	26,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Queijo ralado	5,00	5,00	1,00	21,55	54,10	1,15	0,86	0,12	33,27	0,03	3,51	0,00	76,45
Repolho, branco, cru	7,49	7,00	1,07	1,20	3,58	0,04	0,01	0,19	1,73	0,01	0,67	0,94	0,26
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10
Fruta													
Manga, Tommy Atkins, crua	81,60	60,00	1,36	30,42	21,21	0,09	0,02	1,28	0,76	0,01	10,00	0,79	0,00
Total	467,20	389,00		587,44	2197,18	21,14	15,96	73,38	130,62	2,20	122,87	39,21	1275,42
Nome: Macarrão parafuso com carne + Suco de Fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Macarrão parafuso com carne													
Macarrão, trigo, cru	70,00	70,00	1,00	259,79	1086,94	7,00	0,91	54,56	12,11	0,62	0,00	0,00	5,02
Tomate, extrato	10,00	10,00	1,00	6,09	25,49	0,24	0,02	1,50	2,91	0,21	14,40	1,80	49,79
Cebola, crua	3,10	3,00	1,03	1,18	4,95	0,05	0,00	0,27	0,42	0,01	0,00	0,14	0,02
Pimentão, verde, cru	3,77	3,00	1,26	0,64	2,67	0,03	0,00	0,15	0,26	0,01	1,14	3,01	0,00
Tomate, com semente, cru	6,24	5,00	1,25	0,77	3,21	0,05	0,01	0,16	0,35	0,01	5,15	1,06	0,05
Colorífico (marca Maratá)	0,50	0,50	1,00	1,50	6,30	0,00	0,00	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Carne moída	89,00	80,00	1,11	171,20	716,30	21,30	8,88	0,00	10,40	2,31	0,00	0,00	48,80
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Alho, cru	0,54	0,50	1,08	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Suco de fruta													
Açúcar, cristal	30,00	30,00	1,00	0,00	485,57	0,10	0,00	29,88	2,28	0,05	0,00	0,00	0,00
Caju, polpa, congelado	60,00	60,00	1,00	24,00	100,42	0,29	0,10	5,62	0,50	0,09	12,60	71,40	2,50
Total	276,15	265,00		483,41	2508,19	29,10	11,92	92,49	29,30	3,31	33,29	77,41	546,21

Nome: Baião de três + suco de frutas	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)

Baião de três													
Arroz, tipo 1, cru	40,00	40,00	1,00	143,12	598,80	2,86	0,13	31,50	1,77	0,27	0,00	0,00	0,41
Carne, bovina, charque, cru	61,50	50,00	1,23	124,43	520,62	11,36	8,42	0,00	7,59	0,76	0,00	0,00	2937,50
Cebolinha, crua	1,30	1,00	1,30	0,20	0,82	0,02	0,00	0,03	0,80	0,01	2,79	0,32	0,02
Coentro	0,55	0,50	1,10	1,40	5,84	0,11	0,02	0,26	6,23	0,21	4,59	2,83	1,06
Couve, manteiga, crua	12,80	8,00	1,60	2,16	9,06	0,23	0,04	0,35	10,47	0,04	46,64	7,73	0,49
Feijão, corda	31,50	30,00	1,05	60,00	252,00	4,20	0,00	9,60	18,60	1,20	0,00	0,00	0,00
Pimentão, verde, cru	6,30	5,00	1,26	1,06	4,45	0,05	0,01	0,24	0,44	0,02	1,90	5,01	0,00
Tomate, com semente, cru	12,50	10,00	1,25	1,53	6,42	0,11	0,02	0,31	0,69	0,02	10,30	2,12	0,10
Suco de frutas													
Açúcar, cristal	15,00	15,00	1,00	58,03	242,78	0,05	0,00	14,94	1,14	0,02	0,00	0,00	0,00
Acerola, polpa, congelada	60,00	60,00	1,00	13,16	55,07	0,36	0,00	3,32	4,56	0,10	103,80	373,94	0,77
Total	241,45	219,50		405,09	1695,85	19,34	8,65	60,57	52,28	2,66	170,02	391,96	2940,34

Nome: Macaxeira cozida com frango + fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Macaxeira cozida com frango													
Frango, peito, sem pele, cru	87,20	80,00	1,09	95,33	398,85	17,22	2,42	0,00	5,89	0,35	1,60	0,00	44,80
Cebola, crua	7,65	5,00	1,53	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Cenoura, crua	29,25	25,00	1,17	7,50	32,00	0,28	0,05	1,14	5,35	0,12	185,00	1,28	2,78
Mandioca, crua	160,00	123,06	1,30	186,33	779,62	1,39	0,37	44,51	18,69	0,33	3,69	20,34	2,65
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Fruta													
Melancia, crua	347,00	160,00	2,17	52,17	218,28	1,41	0,00	13,02	12,35	0,36	58,56	9,83	0,00
Total	631,60	393,56		343,30	1437,00	20,39	2,84	59,12	42,99	1,17	248,85	31,68	245,25

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada Crua (Acelga, Repolho Roxo e Pepino); Salada Cozida (Batata Doce, Chuchu, Uva Passas); Isca de Frango Acebolada; Arroz; Feijão Com Macaxeira; Farofa de Cuscuz ; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes						(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Salada Crua													
Acelga, crua	42,90	30,00	1,43	6,28	26,29	0,43	0,03	1,39	12,90	0,08	99,00	6,77	0,35
Repolho, roxo, cru	16,05	15,00	1,07	4,64	19,40	0,29	0,01	1,08	6,55	0,08	0,60	6,48	0,35
Pepino, cru	21,30	15,00	1,42	1,43	5,98	0,13	0,00	0,31	1,44	0,02	0,60	0,75	0,00
Salada Cozida													
Orégano	0,50	0,50	1,00	1,53	6,40	0,06	0,05	0,32	7,88	0,22	1,73	0,25	0,08
Batata, doce, crua	53,20	40,00	1,33	47,30	197,89	0,50	0,05	11,28	8,44	0,15	1454,80	6,59	3,51
Chuchu, cru	58,80	40,00	1,47	6,79	28,42	0,28	0,02	1,65	4,60	0,07	0,00	4,25	0,00
Uva passa	5,00	5,00	1,00	14,95	62,55	0,15	0,02	3,96	2,50	0,09	0,04	0,12	0,55
Isca de Frango Acebolada													
Frango, peito, sem pele, cru	189,00	180,00	1,05	214,49	897,41	38,75	5,44	0,00	13,25	0,78	3,60	0,00	100,80
Cebola, crua	30,60	20,00	1,53	7,88	32,99	0,34	0,02	1,77	2,80	0,04	0,00	0,93	0,12
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Coentro	1,10	1,00	1,10	2,79	11,67	0,22	0,05	0,52	12,46	0,42	9,17	5,67	2,11
Cebolinha, crua	1,30	1,00	1,30	0,20	0,82	0,02	0,00	0,03	0,80	0,01	2,79	0,32	0,02
Arroz refogado													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Feijão carioca com Macaxeira													
Feijão, carioca, cru	52,50	50,00	1,05	164,51	688,32	9,99	0,63	30,61	61,29	3,99	0,00	0,00	0,00
Mandioca, crua	26,20	20,00	1,31	30,28	126,71	0,23	0,06	7,23	3,04	0,05	0,60	3,31	0,43
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Farofa de cuscuz													
Cereais, milho, flocos, sem sal	30,00	30,00	1,00	109,00	456,06	2,06	0,36	24,13	0,59	0,51	0,00	0,00	9,29
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01

Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Suco de acerola													
Acerola, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	10,97	45,89	0,30	0,00	2,77	3,80	0,08	86,50	311,62	0,64
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Fruta													
Melancia, crua	217,00	100,00	2,17	32,61	136,43	0,88	0,00	8,14	7,72	0,23	36,60	6,15	0,00
Total	900,74	700,00		1018,70	4262,27	60,04	9,99	171,98	155,63	7,38	1696,03	353,33	804,19

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada Crua (Acelga, Repolho Roxo e Pepino); Salada Cozida (Batata Doce, Chuchu, Uva Passas); Filé de Frango; Arroz refogado ; Feijão Com Macaxeira; Farofa de Cuscuz;Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Ingredientes													
Salada Crua													
Acelga, crua	42,90	30,00	1,43	6,28	26,29	0,43	0,03	1,39	12,90	0,08	99,00	6,77	0,35
Repolho, roxo, cru	16,05	15,00	1,07	4,64	19,40	0,29	0,01	1,08	6,55	0,08	0,60	6,48	0,35
Pepino, cru	21,30	15,00	1,42	1,43	5,98	0,13	0,00	0,31	1,44	0,02	0,60	0,75	0,00
Salada Cozida													
Orégano	0,50	0,50	1,00	1,53	6,40	0,06	0,05	0,32	7,88	0,22	1,73	0,25	0,08
Batata, doce, crua	53,20	40,00	1,33	47,30	197,89	0,50	0,05	11,28	8,44	0,15	1454,80	6,59	3,51
Chuchu, cru	58,80	40,00	1,47	6,79	28,42	0,28	0,02	1,65	4,60	0,07	0,00	4,25	0,00
Uva passa	5,00	5,00	1,00	14,95	62,55	0,15	0,02	3,96	2,50	0,09	0,04	0,12	0,55
Filé de Frango													
Frango, peito, sem pele, cru	189,00	180,00	1,05	214,49	897,41	38,75	5,44	0,00	13,25	0,78	3,60	0,00	100,80
Alho, cru	1,32	1,12	1,18	1,27	5,30	0,08	0,00	0,27	0,15	0,01	0,00	0,00	0,06
Cebola, crua	5,60	5,00	1,12	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Colorífico (marca Maratá)	0,30	0,30	1,00	0,90	3,78	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	30,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Óleo, de soja	3,00	3,00	1,00	26,52	110,96	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Orégano	0,50	0,50	1,00	1,53	6,40	0,06	0,05	0,32	7,88	0,22	1,73	0,25	0,08
Arroz refogado													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Feijão de corda com macaxeira													
Feijão, corda	52,50	50,00	1,05	100,00	420,00	7,00	0,00	16,00	31,00	2,00	0,00	0,00	0,00
Mandioca, crua	26,20	20,00	1,31	30,28	126,71	0,23	0,06	7,23	3,04	0,05	0,60	3,31	0,43
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Farofa de cuscuz													
Cereais, milho, flocos, sem sal	30,00	30,00	1,00	109,00	456,06	2,06	0,36	24,13	0,59	0,51	0,00	0,00	9,29

Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Suco de fruta													
Maracujá, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	19,38	81,09	0,41	0,09	4,80	2,30	0,15	39,00	3,63	4,05
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Fruta													
Melão, cru	137,00	100,00	1,37	29,37	122,88	0,68	0,00	7,53	2,86	0,23	116,00	8,68	11,17
Total	795,66	685,42		967,70	4050,49	56,52	11,43	156,90	111,53	5,21	1717,69	41,43	941,63

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada de Vinagrete; Salada Cozida (Abóbora, Batata Inglesa, Azeitona); Frango em Cubos; Arroz; Feijão com Batata Doce; Farofa; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Frango em cubos													
Frango, peito, sem pele, cru	189,00	180,00	1,05	214,49	897,41	38,75	5,44	0,00	13,25	0,78	3,60	0,00	100,80
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Alho, cru	0,59	0,50	1,18	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Colorífico (marca Maratá)	0,50	0,50	1,00	1,50	6,30	0,00	0,00	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Cebola, crua	7,84	7,00	1,12	2,76	11,55	0,12	0,01	0,62	0,98	0,01	0,00	0,33	0,04
Salada de vinagrete													
Tomate, com semente, cru	37,50	30,00	1,25	4,60	19,25	0,33	0,05	0,94	2,08	0,07	30,90	6,36	0,31
Pimentão, verde, cru	18,90	15,00	1,26	3,19	13,36	0,16	0,02	0,73	1,31	0,06	5,70	15,03	0,00
Cebola, crua	22,95	15,00	1,53	5,91	24,74	0,26	0,01	1,33	2,10	0,03	0,00	0,70	0,09
Vinagre, maçã	1,00	1,00	1,00	0,25	1,05	0,00	0,00	0,06	0,07	0,00	0,00	0,00	0,05
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Salada cozida													
Batata, inglesa, crua	57,18	46,87	1,22	30,17	126,23	0,83	0,00	6,88	1,66	0,17	0,00	14,57	0,00
Abóbora, moranga, crua	66,50	50,00	1,33	7,50	33,00	0,56	0,07	0,72	1,52	0,00	176,50	4,82	0,00
Azeitona, verde, conserva	12,80	10,00	1,28	13,69	57,29	0,09	1,42	0,41	4,56	0,02	3,00	0,00	134,70
Arroz refogado													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Feijão de corda com batata doce													
Feijão, corda	52,00	50,00	1,04	100,00	420,00	7,00	0,00	16,00	31,00	2,00	0,00	0,00	0,00
Batata, doce, crua	26,60	20,00	1,33	23,65	98,94	0,25	0,03	5,64	4,22	0,08	727,40	3,30	1,75
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Farofa													
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01

Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Farinha, de mandioca, torrada	30,00	30,00	1,00	109,58	458,49	0,37	0,09	26,76	22,66	0,36	0,00	0,00	3,09
Fruta													
Laranja, baía, crua	139,00	100,00	1,39	45,44	190,11	0,98	0,10	11,47	35,41	0,14	4,00	56,87	0,00
Suco de fruta													
Caju, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	18,28	76,50	0,24	0,08	4,68	0,42	0,07	10,50	59,86	2,08
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Total	814,02	705,87		947,82	3968,91	55,22	11,55	152,32	126,49	4,32	961,60	161,93	1073,78

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada Crua (Repolho branco, manga e Alface); Salada Cozida (Cenoura , Chuchu, Milho, cebola); Carne do Sol Assada; Arroz; Feijão com Abóbora; Macarrão; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidr atos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Salada Crua													
Manga, Tommy Atkins, crua	20,40	15,00	1,36	7,60	31,81	0,13	0,03	1,92	1,15	0,01	15,00	1,19	0,00
Repolho, branco, cru	25,80	15,00	1,72	2,57	10,74	0,13	0,02	0,58	5,18	0,02	2,00	2,81	0,55
Alface, lisa, crua	39,90	30,00	1,33	4,15	17,35	0,51	0,04	0,73	8,25	0,18	65,10	6,42	1,27
Salada Cozida													
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Chuchu, cru	58,80	40,00	1,47	6,79	28,42	0,28	0,02	1,65	4,60	0,07	0,00	4,25	0,00
Cenoura, crua	58,50	50,00	1,17	15,00	64,00	0,56	0,11	2,28	10,70	0,24	370,00	2,56	5,55
Milho, verde, enlatado, drenado	10,00	10,00	1,00	9,76	40,82	0,32	0,24	1,71	0,22	0,06	4,60	0,17	26,03
Carne de sol assada													
Carne de sol	221,40	180,00	1,23	563,40	2357,27	48,42	39,42	0,00	23,40	3,42	0,00	0,00	3497,40
Arroz													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Feijão de corda com Abóbora													
Feijão, corda	52,50	50,00	1,05	100,00	420,00	7,00	0,00	16,00	31,00	2,00	0,00	0,00	0,00
Abóbora, moranga, crua	26,20	20,00	1,31	3,00	13,20	0,22	0,03	0,29	0,61	0,00	70,60	1,93	0,00
Macarrão espaguete													
Macarrão, trigo, cru, com ovos	31,00	31,00	1,00	114,88	480,64	3,20	0,61	23,75	6,03	0,28	0,00	0,00	4,57
Alho, cru	0,59	0,50	1,18	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Cebola, crua	4,48	4,00	1,12	1,58	6,60	0,07	0,00	0,35	0,56	0,01	0,00	0,19	0,02
Colorífico (marca Maratá)	0,18	0,18	1,00	0,54	2,27	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Fruta													
Melancia, crua	217,00	100,00	2,17	32,61	136,43	0,88	0,00	8,14	7,72	0,23	36,60	6,15	0,00
Suco de fruta													
Acerola, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	10,97	45,89	0,30	0,00	2,77	3,80	0,08	86,50	311,62	0,64
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00

Total	909,78	688,18		1210,46	5068,04	67,15	41,75	135,53	108,03	7,11	650,40	337,32	3749,78
-------	--------	--------	--	---------	---------	-------	-------	--------	--------	------	--------	--------	---------

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada crua (Alface, Pimentão e Tomate); Salada cozida (Batata Doce, Chuchu e Cebola); Fígado acebolado; Arroz; Feijão com Batata Doce; Farofa; Doce Cristalizado; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Salada crua													
Alface, lisa, crua	39,90	30,00	1,33	4,15	17,35	0,51	0,04	0,73	8,25	0,18	65,10	6,42	1,27
Pimentão, verde, cru	18,90	15,00	1,26	3,19	13,36	0,16	0,02	0,73	1,31	0,06	5,70	15,03	0,00
Tomate, com semente, cru	18,75	15,00	1,25	2,30	9,62	0,16	0,03	0,47	1,04	0,04	15,45	3,18	0,15
Salada cozida													
Orégano	2,00	2,00	1,00	6,12	25,61	0,22	0,21	1,29	31,52	0,88	6,90	1,00	0,30
Batata, doce, crua	59,05	44,40	1,33	52,50	219,66	0,56	0,06	12,52	9,37	0,17	1614,83	7,32	3,90
Chuchu, cru	65,27	44,40	1,47	7,54	31,54	0,31	0,03	1,84	5,11	0,08	0,00	4,71	0,00
Cebola, crua	15,30	10,00	1,53	3,94	16,49	0,17	0,01	0,89	1,40	0,02	0,00	0,47	0,06
Fígado acebolado													
Carne, bovina, fígado, cru	200,09	187,00	1,07	263,76	1103,55	38,73	10,02	2,07	7,77	10,52	14841,63	0,00	142,12
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cebola, crua	76,50	50,00	1,53	19,71	82,47	0,86	0,04	4,43	7,00	0,10	0,00	2,33	0,30
Arroz refogado													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Feijão de corda com batata doce													
Feijão, corda	52,50	50,00	1,05	100,00	420,00	7,00	0,00	16,00	31,00	2,00	0,00	0,00	0,00
Batata, doce, crua	26,60	20,00	1,33	23,65	98,94	0,25	0,03	5,64	4,22	0,08	727,40	3,30	1,75
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01

Farofa													
Farinha, de mandioca, crua	30,00	30,00	1,00	108,26	452,96	0,47	0,08	26,37	19,46	0,33	0,00	0,00	0,31
Alho, cru	3,90	3,00	1,30	3,39	14,20	0,21	0,01	0,72	0,41	0,02	0,00	0,00	0,16
Óleo, de soja	3,00	3,00	1,00	26,52	110,96	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cebola, crua	4,59	3,00	1,53	1,18	4,95	0,05	0,00	0,27	0,42	0,01	0,00	0,14	0,02
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Suco de fruta													
Acerola, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	10,97	45,89	0,30	0,00	2,77	3,80	0,08	86,50	311,62	0,64
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Doce cristalizado													
Banana, doce em barra	20,00	20,00	1,00	56,02	234,39	0,43	0,01	15,13	2,39	0,12	5,40	0,00	1,98
Total	787,31	675,80		1042,88	4365,03	55,71	15,81	167,80	139,78	15,23	17368,91	355,61	933,84

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada Crua (Repolho, Tomate, Alface); Salada Cozida (Abobrinha com Beterraba e Ervilha); Filé de Peixe ao Forno; Arroz com Cenoura; Feijão com abóbora; Farofa; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Salada Crua													
Repolho, branco, cru	16,05	15,00	1,07	2,57	10,74	0,13	0,02	0,58	5,18	0,02	2,00	2,81	0,55
Tomate, com semente, cru	18,75	15,00	1,25	2,30	9,62	0,16	0,03	0,47	1,04	0,04	15,45	3,18	0,15
Alface, lisa, crua	39,90	30,00	1,33	4,15	17,35	0,51	0,04	0,73	8,25	0,18	65,10	6,42	1,27
Salada Cozida													
Abobrinha, italiana, crua	69,00	50,00	1,38	9,64	40,33	0,57	0,07	2,15	7,56	0,12	20,50	3,44	0,00
Beterraba, crua	64,40	40,00	1,61	19,53	81,72	0,78	0,04	4,44	7,25	0,13	1,52	1,25	3,89
Ervilha, enlatada, drenada	10,00	10,00	1,00	7,38	30,90	0,46	0,04	1,34	2,22	0,14	0,90	0,00	37,20
Filé de Peixe ao Forno													
Peixe, água doce, tilápia, filé, cru, Oreochromis niloticus	196,20	180,00	1,09	169,20	707,93	32,76	4,16	0,02	18,00	1,01	0,00	0,00	93,60
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Tempero a base de sal	1,00	1,00	1,00	0,21	0,88	0,03	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	325,60
Arroz com cenoura													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Cenoura, crua	11,70	10,00	1,17	3,00	12,80	0,11	0,02	0,46	2,14	0,05	74,00	0,51	1,11
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Feijão carioca com abóbora													
Feijão, carioca, cru	52,50	50,00	1,05	164,51	688,32	9,99	0,63	30,61	61,29	3,99	0,00	0,00	0,00
Abóbora, moranga, crua	26,60	20,00	1,33	3,00	13,20	0,22	0,03	0,29	0,61	0,00	70,60	1,93	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Farofa													
Farinha, de mandioca, crua	30,00	30,00	1,00	108,26	452,96	0,47	0,08	26,37	19,46	0,33	0,00	0,00	0,31
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Cebola, crua	4,59	3,00	1,53	1,18	4,95	0,05	0,00	0,27	0,42	0,01	0,00	0,14	0,02
Suco de fruta													
Manga, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	24,15	101,06	0,19	0,12	6,26	3,56	0,04	0,00	12,45	3,37

Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Fruta													
Laranja, lima, crua	139,00	100,00	1,39	45,70	191,21	1,06	0,08	11,53	31,47	0,12	0,00	43,46	1,11
Total	826,79	700,50		915,55	3831,63	52,71	7,58	161,57	173,33	6,70	250,07	75,58	1153,99

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada Crua (Repolho, Tomate, Alface); Salada Cozida (Abobrinha com Beterraba e Ervilha); Frango assado de panela; Arroz com Cenoura; Feijão com abóbora; Farofa; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Salada crua													
Repolho, branco, cru	16,05	15,00	1,07	2,57	10,74	0,13	0,02	0,58	5,18	0,02	2,00	2,81	0,55
Tomate, com semente, cru	18,75	15,00	1,25	2,30	9,62	0,16	0,03	0,47	1,04	0,04	15,45	3,18	0,15
Alface, lisa, crua	39,90	30,00	1,33	4,15	17,35	0,51	0,04	0,73	8,25	0,18	65,10	6,42	1,27
Salada cozida													
Abobrinha, italiana, crua	69,00	50,00	1,38	9,64	40,33	0,57	0,07	2,15	7,56	0,12	20,50	3,44	0,00
Beterraba, crua	64,40	40,00	1,61	19,53	81,72	0,78	0,04	4,44	7,25	0,13	1,52	1,25	3,89
Ervilha, enlatada, drenada	10,00	10,00	1,00	7,38	30,90	0,46	0,04	1,34	2,22	0,14	0,90	0,00	37,20
Frango assado de panela													
Frango, sobrecoxa, sem pele, crua	218,00	200,00	1,09	323,59	1353,91	35,14	19,24	0,00	12,59	1,81	8,00	0,00	160,00
Batata, inglesa, crua	23,20	20,00	1,16	12,87	53,87	0,35	0,00	2,94	0,71	0,07	0,00	6,22	0,00
Alho, cru	1,42	1,20	1,18	1,36	5,68	0,08	0,00	0,29	0,16	0,01	0,00	0,00	0,06
Colorífico (marca Maratá)	0,50	0,50	1,00	1,50	6,30	0,00	0,00	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Cebola, crua	5,60	5,00	1,12	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,80	0,80	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	312,00
Arroz com cenoura													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Cenoura, crua	11,70	10,00	1,17	3,00	12,80	0,11	0,02	0,46	2,14	0,05	74,00	0,51	1,11
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Feijão de corda com abóbora													
Feijão, corda	52,50	50,00	1,05	100,00	420,00	7,00	0,00	16,00	31,00	2,00	0,00	0,00	0,00
Abóbora, moranga, crua	26,60	20,00	1,33	3,00	13,20	0,22	0,03	0,29	0,61	0,00	70,60	1,93	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Farofa													
Farinha, de mandioca, crua	30,00	30,00	1,00	108,26	452,96	0,47	0,08	26,37	19,46	0,33	0,00	0,00	0,31
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Cebola, crua	4,59	3,00	1,53	1,18	4,95	0,05	0,00	0,27	0,42	0,01	0,00	0,14	0,02
Suco de fruta													

Manga, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	24,15	101,06	0,19	0,12	6,26	3,56	0,04	0,00	12,45	3,37
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Fruta													
Melão, cru	137,00	100,00	1,37	29,37	122,88	0,68	0,00	7,53	2,86	0,23	116,00	8,68	11,17
Total	877,11	747,00		1015,44	4251,15	52,21	22,96	146,83	110,59	5,71	374,07	47,25	876,94

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada Crua (Tomate, Cenoura e Acelga); Salada Cozida (Repolho, Batata e Cenoura); Cozido de Carne; Arroz; Feijão com Batata Doce; Pirão; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes						(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Salada crua													
Tomate, com semente, cru	18,75	15,00	1,25	2,30	9,62	0,16	0,03	0,47	1,04	0,04	15,45	3,18	0,15
Acelga, crua	46,20	30,00	1,54	6,28	26,29	0,43	0,03	1,39	12,90	0,08	99,00	6,77	0,35
Cenoura, crua	17,55	15,00	1,17	4,50	19,20	0,17	0,03	0,68	3,21	0,07	111,00	0,77	1,67
Salada cozida													
Batata, inglesa, crua	61,00	50,00	1,22	32,19	134,66	0,89	0,00	7,34	1,78	0,18	0,00	15,54	0,00
Cenoura, crua	35,10	30,00	1,17	9,00	38,40	0,34	0,06	1,37	6,42	0,14	222,00	1,54	3,33
Repolho, roxo, cru	21,40	20,00	1,07	6,18	25,86	0,38	0,01	1,44	8,73	0,10	0,80	8,64	0,47
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Cozido de carne													
Carne, bovina, coxão mole, sem gordura, cru	226,00	200,00	1,13	338,13	1414,74	42,46	17,39	0,00	5,97	3,77	6,00	0,00	122,00
Batata, inglesa, crua	24,40	20,00	1,22	12,87	53,87	0,35	0,00	2,94	0,71	0,07	0,00	6,22	0,00
Cenoura, crua	23,40	20,00	1,17	6,00	25,60	0,22	0,04	0,91	4,28	0,09	148,00	1,02	2,22
Arroz													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Feijão carioca com batata doce													
Feijão, carioca, cru	52,50	50,00	1,05	164,51	688,32	9,99	0,63	30,61	61,29	3,99	0,00	0,00	0,00
Batata, doce, crua	26,60	20,00	1,33	23,65	98,94	0,25	0,03	5,64	4,22	0,08	727,40	3,30	1,75
Pirão													
Farinha, de mandioca, crua	50,00	50,00	1,00	180,43	754,94	0,78	0,14	43,95	32,44	0,55	0,00	0,00	0,51
Cebola, crua	6,12	4,00	1,53	1,58	6,60	0,07	0,00	0,35	0,56	0,01	0,00	0,19	0,02
Alho, cru	5,20	4,00	1,30	4,53	18,93	0,28	0,01	0,96	0,54	0,03	0,00	0,00	0,21
Coentro	1,10	1,00	1,10	2,79	11,67	0,22	0,05	0,52	12,46	0,42	9,17	5,67	2,11
Colorífico (marca Maratá)	2,00	2,00	1,00	6,00	25,20	0,00	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	200,00
Tempero a base de sal	1,00	1,00	1,00	0,21	0,88	0,03	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	325,60
Cebolinha, crua	1,30	1,00	1,30	0,20	0,82	0,02	0,00	0,03	0,80	0,01	2,79	0,32	0,02
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	1,30	1,00	1,30	0,34	1,42	0,03	0,00	0,06	1,66	0,02	0,00	0,50	0,02

Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Fruta													
Melancia, crua	217,00	100,00	2,17	32,61	136,43	0,88	0,00	8,14	7,72	0,23	36,60	6,15	0,00
Suco de fruta													
Abacaxi, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	15,30	64,00	0,23	0,06	3,90	6,77	0,18	1,00	0,62	0,62
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Total	980,45	776,00		1177,81	4929,65	63,28	18,75	186,87	178,24	10,58	1379,21	60,46	1051,78

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada crua (Alface Lisa, Repolho Verde, Tomate e beterraba); Bisteca Bovina Assada; Arroz; Feijão com Abóbora; Purê de batata; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Salada crua													
Alface, lisa, crua	39,90	30,00	1,33	4,15	17,35	0,51	0,04	0,73	8,25	0,18	65,10	6,42	1,27
Repolho, branco, cru	16,05	15,00	1,07	2,57	10,74	0,13	0,02	0,58	5,18	0,02	2,00	2,81	0,55
Tomate, com semente, cru	18,75	15,00	1,25	2,30	9,62	0,16	0,03	0,47	1,04	0,04	15,45	3,18	0,15
Beterraba, crua	53,66	33,33	1,61	16,27	68,09	0,65	0,03	3,70	6,04	0,11	1,27	1,04	3,24
Bisteca bovina assada													
Bisteca bovina (crua)	180,80	160,00	1,13	753,60	3153,06	34,51	67,17	0,00	19,20	3,70	0,00	0,00	80,00
Coentro	1,10	1,00	1,10	2,79	11,67	0,22	0,05	0,52	12,46	0,42	9,17	5,67	2,11
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Arroz													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Feijão carioca com abóbora													
Feijão, carioca, cru	51,03	50,00	1,02	164,51	688,32	9,99	0,63	30,61	61,29	3,99	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Abóbora, moranga, crua	26,60	20,00	1,33	0,00	13,20	0,22	0,03	0,29	0,61	0,00	70,60	1,93	0,00
Purê de batata													
Batata, inglesa, crua	64,00	60,00	1,07	38,62	161,60	1,06	0,00	8,81	2,13	0,22	0,00	18,65	0,00
Leite, de vaca, integral	15,00	15,00	1,00	9,75	40,79	0,44	0,49	0,89	16,20	0,01	7,46	0,00	9,57
Cebola, crua	5,60	5,00	1,12	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Manteiga, com sal	2,00	2,00	1,00	14,52	60,75	0,01	1,65	0,00	0,19	0,00	15,08	0,00	11,57
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Fruta													

Abacaxi, cru	216,00	90,00	2,40	43,49	181,96	0,77	0,11	11,10	20,19	0,23	2,07	31,16	0,00
Suco de fruta													
Caju, polpa, congelado	50,00	50,00	1,00	20,00	83,68	0,25	0,08	4,68	0,42	0,08	10,50	59,50	2,09
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00
Total	836,32	641,33		1406,89	5899,68	54,17	70,55	138,71	158,78	9,53	198,69	130,63	991,35

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada Crua (Cenoura, Tomate e Acelga); Salada Cozida (Batata, Chuchu, Cenoura); Peito de Frango Acebolado; Arroz; Feijão com Macaxeira; Farofa; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes						(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Salada Crua													
Tomate, com semente, cru	18,75	15,00	1,25	2,30	9,62	0,16	0,03	0,47	1,04	0,04	15,45	3,18	0,15
Acelga, crua	46,20	30,00	1,54	6,28	26,29	0,43	0,03	1,39	12,90	0,08	99,00	6,77	0,35
Cenoura, crua	17,55	15,00	1,17	4,50	19,20	0,17	0,03	0,68	3,21	0,07	111,00	0,77	1,67
Salada Cozida													
Orégano	1,00	1,00	1,00	3,06	12,80	0,11	0,10	0,64	15,76	0,44	3,45	0,50	0,15
Batata, inglesa, crua	42,70	35,00	1,22	22,53	94,26	0,62	0,00	5,14	1,24	0,13	0,00	10,88	0,00
Cenoura, crua	35,10	30,00	1,17	9,00	38,40	0,34	0,06	1,37	6,42	0,14	222,00	1,54	3,33
Chuchu, cru	51,45	35,00	1,47	5,94	24,86	0,24	0,02	1,45	4,03	0,06	0,00	3,71	0,00
Peito de frango acebolado													
Frango, inteiro, sem pele, cru	218,00	200,00	1,09	258,19	1080,28	41,17	9,13	0,00	13,05	1,07	8,00	0,00	146,00
Cebola, crua	30,60	20,00	1,53	7,88	32,99	0,34	0,02	1,77	2,80	0,04	0,00	0,93	0,12
Arroz													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Feijão carioca com macaxeira													
Feijão, carioca, cru	52,50	50,00	1,05	164,51	688,32	9,99	0,63	30,61	61,29	3,99	0,00	0,00	0,00
Mandioca, crua	26,20	20,00	1,31	30,28	126,71	0,23	0,06	7,23	3,04	0,05	0,60	3,31	0,43
Purê de batata													
Batata, inglesa, crua	64,00	60,00	1,07	38,62	161,60	1,06	0,00	8,81	2,13	0,22	0,00	18,65	0,00
Leite, de vaca, integral	15,00	15,00	1,00	9,75	40,79	0,44	0,49	0,89	16,20	0,01	7,46	0,00	9,57
Cebola, crua	5,60	5,00	1,12	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Manteiga, com sal	2,00	2,00	1,00	14,52	60,75	0,01	1,65	0,00	0,19	0,00	15,08	0,00	11,57
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Fruta													
Laranja, lima, crua	139,00	100,00	1,39	45,70	191,21	1,06	0,08	11,53	31,47	0,12	0,00	43,46	1,11
Suco da fruta													
Manga, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	24,15	101,06	0,19	0,12	6,26	3,56	0,04	0,00	12,45	3,37
Açúcar, cristal	20,00	20,00	1,00	77,37	323,71	0,06	0,00	19,92	1,52	0,03	0,00	0,00	0,00

Total	906,15	773,50		977,03	4089,00	61,73	12,68	153,75	183,62	7,03	482,04	106,37	373,57
-------	--------	--------	--	--------	---------	-------	-------	--------	--------	------	--------	--------	--------

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada crua (Alface, tomate e beterraba); Salada cozida (Batata, cenoura e cheiro verde); Bife bovino; Arroz; Feijão com abóbora; Macarrão parafuso refogado; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes						(g)	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)
Salada crua													
Alface, lisa, crua	39,90	30,00	1,33	4,15	17,35	0,51	0,04	0,73	8,25	0,18	65,10	6,42	1,27
Tomate, com semente, cru	18,75	15,00	1,25	2,30	9,62	0,16	0,03	0,47	1,04	0,04	15,45	3,18	0,15
Beterraba, crua	58,00	52,00	1,12	25,39	106,24	1,01	0,05	5,78	9,42	0,17	1,98	1,62	5,05
Salada cozida													
Batata, inglesa, crua	61,00	50,00	1,22	32,19	134,66	0,89	0,00	7,34	1,78	0,18	0,00	15,54	0,00
Cenoura, crua	35,10	30,00	1,17	9,00	38,40	0,34	0,06	1,37	6,42	0,14	222,00	1,54	3,33
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	1,30	1,00	1,30	0,34	1,42	0,03	0,00	0,06	1,66	0,02	0,00	0,50	0,02
Bife Bovino													
Carne, bovina, coxão mole, sem gordura, cru	168,00	160,00	1,05	270,51	1131,80	33,97	13,91	0,00	4,78	3,02	4,80	0,00	97,60
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cebola, crua	7,84	7,00	1,12	2,76	11,55	0,12	0,01	0,62	0,98	0,01	0,00	0,33	0,04
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,80	0,80	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	312,00
Arroz													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Feijão de corda com abóbora													
Feijão, corda	52,50	50,00	1,05	100,00	420,00	7,00	0,00	16,00	31,00	2,00	0,00	0,00	0,00
Abóbora, moranga, crua	26,20	20,00	1,31	3,00	13,20	0,22	0,03	0,29	0,61	0,00	70,60	1,93	0,00
Macarrão parafuso													
Macarrão, trigo, cru, com ovos	31,00	31,00	1,00	114,88	480,64	3,20	0,61	23,75	6,03	0,28	0,00	0,00	4,57
Alho, cru	0,59	0,50	1,18	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Cebola, crua	4,48	4,00	1,12	1,58	6,60	0,07	0,00	0,35	0,56	0,01	0,00	0,19	0,02
Colorífico (marca Maratá)	0,18	0,18	1,00	0,54	2,27	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Fruta													
Abacaxi, cru	216,00	90,00	2,40	43,49	181,96	0,77	0,11	11,10	20,19	0,23	2,07	31,16	0,00
Suco da fruta													
Manga, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	24,15	101,06	0,19	0,12	6,26	3,56	0,04	0,00	12,45	3,37

Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Total	855,14	674,98		950,49	3979,83	53,55	18,20	139,43	100,19	6,83	382,00	74,85	641,17

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada crua (Pepino, pimentão e cebola roxa); Salada cozida (Cenoura e couve refogados); Iscas de Carne; Arroz com cenoura; Feijão com macaxeira; Macarrão espaguete; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Salada crua													
Pepino, cru	40,00	36,00	1,11	3,43	14,36	0,31	0,00	0,73	3,46	0,05	1,44	1,80	0,00
Pimentão, verde, cru	33,00	26,00	1,27	5,53	23,16	0,27	0,04	1,27	2,28	0,11	9,88	26,05	0,00
Cebola, crua	11,00	10,00	1,10	3,94	16,49	0,17	0,01	0,89	1,40	0,02	0,00	0,47	0,06
Laranja, lima, suco	5,00	5,00	1,00	1,97	8,23	0,04	0,01	0,46	0,39	0,00	0,00	2,07	0,00
Salada cozida													
Alho, cru	1,20	1,00	1,20	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cenoura, crua	57,00	50,00	1,14	15,00	64,00	0,56	0,11	2,28	10,70	0,24	370,00	2,56	5,55
Couve, manteiga, crua	59,20	40,00	1,48	10,82	45,28	1,15	0,22	1,73	52,35	0,18	233,20	38,67	2,47
Óleo, de soja	3,00	3,00	1,00	26,52	110,96	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Isclas de carne													
Carne, bovina, coxão mole, sem gordura, cru	168,00	160,00	1,05	270,51	1131,80	33,97	13,91	0,00	4,78	3,02	4,80	0,00	97,60
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cebola, crua	7,84	7,00	1,12	2,76	11,55	0,12	0,01	0,62	0,98	0,01	0,00	0,33	0,04
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Arroz													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Feijão de corda com macaxeira													
Feijão, corda	52,50	50,00	1,05	100,00	420,00	7,00	0,00	16,00	31,00	2,00	0,00	0,00	0,00
Mandioca, crua	26,20	20,00	1,31	30,28	126,71	0,23	0,06	7,23	3,04	0,05	0,60	3,31	0,43
Macarrão espaguete													
Macarrão, trigo, cru, com ovos	31,00	31,00	1,00	114,88	480,64	3,20	0,61	23,75	6,03	0,28	0,00	0,00	4,57
Alho, cru	0,59	0,50	1,18	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Cebola, crua	4,48	4,00	1,12	1,58	6,60	0,07	0,00	0,35	0,56	0,01	0,00	0,19	0,02
Colorífico (marca Maratá)	0,18	0,18	1,00	0,54	2,27	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Fruta													
Manga, Tommy Atkins, crua	81,60	60,00	1,36	30,42	127,26	0,51	0,13	7,66	4,58	0,05	60,00	4,76	0,00

Suco da fruta

Acerola, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	10,97	45,89	0,30	0,00	2,77	3,80	0,08	86,50	311,62	0,64
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Total	716,29	638,18		946,50	3962,99	53,04	21,34	131,30	129,39	6,61	766,42	391,81	715,18

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada crua (Repolho roxo, repolho branco e laranja); Salada cozida (Chuchu, beterraba e orégano); Lombo Suíno; Arroz com ervilha; Feijão com abóbora; Macarrão espaguete; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Lombo suíno													
Porco, lombo, cru	201,11	169,00	1,19	296,81	1241,84	38,20	14,82	0,00	7,02	0,80	0,00	0,00	89,57
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Coentro	1,10	1,00	1,10	2,79	11,67	0,22	0,05	0,52	12,46	0,42	9,17	5,67	2,11
Cebolinha, crua	1,30	1,00	1,30	0,20	0,82	0,02	0,00	0,03	0,80	0,01	2,79	0,32	0,02
Feijão carioca com abóbora													
Feijão, carioca, cru	51,03	50,00	1,02	164,51	688,32	9,99	0,63	30,61	61,29	3,99	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Abóbora, moranga, crua	26,60	20,00	1,33	3,00	13,20	0,22	0,03	0,29	0,61	0,00	70,60	1,93	0,00
Salada cozida													
Chuchu, cru	45,00	40,00	1,13	6,79	28,42	0,28	0,02	1,65	4,60	0,07	0,00	4,25	0,00
Beterraba, crua	45,00	40,00	1,13	19,53	81,72	0,78	0,04	4,44	7,25	0,13	1,52	1,25	3,89
Orégano	0,10	0,10	1,00	0,31	1,28	0,01	0,01	0,06	1,58	0,04	0,35	0,05	0,02
Salada crua													
Repolho, branco, cru	28,00	20,00	1,40	3,42	14,33	0,18	0,03	0,77	6,91	0,03	2,66	3,74	0,73
Repolho, roxo, cru	28,00	20,00	1,40	6,18	25,86	0,38	0,01	1,44	8,73	0,10	0,80	8,64	0,47
Laranja, pêra, crua	63,00	50,00	1,26	18,39	76,93	0,52	0,06	4,47	10,94	0,05	1,00	26,87	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Macarrão espaguete													
Macarrão, trigo, cru, com ovos	31,00	31,00	1,00	114,88	480,64	3,20	0,61	23,75	6,03	0,28	0,00	0,00	4,57
Alho, cru	0,59	0,50	1,18	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Cebola, crua	4,48	4,00	1,12	1,58	6,60	0,07	0,00	0,35	0,56	0,01	0,00	0,19	0,02
Colorífico (marca Maratá)	0,18	0,18	1,00	0,54	2,27	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Arroz refogado com ervilha													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71

Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Alho, cru	1,18	1,00	1,18	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cebola, crua	2,24	2,00	1,12	0,79	3,30	0,03	0,00	0,18	0,28	0,00	0,00	0,09	0,01
Ervilha, enlatada, drenada	10,00	10,00	1,00	7,38	30,90	0,46	0,04	1,34	2,22	0,14	0,90	0,00	37,20
Fruta													
Laranja, baía, crua	139,00	100,00	1,39	45,44	190,11	0,98	0,10	11,47	35,41	0,14	4,00	56,87	0,00
Suco da fruta													
Caju, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	18,28	76,50	0,24	0,08	4,68	0,42	0,07	10,50	59,86	2,08
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Total	817,74	697,78		1032,69	4321,49	61,02	19,78	152,44	171,43	6,80	104,29	169,76	1039,53

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada crua (Alface, pepino e tomate); Salada cozida (Beterraba, chuchu e milho verde); Estrogonofe de carne; Arroz com cenoura; Feijão com batata doce; Farofa; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Salada crua													
Alface, lisa, crua	39,90	30,00	1,33	4,15	17,35	0,51	0,04	0,73	8,25	0,18	65,10	6,42	1,27
Pepino, cru	40,00	36,00	1,11	3,43	14,36	0,31	0,00	0,73	3,46	0,05	1,44	1,80	0,00
Tomate, com semente, cru	18,75	15,00	1,25	2,30	9,62	0,16	0,03	0,47	1,04	0,04	15,45	3,18	0,15
Salada cozida													
Beterraba, crua	64,40	40,00	1,61	19,53	81,72	0,78	0,04	4,44	7,25	0,13	1,52	1,25	3,89
Chuchu, cru	11,47	10,00	1,15	1,70	7,10	0,07	0,01	0,41	1,15	0,02	0,00	1,06	0,00
Milho, verde, enlatado, drenado	10,00	10,00	1,00	9,76	40,82	0,32	0,24	1,71	0,22	0,06	4,60	0,17	26,03
Estrogonofe de carne													
Carne, bovina, coxão mole, sem gordura, cru	226,00	200,00	1,05	338,13	1414,74	42,46	17,39	0,00	5,97	3,77	6,00	0,00	122,00
Alho, cru	1,18	1,00	1,18	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cebola, crua	8,96	8,00	1,12	3,15	13,19	0,14	0,01	0,71	1,12	0,02	0,00	0,37	0,05
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,80	0,80	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	312,00
Colorífico (marca Maratá)	0,50	0,50	1,00	1,50	6,30	0,00	0,00	0,25	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00
Óleo, de soja	3,00	3,00	1,00	26,52	110,96	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Creme de Leite	10,00	10,00	1,00	22,15	92,67	0,15	2,25	0,45	8,27	0,03	12,77	0,00	5,20
Leite, de vaca, integral	20,00	20,00	1,00	13,00	54,39	0,59	0,65	1,18	21,60	0,02	9,94	0,00	12,76
Tomate, molho industrializado	5,00	5,00	1,00	1,92	8,04	0,07	0,05	0,39	0,59	0,08	3,80	0,14	20,91
Milho, amido, cru	3,00	3,00	1,00	10,84	45,36	0,02	0,00	2,61	0,03	0,00	0,00	0,00	0,24
Arroz com cenoura													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Cenoura, crua	11,70	10,00	1,17	3,00	12,80	0,11	0,02	0,46	2,14	0,05	74,00	0,51	1,11
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Feijão de corda com batata doce													
Feijão, corda	52,50	50,00	1,05	100,00	420,00	7,00	0,00	16,00	31,00	2,00	0,00	0,00	0,00
Batata, doce, crua	26,60	20,00	1,33	23,65	98,94	0,25	0,03	5,64	4,22	0,08	727,40	3,30	1,75
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05

Farofa													
Farinha, de mandioca, crua	30,00	30,00	1,00	108,26	452,96	0,47	0,08	26,37	19,46	0,33	0,00	0,00	0,31
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Cebola, crua	4,59	3,00	1,53	1,18	4,95	0,05	0,00	0,27	0,42	0,01	0,00	0,14	0,02
Suco da fruta													
Manga, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	24,15	101,06	0,19	0,12	6,26	3,56	0,04	0,00	12,45	3,37
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	0,00	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Fruta													
Melancia, crua	217,00	100,00	2,17	32,61	136,43	0,88	0,00	8,14	7,72	0,23	36,60	6,15	0,00
Total	941,95	741,30		1025,46	4454,30	59,78	26,17	143,54	131,73	7,64	958,62	36,93	1051,94

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada crua (Acelga, tomate e orégano); Salada cozida (Couve-flor, repolho roxo); Almôndengas ao molho de tomate; Arroz; Feijão com batata doce; Farofa; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Salada crua													
Acelga, crua	42,90	30,00	1,43	6,28	26,29	0,43	0,03	1,39	12,90	0,08	99,00	6,77	0,35
Tomate, com semente, cru	18,75	15,00	1,25	2,30	9,62	0,16	0,03	0,47	1,04	0,04	15,45	3,18	0,15
Orégano	1,00	1,00	1,00	3,06	12,80	0,11	0,10	0,64	15,76	0,44	3,45	0,50	0,15
Salada cozida													
Couve-flor, crua	48,00	30,00	1,60	6,77	28,32	0,57	0,06	1,36	5,35	0,16	0,60	10,82	1,03
Repolho, roxo, cru	16,05	15,00	1,07	4,64	19,40	0,29	0,01	1,08	6,55	0,08	0,60	6,48	0,35
Almôndengas ao molho de tomate													
Carne moída	196,20	180,00	1,09	385,20	1611,68	47,92	19,98	0,00	23,40	5,20	0,00	0,00	109,80
Alho, cru	1,18	1,00	1,18	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cebola, crua	5,60	5,00	1,12	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Tomate, com semente, cru	7,35	7,00	1,05	1,07	4,49	0,08	0,01	0,22	0,49	0,02	7,21	1,48	0,07
Pimentão, verde, cru	6,25	5,00	1,25	1,06	4,45	0,05	0,01	0,24	0,44	0,02	1,90	5,01	0,00
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Farinha, de trigo	5,00	5,00	1,00	18,02	75,41	0,49	0,07	3,75	0,89	0,05	0,00	0,00	0,04
Tomate, extrato	20,00	20,00	1,00	12,19	50,99	0,49	0,04	2,99	5,82	0,42	28,80	3,60	99,59
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,80	0,80	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	312,00
Óleo, de soja	5,00	5,00	1,00	44,20	184,93	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Arroz													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Feijão de corda com batata doce													
Feijão, corda	52,50	50,00	1,05	100,00	420,00	7,00	0,00	16,00	31,00	2,00	0,00	0,00	0,00
Batata, doce, crua	26,60	20,00	1,33	23,65	98,94	0,25	0,03	5,64	4,22	0,08	727,40	3,30	1,75
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Farofa													
Farinha, de mandioca, crua	30,00	30,00	1,00	108,26	452,96	0,47	0,08	26,37	19,46	0,33	0,00	0,00	0,31
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00

Cebola, crua	4,59	3,00	1,53	1,18	4,95	0,05	0,00	0,27	0,42	0,01	0,00	0,14	0,02
Suco da fruta													
Caju, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	18,28	76,50	0,24	0,08	4,68	0,42	0,07	10,50	59,86	2,08
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Fruta													
Laranja, lima, crua	139,00	100,00	1,39	45,70	191,21	1,06	0,08	11,53	31,47	0,12	0,00	43,46	1,11
Total	762,07	657,80		1090,08	4562,61	64,92	26,85	143,65	164,44	9,62	894,91	144,82	1119,66

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

[illegible]

Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Macarrão espaguete													
Macarrão, trigo, cru, com ovos	31,00	31,00	1,00	114,88	480,64	3,20	0,61	23,75	6,03	0,28	0,00	0,00	4,57
Alho, cru	0,59	0,50	1,18	0,57	2,37	0,04	0,00	0,12	0,07	0,00	0,00	0,00	0,03
Cebola, crua	4,48	4,00	1,12	1,58	6,60	0,07	0,00	0,35	0,56	0,01	0,00	0,19	0,02
Colorífico (marca Maratá)	0,18	0,18	1,00	0,54	2,27	0,00	0,00	0,09	0,00	0,00	0,00	0,00	18,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Óleo, de soja	2,00	2,00	1,00	17,68	73,97	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Suco da fruta													
Caju, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	18,28	76,50	0,24	0,08	4,68	0,42	0,07	10,50	59,86	2,08
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	38,68	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Fruta													
Melancia, crua	217,00	100,00	2,17	32,61	136,43	0,88	0,00	8,14	7,72	0,23	36,60	6,15	0,00
Total	1132,64	899,98		1299,60	5441,34	65,72	44,15	155,61	281,02	7,76	1786,69	160,92	3956,60

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Salada cozida (couve refogada com tomate e cebola); Feijoada com carne suína e legumes; Arroz; Farofa; Fruta; Suco de fruta	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lipídeos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Salada cozida													
Couve, manteiga, crua	48,00	30,00	1,60	8,12	33,96	0,86	0,16	1,30	39,26	0,14	174,90	29,01	1,85
Cebola, crua	11,00	10,00	1,10	3,94	16,49	0,17	0,01	0,89	1,40	0,02	0,00	0,47	0,06
Tomate, com semente, cru	18,75	15,00	1,25	2,30	9,62	0,16	0,03	0,47	1,04	0,04	15,45	3,18	0,15
Sal refinado, Marca Sal Lebre	1,00	1,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	390,00
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Feijoada com carne suína e legumes													
Feijão, preto, cru	84,00	80,00	1,05	258,85	1083,04	17,08	0,99	47,00	88,72	5,17	0,00	0,00	0,00
Porco, lombo, cru	166,60	140,00	1,19	245,88	1028,74	31,65	12,28	0,00	5,82	0,66	0,00	0,00	74,20
Carne, bovina, charque, cru	30,75	25,00	1,23	62,22	260,31	5,68	4,21	0,00	3,79	0,38	0,00	0,00	1468,75
Repolho, branco, cru	5,35	5,00	1,07	0,86	3,58	0,04	0,01	0,19	1,73	0,01	0,67	0,94	0,18
Cenoura, crua	5,70	5,00	1,14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Cebola, crua	4,59	3,00	1,53	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Alho, cru	2,60	2,00	1,30	2,26	9,47	0,14	0,00	0,48	0,27	0,02	0,00	0,00	0,11
Cebolinha, crua	2,60	2,00	1,30	0,39	1,63	0,04	0,01	0,07	1,60	0,01	5,58	0,64	0,03
Arroz													
Arroz, tipo 1, cru	70,00	70,00	1,00	250,45	1047,89	5,01	0,23	55,13	3,09	0,47	0,00	0,00	0,71
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Cebola, crua	1,53	1,00	1,53	0,39	1,65	0,02	0,00	0,09	0,14	0,00	0,00	0,05	0,01
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Alho, cru	1,30	1,00	1,30	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Farofa													
Farinha, de mandioca, crua	30,00	30,00	1,00	108,26	452,96	0,47	0,08	26,37	19,46	0,33	0,00	0,00	0,31
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Cebola, crua	4,59	3,00	1,53	1,18	4,95	0,05	0,00	0,27	0,42	0,01	0,00	0,14	0,02
Suco da fruta													
Caju, polpa, congelada	50,00	50,00	1,00	18,28	76,50	0,24	0,08	4,68	0,42	0,07	10,50	59,86	2,08
Açúcar, cristal	10,00	10,00	1,00	0,00	161,86	0,03	0,00	9,96	0,76	0,02	0,00	0,00	0,00
Fruta													

Laranja, baía, crua	139,00	100,00	1,39	45,44	190,11	0,98	0,10	11,47	35,41	0,14	4,00	56,87	0,00
Total	692,86	588,50		1050,29	4556,30	62,77	22,20	159,54	204,16	7,50	211,10	151,37	2233,54

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Ceará (Campus Tauá)

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO DO ALMOÇO/ ENSINO MÉDIO INTEGRADO

Nome: Hambúrguer de Ervilha	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína	Lípideos	Carboidratos	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
				(kcal)	(kJ)								
Hambúrguer de Ervilha													
Ervilha, enlatada, drenada	170,00	170,00	1,00	125,54	525,24	7,82	0,65	22,85	37,77	2,36	15,30	0,00	632,40
Cebola, crua	8,96	8,00	1,12	3,15	13,19	0,14	0,01	0,71	1,12	0,02	0,00	0,37	0,05
Alho, cru	1,18	1,00	1,18	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Farinha, de trigo	15,00	15,00	1,00	54,07	226,23	1,47	0,21	11,26	2,68	0,14	0,00	0,00	0,11
Orégano	1,00	1,00	1,00	3,06	12,80	0,11	0,10	0,64	15,76	0,44	3,45	0,50	0,15
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	1,30	1,00	1,30	0,34	1,42	0,03	0,00	0,06	1,66	0,02	0,00	0,50	0,02
Óleo, de soja	5,00	5,00	1,00	44,20	184,93	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	56,00	50,00	1,12	71,56	299,39	6,52	4,45	0,82	21,01	0,78	39,41	0,00	84,00
Total	258,94	251,50		303,05	1267,95	16,14	10,42	36,58	80,13	3,77	58,17	1,37	911,79

[illegible]

Total	174,94	162,50		326,71	1371,80	49,23	1,12	28,99	20,45	0,67	3,45	16,92	225,27
--------------	---------------	---------------	--	---------------	----------------	--------------	-------------	--------------	--------------	-------------	-------------	--------------	---------------

Nome: Feijoada Vegetariana	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Feijoada Vegetarina													
Feijão, preto, cru	84,00	80,00	1,05	258,85	1083,04	17,08	0,99	47,00	88,72	5,17	0,00	0,00	0,00
Azeitona, verde, conserva	15,00	15,00	1,00	20,54	85,94	0,14	2,13	0,62	6,85	0,03	4,50	0,00	202,05
Repolho, branco, cru	5,35	5,00	1,07	0,86	3,58	0,04	0,01	0,19	1,73	0,01	0,67	0,94	0,18
Cebola, crua	4,59	3,00	1,53	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Alho, cru	2,60	2,00	1,30	0,00	9,47	0,14	0,00	0,48	0,27	0,02	0,00	0,00	0,11
Cebolinha, crua	2,60	2,00	1,30	0,39	1,63	0,04	0,01	0,07	1,60	0,01	5,58	0,64	0,03
Batata, inglesa, crua	42,70	35,00	1,22	22,53	94,26	0,62	0,00	5,14	1,24	0,13	0,00	10,88	0,00
Cenoura, crua	35,10	30,00	1,17	9,00	38,40	0,34	0,06	1,37	6,42	0,14	222,00	1,54	3,33
Queijo de coalho	40,00	40,00	1,00	149,20	624,25	9,79	12,11	0,27	298,40	0,29	76,80	0,00	214,40
Total	232,94	213,00		470,21	1977,56	28,19	16,32	55,14	405,23	5,79	309,55	13,99	420,10

Nome: Almondegas de soja ao molho	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Almondegas de soja ao molho													
Soja, proteína texturizada	100,00	100,00	1,00	278,00	1168,00	48,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	30,00
Alho, cru	1,18	1,00	1,18	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cebola, crua	5,60	5,00	1,12	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Tomate, com semente, cru	7,35	7,00	1,05	1,07	4,49	0,08	0,01	0,22	0,49	0,02	7,21	1,48	0,07
Pimentão, verde, cru	6,25	5,00	1,25	1,06	4,45	0,05	0,01	0,24	0,44	0,02	1,90	5,01	0,00
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Farinha, de trigo	5,00	5,00	1,00	18,02	75,41	0,49	0,07	3,75	0,89	0,05	0,00	0,00	0,04
Tomate, extrato	20,00	20,00	1,00	12,19	50,99	0,49	0,04	2,99	5,82	0,42	28,80	3,60	99,59
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,80	0,80	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	312,00
Óleo, de soja	5,00	5,00	1,00	44,20	184,93	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	56,00	50,00	1,12	71,56	299,39	6,52	4,45	0,82	21,01	0,78	39,41	0,00	84,00
Total	208,18	199,80		432,21	1813,25	55,78	9,58	29,21	29,48	1,30	77,32	10,33	625,78

Nome: Almondegas (ervilha) ao molho	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Almondegas (ervilha) ao molho													
Ervilha, enlatada, drenada	170,00	170,00	1,00	125,54	525,24	7,82	0,65	22,85	37,77	2,36	15,30	0,00	632,40

Alho, cru	1,18	1,00	1,18	0,00	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cebola, crua	5,60	5,00	1,12	1,97	8,25	0,09	0,00	0,44	0,70	0,01	0,00	0,23	0,03
Tomate, com semente, cru	7,35	7,00	1,05	1,07	4,49	0,08	0,01	0,22	0,49	0,02	7,21	1,48	0,07
Pimentão, verde, cru	6,25	5,00	1,25	1,06	4,45	0,05	0,01	0,24	0,44	0,02	1,90	5,01	0,00
Colorífico (marca Maratá)	1,00	1,00	1,00	3,00	12,60	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,00	100,00
Farinha, de trigo	5,00	5,00	1,00	18,02	75,41	0,49	0,07	3,75	0,89	0,05	0,00	0,00	0,04
Tomate, extrato	20,00	20,00	1,00	12,19	50,99	0,49	0,04	2,99	5,82	0,42	28,80	3,60	99,59
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,80	0,80	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	312,00
Óleo, de soja	5,00	5,00	1,00	44,20	184,93	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	56,00	50,00	1,12	71,56	299,39	6,52	4,45	0,82	21,01	0,78	39,41	0,00	84,00
Total	278,18	269,80		278,61	1170,49	15,59	10,23	32,06	67,25	3,66	92,62	10,33	1228,18

Nome: Hambúrguer de soja	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Hambúrguer de soja													
Soja, proteína texturizada	100,00	100,00	1,00	278,00	1168,00	48,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	30,00
Cebola, crua	8,96	8,00	1,12	3,15	13,19	0,14	0,01	0,71	1,12	0,02	0,00	0,37	0,05
Alho, cru	1,18	1,00	1,18	0,00	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Farinha, de trigo	15,00	15,00	1,00	54,07	226,23	1,47	0,21	11,26	2,68	0,14	0,00	0,00	0,11
Orégano	1,00	1,00	1,00	3,06	12,80	0,11	0,10	0,64	15,76	0,44	3,45	0,50	0,15
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	1,30	1,00	1,30	0,34	1,42	0,03	0,00	0,06	1,66	0,02	0,00	0,50	0,02
Óleo, de soja	5,00	5,00	1,00	44,20	184,93	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	56,00	50,00	1,12	71,56	299,39	6,52	4,45	0,82	21,01	0,78	39,41	0,00	84,00
Total	188,94	181,50		454,38	1910,71	56,33	9,77	33,73	42,37	1,41	42,87	1,37	309,39

Nome: Suflê de legumes com queijo	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Suflê de legumes com queijo													
Abobrinha, italiana, crua	69,00	50,00	1,38	0,00	40,33	0,57	0,07	2,15	7,56	0,12	20,50	3,44	0,00
Cenoura, crua	35,10	30,00	1,17	9,00	38,40	0,34	0,06	1,37	6,42	0,14	222,00	1,54	3,33
Cebola, crua	8,96	8,00	1,12	3,15	13,19	0,14	0,01	0,71	1,12	0,02	0,00	0,37	0,05
Abóbora, moranga, crua	26,60	20,00	1,33	3,00	13,20	0,22	0,03	0,29	0,61	0,00	70,60	1,93	0,00
Alho, cru	1,18	1,00	1,18	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Chuchu, cru	58,80	40,00	1,47	6,79	28,42	0,28	0,02	1,65	4,60	0,07	0,00	4,25	0,00
Farinha, de trigo	15,00	15,00	1,00	54,07	226,23	1,47	0,21	11,26	2,68	0,14	0,00	0,00	0,11
Orégano	1,00	1,00	1,00	3,06	12,80	0,11	0,10	0,64	15,76	0,44	3,45	0,50	0,15
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	1,30	1,00	1,30	0,34	1,42	0,03	0,00	0,06	1,66	0,02	0,00	0,50	0,02
Óleo, de soja	5,00	5,00	1,00	44,20	184,93	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	56,00	50,00	1,12	71,56	299,39	6,52	4,45	0,82	21,01	0,78	39,41	0,00	84,00
Queijo, mozzarella	40,00	40,00	1,00	131,95	552,07	9,06	10,07	1,22	350,02	0,12	43,60	0,00	232,40

Total	318,44	261,50		328,25	1415,13	18,80	20,03	20,41	411,58	1,87	399,57	12,52	515,12
--------------	---------------	---------------	--	---------------	----------------	--------------	--------------	--------------	---------------	-------------	---------------	--------------	---------------

Nome: Omelete de queijo	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Omelete de queijo													
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	1,00	0,83	1,20	0,28	1,18	0,02	0,00	0,05	1,38	0,02	0,00	0,42	0,02
Óleo, de soja	3,00	3,00	1,00	26,52	110,96	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	96,40	80,34	1,20	114,98	481,06	10,47	7,15	1,31	33,76	1,26	63,33	0,00	134,97
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Queijo, mozzarella	40,00	40,00	1,00	131,95	552,07	9,06	10,07	1,22	350,02	0,12	43,60	0,00	232,40
Total	140,90	124,67		273,73	1145,27	19,55	20,23	2,58	385,16	1,40	106,93	0,42	562,39

Nome: Omelete com legumes	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
				(kcal)	(kJ)								
Ingredientes													
Omelete com legumes													
Cebola, crua	8,96	8,00	1,12	3,15	13,19	0,14	0,01	0,71	1,12	0,02	0,00	0,37	0,05
Alho, cru	1,18	1,00	1,18	1,13	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cenoura, crua	35,10	30,00	1,17	9,00	38,40	0,34	0,06	1,37	6,42	0,14	222,00	1,54	3,33
Orégano	1,00	1,00	1,00	3,06	12,80	0,11	0,10	0,64	15,76	0,44	3,45	0,50	0,15
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	1,30	1,00	1,30	0,34	1,42	0,03	0,00	0,06	1,66	0,02	0,00	0,50	0,02
Óleo, de soja	5,00	5,00	1,00	44,20	184,93	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	96,40	80,34	1,20	114,98	481,06	10,47	7,15	1,31	33,76	1,26	63,33	0,00	134,97
Pimentão, verde, cru	33,00	26,00	1,27	5,53	23,16	0,27	0,04	1,27	2,28	0,11	9,88	26,05	0,00
Queijo ralado	5,00	5,00	1,00	21,55	90,17	1,92	1,43	0,20	55,45	0,05	5,85	0,00	76,45
Total	187,44	157,84		202,95	849,87	13,35	13,80	5,81	116,59	2,04	304,51	28,96	410,03

Nome: Panqueca vegetariana	Per capita (bruto)	Per capita (líquido)	Fator de correção	Energia		Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Ingredientes				(kcal)	(kJ)								
Panqueca vegetariana com soja e legumes													
Soja com legumes													
Cebola, crua	8,96	8,00	1,12	3,15	13,19	0,14	0,01	0,71	1,12	0,02	0,00	0,37	0,05
Alho, cru	1,18	1,00	1,18	0,00	4,73	0,07	0,00	0,24	0,14	0,01	0,00	0,00	0,05
Cenoura, crua	35,10	30,00	1,17	9,00	38,40	0,34	0,06	1,37	6,42	0,14	222,00	1,54	3,33
Orégano	1,00	1,00	1,00	3,06	12,80	0,11	0,10	0,64	15,76	0,44	3,45	0,50	0,15
Cheiro verde (50% cebolinha verde, 50% salsa), cru	1,30	1,00	1,30	0,34	1,42	0,03	0,00	0,06	1,66	0,02	0,00	0,50	0,02
Sal refinado, Marca Sal Lebre	0,50	0,50	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	195,00
Soja, proteína texturizada	100,00	100,00	1,00	278,00	1168,00	48,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	0,00	30,00
Pimentão, verde, cru	33,00	26,00	1,27	5,53	23,16	0,27	0,04	1,27	2,28	0,11	9,88	26,05	0,00
Massa da panqueca													

Farinha, de trigo	15,00	15,00	1,00	0,00	226,23	1,47	0,21	11,26	2,68	0,14	0,00	0,00	0,11
Leite, de vaca, integral	30,00	30,00	1,00	0,00	81,59	0,88	0,97	1,78	32,40	0,02	14,91	0,00	19,14
Óleo, de soja	1,00	1,00	1,00	8,84	36,99	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Ovo, de galinha, inteiro, cru	5,00	5,00	1,00	7,16	29,94	0,65	0,45	0,08	2,10	0,08	3,94	0,00	8,40
Total	232,04	218,50		315,08	1636,46	51,95	2,84	37,41	64,55	0,98	254,18	28,96	256,26