



ANEXO I-D
Avaliação Nutricional

Item	Descrição	Quant.	Kcal	Carbs.(g)	Gord. (g)	Prot. (g)
1	Suco de acerola	Copo de 200 ml	50	12,7	0,2	0,3
2	Suco de Goiaba	Copo de 200 ml	128	33,4	0,7	1,3
3	Suco de Cupuaçu	Copo de 200 ml	60	14,5	0,2	0,4
4	Suco de Maracujá	Copo de 200 ml	128	32,8	0	0,1
5	Suco de Taperebá	Copo de 200 ml	60	14,9	0,1	0,5
6	Vitamina de Banana	Copo de 200 ml	140	20,2	4,9	5,0
7	Vitamina de Abacate	Copo de 200 ml	132	11,8	7,7	5,1
8	Fatia de abacaxi	150 gramas	74	17,4	0,5	1,0
9	Fatia de melancia	150 gramas	44	9,8	0,1	1,0
10	Laranja inteira	Unidade média	81	19,4	0,4	1,6
11	Maçã inteira	Unidade média	83	20,4	0,6	0,4
12	Banana inteira	Unidade média	89	22,8	0,3	1,1
13	Empadão de frango	300 gramas	891	58,5	55,8	40,5
14	Bolo de milho	150 gramas	464	67,7	18,6	7,2
15	Bolo de chocolate	150 gramas	611	82,1	27,8	9,3
16	Pão com ovo	Unidade	386	45,5	14,9	18,4
17	Pão com queijo e presunto	Unidade	230	26,2	8,3	13,6
18	Macarronada à bolonhesa	300 gramas	378	66,3	5	16,1
19	Macarronada de frango	300 gramas	414	58,5	10,6	23,3
20	Arroz com charque	300 gramas	450	34,5	21,3	32,4
21	Arroz com galinha	300 gramas	414	58,8	11,5	21,6
22	Mingau de açaí	Copo de 200 ml	339	62,1	8,8	6
23	Sopa de carne com legumes	400 gramas	352	24,8	15,8	30,2
24	Sanduíche natural de frango	unidade	288	20,6	18,3	11,6
25	Sanduíche natural de atum	unidade	296	20	19,4	11,5