PREFEITURA DE ARAUCÁRIA

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - DAE

FICHA TÉCNICA | **Nº 11**

Preparação: Bolo de fubá sem leite e sem ovos

Rendimento: 2,5 Kg

Tempo total de preparo: 1h e 30 minutos

Peso da porção CMEI: 31 porções de 80 gramas.

Peso da porção Escola: 25 porções de 100 gramas.

Utensílios utilizados: forma, batedeira, colher, xícara.

Ingredientes:			Informação nutricional para cada 100g			
Produtos:	Medida caseira:	Quantidade (g/ml):	Calorias (Kcal)	Carboidrato (CHO)	Proteína (PTN)	Lipídeo (LIP)
Fubá	6 xícaras	1080 gramas	350,59	79,08	7,19	1,47
Açúcar	3 xícara	540 gramas	386,57	99,54	0,32	0
Fermento	3 colher de sopa	30 gramas	89,72	43,91	0,48	0,07
Farinha de trigo	3 xícara	540 gramas	360,47	75,09	9,79	1,37
Óleo de soja	3 xícara	540 ml	884	0	0	100

Modo de preparo:

1. Coloque em uma tigela todos os ingredientes secos exceto o fermento e misture;
2. Acrescente o óleo;
3. Misture tudo por 5 minutos;
4. Acrescente o fermento e misture bem;
5. Unte uma forma, despeje a massa e asse no forno pré aquecido;
6. Asse por 40 minutos em 180°.

Alérgicos:

Contém glúten.

Observações:

Receita pode ser utilizada para alunos com intolerância a lactose, APLV e alérgicos a ovo.
Para alunos em estado de obesidade ou diabetes deve ser realizada a troca do açúcar refinado pelo adoçante.
Para alunos celíacos deve ser realizada a troca da farinha de trigo para a farinha de arroz sem glúten.
Crianças menores de 3 anos não podem ingerir açúcar.

* Aferir e registrar a tempertura assim que terminar a preparaçao para garantir o controle de qualidade e boas práticas da cozinha.

*Também é necessário retirar amostra da preparação com no mínimo 100g e armazená-la com devida identificação por no mínimo 3 dias.

Secretaria Municipal de Educação
+55 41 3614-7450 / smed@educacao.araucaria.pr.gov.br
Rua Lourenço Jasiocha, 2197 - Centro - CEP 83702 090 - Araucária / PR

ANA LIGIA OMMATI KASSIM
25/03/2024 10:26:52
CÂMARA MUNICIPAL DE ARAUCÁRIA
Assinatura digital avançada com certificado digital não ICP-Brasil.

JAMIRES SOARES BASTOS DA SILVA
25/03/2024 10:31:28
CÂMARA MUNICIPAL DE ARAUCÁRIA
Assinatura digital avançada com certificado digital não ICP-Brasil.

ESTE DOCUMENTO FOI ASSINADO EM 25/03/2024 10:27 -03:00 -03
PARA CONFERÊNCIA DO SEU CONTEÚDO ACESSE https://c.atende.net/p66017baa597d3.
POR ANA LIGIA OMMATI KASSIM - (058.065.399-46) EM 25/03/2024 10:27