



PREFEITURA DE ARAUCÁRIA

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - DAE

FICHA TÉCNICA

Nº 12



Preparação: Bolo de leite de coco

Rendimento: 2 Kg

Tempo total de preparo: 1h e 30 minutos

Peso da porção CMEI: 25 porções de 80 gramas.

Peso da porção Escola: 20 porções de 100 gramas.

Utensílios utilizados: forma, batedeira ou liquidificador, colher, xícara.

Ingredientes:

Informação nutricional para cada 100g

| Produtos: | Medida caseira: | Quantidade (g/ml): | Calorias (Kcal) | Carboidrato (CHO) | Proteína (PTN) | Lípido (LIP) |
|------------------|------------------|--------------------|-----------------|-------------------|----------------|--------------|
| Leite de coco | 2 vidro | 400 ml | 80 | 0 | 0 | 6 |
| Ovos | 6 ovos | 270 gramas | 143,11 | 1,64 | 13,03 | 8,9 |
| Manteiga | 12 colheres | 144 gramas | 725,97 | 0,06 | 0,41 | 82,36 |
| Açúcar | 4 xícaras | 720 gramas | 386,57 | 99,54 | 0,32 | 0 |
| Farinha de trigo | 4 xícaras | 720 gramas | 360,47 | 75,09 | 9,79 | 1,37 |
| Fermento | 2 colher de sopa | 20 gramas | 89,72 | 43,91 | 0,48 | 0,07 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

Modo de preparo:

1. Bater no liquidificador todos os ingredientes menos o fermento;
2. Acrescentar o fermento em pó e bater rapidamente só para misturar;
3. Assar em forma untada e enfarinhada no forno pré aquecido;
4. Assar por 40 minutos em 180°.

Alérgicos:

Contém ovos, leite e glúten.

Observações:

Para crianças com intolerância a lactose e APLV deve ser realizada a troca da manteiga por óleo de soja.

Para celíacos a farinha de trigo deve ser alterada pela farinha sem glúten.

Para crianças diabéticas deve ser realizada a troca do açúcar pelo adoçante.

Crianças menores de 3 anos não podem ingerir açúcar.

* Aferir e registrar a temperatura assim que terminar a preparação 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

ESTE DOCUMENTO FOI ASSINADO EM: 25/03/2024 10:30:05-05:00:103
PARA CONFERENCIA DO SEU CONTEUDO ACESSE: https://ic.aterade.net/pep0017c66a05c
POR ANA LIGIA OMMATI KASSIM - (058.065.399-46) EM 25/03/2024 10:30

