



PREFEITURA DE ARAUCÁRIA

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - DAE

FICHA TÉCNICA

Nº 09



Preparação: Bolo de cacau sem ovos e sem leite

Rendimento: 3,2 Kg

Tempo total de preparo: 1h e 30 minutos

Peso da porção CMEI: 40 porções de 80 gramas.

Peso da porção Escola: 32 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)
Farinha de trigo	8 xícaras	1440 gramas	360,47	75,09	9,79	1,37
Açúcar	4 xícaras	720 gramas	386,57	99,54	0,32	0
Cacau	2 xícara	360 gramas	74,29	19,41	0,95	0,14
Óleo	1 xícara	180 ml	884	0	0	100
Água quente	2 xícaras	360 ml	0	0	0	0
Água fria	2 xícaras	360 ml	0	0	0	0
Fermento em pó	2 colheres	20 gramas	89,72	43,91	0,48	0,07

Modo de preparo:

1. Coloque todos os ingredientes secos em uma vasilha e misture;
2. Acrescente a água quente e mexa até virar uma massa;
3. Coloque a água fria, misture até dar o ponto da massa;
4. Acrescente o fermento e mexa delicadamente;
5. Coloque em um forma untada;
6. Leve ao forno pré aquecido por aproximadamente 40 minutos;
7. Retire do forno quando realizar o teste do palito e ver que o bolo ficou bem assado;
8. Espere esfriar naturalmente e sirva-o.

Alérgicos:

Contém glúten.

Observações:

Para alunos celíacos deve ser realizada a troca da farinha de trigo para a farinha de arroz sem glúten.

Pode ser realizado com o auxílio de uma batedeira ou misturado na mão.

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

