

ALIMENTAÇÃO COMPLEMENTAR

ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

Carga Horária 24 Horas

Idade Mínima 18 Anos

Vagas 14 Vagas

Mínimo de Pré-inscritos 9

Objetivo Elaborar cardápios nutritivos, complementando a alimentação, através do aproveitamento integral dos alimentos.

Programação

- A importância da higiene e segurança no processamento de alimentos
- Importância do Planejamento e Aproveitamento de Alimentos
- Processamento dos pós para multimistura
- Noções de Desidratação de Folhas e Frutas
- Preparo da Farinha Múltipla ou Farinha Multimistura
- Técnicas de Preparo dos alimentos na alimentação Complementar
- Utilização de PANCS (Plantas Alimentícias não Convencionais) na alimentação

Certificado

Público Alvo Comunidade Rural

Recursos do Parceiro

Descrição	Qtd
Garfo (unidade)	15.00
Faca de mesa (unidade)	15.00
Prato (unidade)	15.00
Concha (unidade)	2.00
Colheres grandes (unidade)	3.00
Escumadeiras (unidade)	2.00
Bandejas para servir (unidade)	3.00
Assadeira de Vidro (unidade)	3.00

Descrição	Qtd
Tábuas para corte (unidade)	4.00
Ralo de 4 faces (unidade)	2.00
Jarras para Suco (unidade)	3.00
Toalha de mesa (unidade)	1.00
Bacia pequena de plástico	4.00
Recipientes para armazenamento de sobras com tampa (unidade)	10.00
Forma para pudim (unidade)	2.00
Frigideira antiaderente (unidade)	1.00
Frigideira grande (unidade)	1.00
Bacia (grande) de plástico (unidade)	4.00
Socador de alho (unidade)	1.00
Leiteira de 2 litros (unidade)	1.00
Panela de 05 litros com tampa (unidade)	2.00
Panela de 10 litros com tampa (unidade)	2.00
Panela de 20 litros com tampa (unidade)	2.00
Tabuleiro de alumínio grandes (unidade)	6.00
Batedeira de bolo (unidade)	1.00
Liquidificador (unidade)	1.00
Fogão 6 bocas (unidade)	1.00
Botijão de gás (unidade)	1.00
Fogão (2 bocas) (unidade)	1.00
Forno elétrico ou gás (unidade)	2.00
Geladeira (unidade)	1.00
Milho em conserva (lata)	2.00
Milho em espigas (unidade)	5.00
Couve (maço) (unidade)	2.00
Batata Inglesa (gramas)	500.00
Batata doce (gramas)	400.00
Banana Nanica madura (unidade)	6.00
Banana verde (bem verde) (unidade)	10.00
Alho (gramas)	250.00
Repolho (unidade)	1.00
Alface (unidade)	4.00
Abóbora cabotiá (unidade)	1.00
Cebolinha verde (maço) (unidade)	1.00
Uvas passas (gramas)	500.00
Cenoura (unidade)	3.00
Laranja (unidade)	15.00

Descrição	Qtd
Cebola de cabeça (kg)	1.00
Mandioca (kg)	2.00
Limão (unidade)	10.00
Manga ou abacaxi (unidade)	2.00
Pimentas verdes (gramas)	100.00
Tomate (kg)	2.00
Peito de frango (kg)	2.00
Carne moída sem gordura (kg)	1.00
Carne de sol ou de 2ª boa (kg)	3.00
Bacon (kg)	2.00
Linguiça calabresa (kg)	2.00
Queijo curado (kg)	1.00
Extrato de tomate (lata 370g)	2.00
Leite (litro)	6.00
Óleo de soja (litro)	3.00
Ovos (dúzia)	3.00
Margarina (gramas)	500.00
Mel (ml)	200.00
Leite condensado (lata 390 g)	2.00
Fermento biológico para Pães (unidade 10 g)	2.00
Fermento em pó (unidade 50 g)	2.00
Azeite de oliva (250 ml) (unidade)	1.00
Feijão (kg)	2.00
Arroz agulhinha (kg)	5.00
Coco ralado (gramas)	350.00
Canela em pó (gramas)	50.00
Amido de milho (gramas)	200.00
Polvilho (kg)	1.00
Bolacha maisena (pacote 400 g) (unidade)	1.00
Amendoim (kg)	1.00
Fubá de milho (gramas)	500.00
Farinha ou grão de linhaça (gramas)	200.00
Farinha de trigo (kg)	4.00
Farinha de soja (gramas)	500.00
Farinha de mandioca (kg)	1.00
Farelo de arroz novo (máquina de arroz) (gramas)	500.00
Soja em grãos (gramas)	500.00

Descrição	Qtd
Açúcar mascavo (kg)	1.00
Açúcar cristal (kg)	5.00
Papel filme (unidade)	1.00
Guardanapo de papel (pacote 100) (unidade)	1.00
Saco plástico capacidade de 3 kg (unidade)	30.00
Papel toalha (unidade)	1.00
Copo descartável (pacote 100) (unidade)	1.00
Sacos para lixo: 50 litros (unidade)	10.00
Recipiente para lixo com tampa (unidade)	2.00
Sabão em barra (unidade)	2.00
Pano de chão (unidade)	2.00
Sabonete (unidade)	1.00
Água Sanitária - 1 litro (unidade)	1.00
Sabão em pó (grama)	500.00
Álcool Etílico Hidratado 96°gl (litro)	2.00
Panos de prato (unidade)	5.00
Detergentes (unidade)	3.00
Pacote de esponja de aço (unidade)	1.00
Papel Higiênico (pacote com 4)	1.00
Esponja para louça	2.00