



## FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO

Setor Bancário Sul, Quadra 2, Bloco F, Edifício FNDE. - Bairro Asa Sul, Brasília/DF, CEP 70070-929

Telefone: 0800-616161 e Fax: @fax\_unidade@ - <https://www.fnde.gov.br>

Edital nº 01/2025

Processo nº 23034.031852/2025-13

### **OBJETO: Concurso Melhores Receitas da Alimentação Escolar - 3ª edição**

## **ÍNDICE**

1. DA ORGANIZAÇÃO
2. DO OBJETO
3. DO CONCURSO
4. DAS INSCRIÇÕES
5. DA SELEÇÃO DAS RECEITAS
6. DISPOSIÇÕES COMPLEMENTARES
7. DO CRONOGRAMA DO CONCURSO
8. DA PREMIAÇÃO
9. DA DESCRIÇÃO DOS PRÊMIOS
10. DAS CONDIÇÕES GERAIS

## **EDITAL**

### **CONCURSO MELHORES RECEITAS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 3ª EDIÇÃO**

#### **1. DA ORGANIZAÇÃO**

1.1. O "CONCURSO MELHORES RECEITAS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 3ª EDIÇÃO", doravante Concurso, é realizado através do projeto Alimentação Escolar Nota 10, uma iniciativa do FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO (FNDE), em parceria com ITAIPU BINACIONAL (por meio do programa Mais que Energia) e o Instituto Federal do Sul de Minas Gerais (IFSULDEMINAS). Tendo, contudo, o FNDE, doravante denominado ORGANIZADOR, pessoa jurídica de direito público, com sede em Brasília, Distrito Federal, Setor Bancário Sul, Quadra 2, Bloco F, Edifício FNDE, CEP 70.070-929.

1.2. O presente Concurso, não subordina seus concorrentes, ou futuro contemplado, a qualquer pagamento ou vinculação com o consumo ou fruição de qualquer bem, direito ou serviço.

1.3. Ao presente Concurso aplicar-se-ão as regras da Lei nº 14.133, de 1º de abril de 2021, quando cabíveis.

1.4. É de responsabilidade da Coordenação Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar (CGPAE) da Diretoria de Ações Educacionais do FNDE, representada pelo(a) Coordenador(a) Geral, conduzir as atividades do Concurso Melhores Receitas para alimentação Escolar.

#### **2. DO OBJETO**

2.1. O presente Concurso consiste na seleção, divulgação e premiação de receitas culinárias elaboradas por merendeiras e merendeiros que atuam na alimentação escolar, doravante denominados PARTICIPANTES, que atuam em escolas públicas de educação básica, beneficiárias do Programa

Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), abrangendo todas as etapas e modalidades de ensino, inscritos nos termos deste Edital, valorizando práticas alimentares saudáveis, sustentáveis e alinhadas às diretrizes do PNAE.

### 3. DO CONCURSO

3.1. O presente Concurso tem por objetivo a valorização do papel das Merendeiras e dos Merendeiros na rede pública de ensino, incentivando a criação e o compartilhamento de práticas culinárias inovadoras que promovam a Alimentação Saudável e Adequada no ambiente escolar. Os trabalhos deverão estar alinhados às diretrizes do PNAE, com foco em critérios de sustentabilidade, regionalidade e o resgate da cultura alimentar local.

3.2. As receitas inscritas deverão, obrigatoriamente, contemplar: ingredientes provenientes da agricultura familiar, alimentos regionais e/ou da sociobiodiversidade, e/ou o uso de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANCs). As receitas deverão priorizar o uso de alimentos *in natura* ou minimamente processados, garantindo a viabilidade de execução no contexto do PNAE e o respeito às recomendações da Resolução CD/FNDE nº 6, de 08 de maio de 2020, que dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa.

3.3. Estarão habilitadas a participar do Concurso as receitas elaboradas por PARTICIPANTES residentes no Brasil que efetuarem o cadastro e o envio de suas receitas em conformidade com os termos e critérios estabelecidos neste Edital.

3.4. Estarão aptos a realizar a inscrição e, portanto, a participar do CONCURSO, as Merendeiras e os Merendeiros que estejam atuando em escolas da Rede Pública de Ensino e que possuam contrato de trabalho ativo com o município, estado, ou empresa terceirizada, incluindo-se também os servidores públicos efetivos, além da Rede Federal de Ensino.

3.5. Para os efeitos deste Edital, o termo Merendeira(o) abrange todos os profissionais que atuam no preparo e distribuição da alimentação escolar nas unidades da rede pública de ensino, incluindo aqueles que são localmente ou oficialmente denominados como Cozinheiro(a) Escolar, Manipulador(a) de Alimentos, Servente, ou outras nomenclaturas regionais que exerçam função equivalente na execução do PNAE.

### 4. DAS INSCRIÇÕES

4.1. Para inscrição das receitas, os (as) PARTICIPANTES deverão, no período definido no item 7.1, realizar a inscrição e enviar suas receitas por meio da plataforma eletrônica disponibilizada no site do FNDE, observando as seguintes orientações:

- a) Acessar o site <https://www.fnde.gov.br/melhoresreceitas/>;
- b) Acessar formulário de inscrição preenchendo os dados iniciais de acesso: CPF e Código INEP da escola onde atua;
- c) Informar dados pessoais solicitados;
- d) Preencher o modelo de ficha técnica da receita disponibilizada no Anexo II, contendo: nome da receita, lista de ingredientes, medidas caseiras ou medidas oficiais, modo de preparo, tempo de preparo, rendimento em porções e foto da preparação. A receita preenchida deverá ser salva em formato "PDF" e anexada no campo específico da inscrição;
- e) É obrigatória a inclusão da foto da preparação, que deverá estar inserida dentro do próprio arquivo "PDF" enviado;
- f) Informar os dados (CPF, e-mail e telefone) do(a) Nutricionista Responsável Técnico pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar na rede de ensino que atua.

4.2. Somente poderão ser cadastrados CPFs de merendeiras e merendeiros que atuam na alimentação escolar de escolas públicas da educação básica, sob pena de eliminação do Concurso, em qualquer fase.

4.3. A inscrição deve ser feita pelo(a) merendeira(o) da escola e pode contar com o auxílio do servidor da escola e/ou da nutricionista que acompanha a alimentação escolar.

4.4. A inscrição será considerada efetivada somente após a confirmação de envio da receita.

4.5. As receitas deverão caracterizar-se como preparação culinária, podendo concorrer preparações que se configurem como lanche, acompanhamento e prato principal.

4.6. Somente serão aceitas as receitas nas quais os ingredientes que as compõem estejam em unidade de peso e medida, conforme o Anexo I deste Edital.

4.7. O PARTICIPANTE deverá preencher todos os campos do formulário com as informações cadastrais e da receita para que sua inscrição seja válida.

4.8. O não cadastramento da receita no ato da inscrição ensejará a eliminação do PARTICIPANTE.

4.9. Cada PARTICIPANTE poderá enviar apenas uma receita, mesmo que atue em mais de uma escola.

4.10. Cada escola poderá estar vinculada a apenas um PARTICIPANTE, mesmo que possua mais de uma merendeira ou merendeiro.

4.11. A inscrição da receita implica ao PARTICIPANTE a sua total e inequívoca concordância com todas as regras contidas neste Edital.

4.12. Os PARTICIPANTES do Concurso assumem desde já serem os legítimos e exclusivos titulares (autores) das receitas por eles inscritas, sendo que estas não poderão ser cópias integrais (100%) de receitas encontradas em publicações de gastronomia e culinária, sites da internet, cardápios de restaurantes e estabelecimentos gastronômicos e outros meios/ ambientes públicos. No entanto, é permitido que a receita faça parte do cardápio escolar, de sua respectiva rede de ensino.

4.13. O ORGANIZADOR não se responsabiliza por qualquer tipo de problema que possa impedir a chegada de informações ao seu destino, por questões técnicas dos computadores, falhas de comunicação, bem como por outros fatores que impossibilitem o envio.

## 5. DA SELEÇÃO DAS RECEITAS

5.1. As receitas culinárias inscritas pelos(as) PARTICIPANTES do CONCURSO serão avaliadas em três etapas: Eliminatória; Classificatória e Final.

5.2. N a **Etapa Eliminatória** serão eliminadas as receitas cuja o PARTICIPANTE a Entidade Executora não possuir nutricionista Responsável Técnico com cadastro no SIGPNAE. Para os nutricionistas do PNAE da rede federal, o cadastro a ser considerado será aquele feito pela Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (COSAN). Os(as) nutricionistas que ainda não tiverem realizado o cadastro deverão entrar em contato através do e-mail [cosan@fnde.gov.br](mailto:cosan@fnde.gov.br).

5.3. Serão eliminadas as receitas culinárias que tenham produtos e/ou ingredientes que constam no Art. 22 da Resolução CD/FNDE nº06/2020.

5.4. Serão eliminadas as receitas culinárias cujo o(a) PARTICIPANTE não anexar foto da receita.

5.5. As inscrições serão analisadas pela Comissão Organizadora do Concurso, que verificará: o envio completo dos documentos exigidos; a conformidade da receita com o modelo previsto no Anexo II; e o atendimento aos requisitos estabelecidos neste Edital. Após a conferência, a Comissão Organizadora emitirá decisão de **deferimento ou indeferimento** da inscrição. O resultado do deferimento/indeferimento das inscrições será divulgado no site oficial do FNDE, na página do Concurso de Receitas. Inscrições indeferidas por ausência ou irregularidade documental não serão reabertas para correção.

5.6. As receitas serão apresentadas no portal do Concurso por ordem alfabética e UF, sem identificação de autoria do(a) PARTICIPANTE.

5.7. Na etapa **Classificatória**, a Comissão Julgadora avaliará todas as receitas habilitadas na etapa anterior e selecionará até 05 (cinco) receitas por Unidade da Federação, além das receitas das Entidades Executoras Federais.

5.7.1. A Comissão Julgadora será composta por 1 (um) chef de cozinha; 1 (um) nutricionista com experiência em alimentação escolar que não esteja vinculado a uma Entidade Executora; 2 (dois) representantes entre os parceiros da CGPAE/FNDE e 1 (um) servidor da CGPAE. A Comissão Julgadora será designada pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação.

5.8. Na avaliação das receitas serão considerados os seguintes critérios:

Critérios	Pontuação
Viabilidade no PNAE: possibilidade de replicação da receita no contexto da Alimentação Escolar. A receita pode ser executada considerando a infraestrutura, os equipamentos e a rotina das cozinhas escolares da rede pública?	30 pontos
Criatividade (inovação e originalidade). A receita apresenta preparo, combinação de ingredientes ou apresentação de forma inovadora e original?	30 pontos
Utilização de alimentos regionais e/ou da sociobiodiversidade. A receita valoriza ingredientes locais, tradicionais ou da sociobiodiversidade brasileira, promovendo a cultura alimentar regional?	20 pontos
Utilização de alimentos <i>in natura</i> e/ou minimamente processados. A receita prioriza o uso de alimentos frescos e com baixo grau de processamento, conforme o Guia Alimentar para a População Brasileira?	20 pontos
Total	até 100 pontos

5.9. A cada receita culinária inscrita será atribuída uma pontuação, que é a Nota Final. As 05 (cinco) receitas com maior pontuação por unidade da federação serão classificadas para a etapa final.

5.10. As receitas classificadas participarão da **Etapa Final**. Nesta etapa serão selecionadas até 55 (cinquenta e cinco) receitas vencedoras, sendo 02 (duas) por Unidade da Federação e 01 (uma) Entidade Federal, por meio de formulário eletrônico de voto único, a partir de votação popular.

5.11. Em caso de empate em qualquer etapa, os seguintes critérios serão utilizados, nesta ordem:

- a) Maior pontuação quanto à inclusão de alimentos saudáveis (*in natura* ou minimamente processados).
- b) Maior pontuação quanto à viabilidade no PNAE.
- c) Maior pontuação quanto à valorização dos hábitos locais.
- d) Maior pontuação quanto à criatividade.

5.12. Caso permaneça o empate, caberá ao FNDE decidir pela melhor receita, avaliando o seu valor nutricional à luz das diretrizes do PNAE.

5.13. Das análises e decisões da Comissão Julgadora caberá recurso.

5.14. O recurso deverá ser apresentado exclusivamente pelo email oficial do Concurso (melhoresreceitas@fnde.gov.br), no prazo máximo de 3 (três) dias úteis contados da divulgação do resultado.

5.15. O recurso deverá conter: identificação do participante; indicação clara do item contestado; fundamentação objetiva do pedido.

## 6. DISPOSIÇÕES COMPLEMENTARES

6.1. A seleção de 05 (cinco) receitas por Unidade da Federação e das Entidades Executoras Federais está condicionada ao número de inscrições válidas recebidas por estado.

6.2. Caso o número de inscrições válidas em determinado estado seja inferior a cinco (5), serão consideradas apenas as receitas devidamente inscritas e habilitadas, respeitando os critérios de avaliação previstos neste Edital.

6.3. Caso o total de inscrições válidas em âmbito nacional seja inferior a 55 (cinquenta e cinco), a Comissão Julgadora poderá readequar a distribuição das vagas entre as Unidades da Federação ou ajustar o número total de finalistas, conforme o número de receitas elegíveis, assegurando a representatividade regional e a isonomia do processo seletivo.

## 7. DO CRONOGRAMA DO CONCURSO

7.1. O cronograma do Concurso obedecerá ao disposto no quadro abaixo.

ETAPAS	PERÍODO
Lançamento do Edital do Concurso	05/02/2026
Inscrições	06/02 a 27/03/2026
Divulgação dos resultados da Etapa Eliminatória	31/03/2026
Etapa Classificatória	01/04 a 26/04/2026
Divulgação dos resultados da Etapa Classificatória	30/04/2026
Prazo para interposição de recurso	01/05 a 03/05/2026
Etapa Final – Votação	15/05 a 30/05/2026
Divulgação do Resultado Final	10/06/2026
Evento de Premiação	a definir

## 8. DA PREMIAÇÃO

8.1. Para todos os PARTICIPANTES classificados para a etapa classificatória, serão distribuídos Certificados de Participação.

8.2. As 55 (cinquenta e cinco) receitas vencedoras serão premiadas nas seguintes categorias:

a) Prêmio Merendeira(o): Os PARTICIPANTES vencedores, será concedido um prêmio no valor de R\$ 5.000,00 (cinco mil reais).

b) Prêmio Escola: Às Escolas de vinculação da receita vencedora, será concedido um prêmio no valor de R\$ 8.000,00 (oito mil reais). O prêmio deverá ser obrigatoriamente investido na aquisição de equipamentos ou na melhoria da infraestrutura da cozinha escolar. Mediante termo de compromisso de aplicação integral do valor na unidade

escolar vencedora.

8.3. Os recursos da premiação são provenientes do Projeto “Alimentação Escolar Nota 10: Formação e Valorização de Merendeiras e Nutricionistas”, uma parceria entre Itaipu Binacional, Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais (IFSULDEMINAS) e a Fundação de Apoio ao Desenvolvimento da Extensão, Pesquisa, Ensino Profissionalizante e Tecnológico (FADEMA).

8.4. O pagamento da premiação estará sujeito à dedução do Imposto de Renda Retido na Fonte (IRRF), conforme a legislação vigente da Receita Federal. O valor final a ser creditado poderá sofrer essa alteração.

8.5. As 55 (cinquenta e cinco) receitas vencedoras serão reunidas e publicadas em um e-book exclusivo em formato digital.

8.6. Será promovido um Evento de Premiação (data e local a serem definidos), com a presença dos PARTICIPANTES vencedores, bem como do Nutricionista responsável pela alimentação escolar da unidade de vinculação. O ORGANIZADOR, por meio do projeto Alimentação Escolar Nota 10, se compromete a arcar com as despesas de deslocamento, hospedagem e alimentação das Merendeiras(os) e Nutricionistas participantes do Evento de Premiação, conforme regras a serem especificadas.

## 9. DA DESCRIÇÃO DOS PRÊMIOS

9.1. O prêmio é pessoal e intransferível, não cabendo a substituição por qualquer outra pessoa ou instituição.

9.2. O ORGANIZADOR não assumirá qualquer responsabilidade em decorrência de informações incorretas, imprecisas ou incompletas prestadas pelo PARTICIPANTE do Concurso que possam acarretar sua desclassificação e/ou que impossibilitem contato com o PARTICIPANTE. Nessas hipóteses, o vencedor perderá o direito ao prêmio e não poderá reclamar qualquer indenização e/ou compensação.

## 10. DAS CONDIÇÕES GERAIS

10.1. Os PARTICIPANTES serão integral e irrestritamente responsáveis pela veracidade das informações prestadas à organização do Concurso, eximindo o ORGANIZADOR ou qualquer parceiro, desde já, de qualquer hipótese de responsabilização, judicial ou não.

10.2. Todo e qualquer material entregue pelos PARTICIPANTES ao ORGANIZADOR deverá ser totalmente isento de qualquer restrição relativa aos direitos autorais, de imagem e conexos, tanto de terceiros quanto de profissionais eventualmente envolvidos em seu desenvolvimento nos termos do artigo 93, da Lei nº 14.133, de 01 de abril de 2021.

10.3. Os PARTICIPANTES, ao realizarem sua inscrição, autorizam expressamente o tratamento de dados na forma do artigo 7º, I, da Lei nº 13.709 de 2018 (LGPD), sem prejuízo das demais hipóteses legais de tratamento de dados, bem assim que cedem expressamente os direitos autorais patrimoniais e de imagem em relação aos materiais produzidos em decorrência da participação no processo, na forma do artigo 93 da Lei nº 14.133, de 2021, e observado o disposto nos artigos 49 e 50 da Lei nº 9.610, de 1998.

10.4. No ato da adesão ao Concurso e anuência ao presente Edital, por meio do envio de sua inscrição, o PARTICIPANTE autoriza gratuitamente, em caráter exclusivo, irrevogável, irretratável, definitivo e universal a divulgação de seu nome, imagem e voz e respectivo material enviado (receita/prato) e imagem (foto e/ou vídeo) no site do Concurso, bem como, autoriza ao ORGANIZADOR ou a qualquer outro parceiro o uso da receita inscrita, da sua imagem e voz, em quaisquer obras ou mídias por ele produzidas, podendo o ORGANIZADOR (ou qualquer outro parceiro) utilizar as referidas obras livremente.

10.5. Nenhuma dessas utilizações previstas anteriormente tem limitação de tempo ou de número de vezes, podendo ocorrer no Brasil e/ou no exterior, sem que seja devido ao PARTICIPANTE qualquer remuneração ou compensação.

10.6. A autorização ora concedida pelo PARTICIPANTE ao ORGANIZADOR ou a qualquer parceiro nos termos do item 10 entra em vigor no ato da inscrição, e assim perdurará pelos prazos de proteção legal da obra previstos na Lei nº 9.610/98.

10.7. O ORGANIZADOR detém o direito de encerrar e/ou modificar pontos específicos do presente Concurso em caso de fraude, dificuldade operacional ou qualquer outro fator que possa comprometer a segurança dos envolvidos e a integridade e licitude deste Concurso.

10.8. Tendo em vista as características inerentes ao ambiente da Internet, o ORGANIZADOR não tem como garantir que o acesso aos seus sites ou Portal esteja livre de invasões, interrupções ou suspensões, ocasionadas por casos fortuitos, internos ou externos, casos de força maior ou por outros casos não inteiramente sujeitos ao seu controle, se eximindo de qualquer responsabilidade proveniente de tais fatos e/ou atos.

10.9. Nenhuma mudança poderá ser feita pelo ORGANIZADOR para diminuir ou excluir a premiação indicada neste Edital; qualquer mudança na premiação somente poderá ser feita para oferecer prêmios similares ou melhores.

10.10. O PARTICIPANTE que descumprir qualquer ponto deste Edital ou que sua participação infrinja de forma direta ou indireta a legislação vigente e/ou a moral e os bons costumes poderá ter sua inscrição, de acordo com decisão do ORGANIZADOR, imediatamente cancelada, excluindo sua participação no Concurso sem prejuízo de outras sanções eventualmente cabíveis.

10.11. Não poderão participar deste Concurso os cônjuges, ascendentes, descendentes e parentes até o 2.º grau dos colaboradores funcionários do ORGANIZADOR e dos membros das comissões julgadoras.

10.12. A ocorrência de qualquer outra hipótese de ato ou fato não previsto neste Edital será decidida, pelo próprio ORGANIZADOR, passível de objeto de recurso.

10.13. O PARTICIPANTE poderá entrar em contato com o ORGANIZADOR para esclarecimentos adicionais ou suporte técnico por meio do endereço eletrônico: [melhoresreceitas@fnde.gov.br](mailto:melhoresreceitas@fnde.gov.br).

10.14. O FNDE poderá atualizar o Edital a qualquer tempo, sem prévio aviso, sendo responsabilidade do PARTICIPANTE verificar a versão mais recente disponível no site, bem como suas atualizações.

10.15. Este Edital entra em vigor na data de sua publicação e está disponível no site.



Documento assinado eletronicamente por **DANIEL HENRIQUE BANDONI, Coordenador(a) de Segurança Alimentar e Nutricional**, em 21/01/2026, às 16:20, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, caput e § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#), embasado no art. 9º, §§ 1º e 2º, da [Portaria MEC nº 1.042, de 5 de novembro de 2015](#), respaldado no art. 9º, §§ 1º e 2º, da [Portaria/FNDE nº 83, de 29 de fevereiro de 2016](#).



Documento assinado eletronicamente por **KARINE SILVA DOS SANTOS, Coordenador(a)-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar**, em 22/01/2026, às 14:21, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, caput e § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#), embasado no art. 9º, §§ 1º e 2º, da [Portaria MEC nº 1.042, de 5 de novembro de 2015](#), respaldado no art. 9º, §§ 1º e 2º, da [Portaria/FNDE nº 83, de 29 de fevereiro de 2016](#).



Documento assinado eletronicamente por **LUIS RICARDO SOUSA GUTERRES, Diretor(a) de Ações Educacionais**, em 23/01/2026, às 10:16, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, caput e § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#), embasado no art. 9º, §§ 1º e 2º, da [Portaria MEC nº 1.042, de 5 de novembro de 2015](#), respaldado no art. 9º, §§ 1º e 2º, da [Portaria/FNDE nº 83, de 29 de fevereiro de 2016](#).



Documento assinado eletronicamente por **FERNANDA MARA DE OLIVEIRA MACEDO CARNEIRO PACOBAHYBA, Presidente**, em 27/01/2026, às 15:49, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, caput e § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#), embasado no art. 9º, §§ 1º e 2º, da [Portaria MEC nº 1.042, de 5 de novembro de 2015](#), respaldado no art. 9º, §§ 1º e 2º, da [Portaria/FNDE nº 83, de 29 de fevereiro de 2016](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [https://www.fnde.gov.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](https://www.fnde.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **5206105** e o código CRC **D1729C3D**.

## ANEXOS AO EDITAL

### ANEXO I

Unidades de Peso e Medidas
Miligramas (mg)
Gramas (g)
Quilo (Kg)
Mililitro (mL)
Litro (L)

### ANEXO II

#### CADASTRO DA RECEITA

NOME DA RECEITA: \_\_\_\_\_

QUANTIDADE DE PORÇÕES: \_\_\_\_\_ RENDIMENTO: \_\_\_\_\_ TEMPO DE PREPARO: \_\_\_\_\_ min.

FOTO

INGREDIENTES	QUANTIDADES

#### MODO DE PREPARO

