

## RELATÓRIO DE ACOMPANHAMENTO

OUTUBRO A DEZEMBRO 2021

NOME DA INICIATIVA:	TrançAmor
---------------------	-----------

NOME PROJETO:	FORMAÇÃO EM GASTRONOMIA SOCIAL E CULINÁRIA AFETIVA TRANÇAMOR COZINHA	LOCAL:	TRANÇAMOR COZINHA - Rua Manuel Vieira Sarmiento,5 – Jd. São Luis
ÁREA DE ATUAÇÃO:	COZINHA SOCIAL/ GERAÇÃO DE RENDA	PÚBLICO ATENDIDO:	VOLUNTÁRIAS DA TRANÇAMOR COZINHA QUE SEJAM MÃES OU AVÓS SOLO E MULHERES MORADORAS DE NOSSO ENTORNO
DURAÇÃO:	3 MESES		

### PARTE DESCRITIVA

#### 1. O QUE ACONTECEU NESSE PERÍODO

Nossa primeira semana foi de preparação, compras, programação, reuniões e convidar e definir as alunas e profissionais para workshop além dos professores fixos.

Tivemos um imprevisto de ter que mudar a cozinha de local que foi na mesma rua, mas mudança de qualquer forma demanda tempo, então tivemos que correr para mudar a tempo da aula inaugural.

#### AULA 1 – 18/10/2021

Recebemos todos com um café da manhã de boas-vindas às alunas antes da primeira aula.

Trocamos ideias sobre as expectativas pessoais, nos apresentamos mutuamente. Terminado o café, organizamos a cozinha para início da aula

A primeira aula foi com o chef Eduardo, que passou técnicas básicas de manuseio utensílio, de facas, tábuas e técnicas de cortes:

- Três Principais cortes para Fraldinha;
- Cortes básicos para legumes e folhosos;
- Tipos de cocção;
- Preparo de caldo de legumes;
- Preparo de caldo de carne.

Todos os momentos foram permeados pela exposição de informações técnicas, curiosidades e dúvidas dos participantes, estabelecendo uma dinâmica mais assertiva, pontual e fluida. As trocas foram bem ricas e todos os participantes instrumentalizaram as técnicas propostas. Estabelecemos uma linha de produção, a fim de que as preparações fossem finalizadas ao mesmo tempo e os serviços fossem otimizados. Finalizamos as preparações, otimizamos a cozinha, almoçamos, montamos as marmitas, distribuimos e finalizamos a aula.

Nesta aula tivemos o preparo do cardápio: arroz, feijão cozido de fraldinha com legumes que deu pra montar 28 marmitas.

As alunas distribuíram as marmitas para suas famílias e vizinhos.

#### AULA 2 – 25/10/2021

Workshop com a Chef Suelen Matulas da Nega

Essa Oficina de Uso Total e Integral dos Alimentos teve como objetivo apresentar opções de como economizar e reduzir o desperdício dos alimentos de forma prática e criativa. Usamos poucos ingredientes e fizemos uma vastidão de produtos. Usando todos os alimentos de forma consciente. Sem desperdício e sem gerar lixo.

Cardápio preparado a partir da aula da Suelen:

- Moqueca de banana
- Doce de casca de banana
- Banana Loka
- Farofa de alecrim
- Hambúrguer de casca de banana
- Bala de casca de banana
- Geleia de Pimenta e abacaxi
- Cocada de coco que fez leite de côco para moqueca e casca de abacaxi
- Arroz de côco.

Com o cardápio acima foram preparadas 50 marmitas, 10 foram para a casa das alunas e 40 para uma casa de recuperação para dependentes químicos em Embu Guaçu.

### **AULA 3 – 27/10/2021**

A aula da professora Lu, do Recicla Alimentos, foi externa na chácara do empreendimento de nossa amiga Joyce da Enjoy Orgânicos. Enjoy é uma mini chácara localizada no bairro do Riveira em SP há 6 quilômetros da nossa cozinha. Nós pedimos Uber e fomos com as alunas, os 2 professores fixos e os filhos de algumas alunas até a plantação familiar da Joyce.

Ali as alunas e toda a equipe tiveram contato com dezenas de plantas alimentícias não convencionais., onde a professora Lu também explicava e se fazia conhecer os tipos e suas existências. Após conhecerem as PANCS as alunas colheram e voltamos pra cozinha preparar as receitas.

Aula de PANCS 23 Marmitas para comunidade, familiares e vizinhos das alunas. O menu foi:

- Lasanha de taioba massa de lasanha e recheio de folha de batata doce e molho de tomate e salsa
- Feijão com salsa crespas
- Peixinho de horta empanado
- Salada de azedinha com capuchinha malvaisco rabanete beijinho
- Limonada Suíça com malvaisco

### **AULA 4 – 03/11/2021**

Na aula da professora Luciana o conteúdo foi:

- Branqueamento de ora pro nobis
- Cocção de mangará (coração de bananeira)
- Redução de flor de capuchinha com cravo e açúcar
- Recheio para panqueca com refogado de coração de bananeira
- Suco com folha branqueadas de ora pro nobis
- Sorvete de ora pro nobis com cambuci e leite condensado e opção com inhame.

Não diferente das outras, essa aula foi bem interativa entre as alunas, a mesa e as fotos de todos os preparos ficaram espetaculares, logo estamos desenvolvendo por natural a apresentação de pratos e decoração das mesas.

Entregues 48 marmitas na ocupação Nova Esperança no Jardim São Luis.

#### **AULA 5 – 08/11/2021**

Essa aula foi de feijoada!

Aproveitando o Mês da Consciência Negra o Chef Eduardo introduziu uma breve história da invenção da feijoada, seus atravessamentos sócio-políticos e sua longa cauda gastronômica desta comida de guerrilha e resistência.

Adiantamos a dessalga à frio das carnes no dia anterior. Tivemos um contratempo na cozinha e mudamos o horário de 9:30 para 13:30. nos apresentamos, comentamos da riqueza, poder e privilégio daquele momento ali juntos para preparar uma feijoada. Separamos as tarefas enquanto trocávamos sobre as histórias da feijoada, da comida enquanto rede social e histórias sobre o Brasil Colônia.

Direcionamos as tarefas, beneficiamos os insumos, alinhamos a produção e executamos as preparações. Finalizamos a apresentação, fotografamos. Comemos e montamos as marmitas. Nos despedimos ao som de fundo de quintal. Preparamos 43 marmitas.

#### **AULA 6 – 15/11/2021**

No workshop com a Profissional Lúcia Castioni, o conteúdo foram receitas com cogumelos shitake e shimeji, manuseio especial que tem que ter com esses alimentos, as alunas prepararam junto com a Lúcia um purê de Shitake, Macarrão com shimeji e shoyu e couve crispy. Nesta Oficina não preparamos marmitas, pois não previmos preparação de marmitas para workshop.

#### **AULA 7 – 17/11/2021**

Aproveitamento e uso integral dos alimentos com a professora Lu foi a pauta dessa aula. Os ingredientes foram melancia, maracujá, coco, limão gengibre e manga.

A partir deles as receitas foram desenvolvidas usando tudo, polpa, casca e semente. Foi preparado:

- Beijinho de casca de maracujá
- Cocada de casca de melancia
- Geleia de manga e maracujá
- Frutas cristalizadas de casca de melancia sabor abacaxi, morango e limão.

Não foram preparadas marmitas, pois foi uma aula de doces e demorada, não dava para preparar marmitas.

#### **AULA 8 - 22/11/2021**

Recapitulamos o conteúdo do programa (as aulas anteriores do Eduardo) em uma breve conversa.

Organizamos o mise en place, iniciamos e feitura da massa. Este processo coloca em prática as técnicas de proporção matemática, uso correto de balança, habilidade manual e gerenciamento de tempos das preparações.

Feito a massa, teríamos 1h para cocção/preparação de recheios e acompanhamentos, a saber, tempurá de creme de leite + ovos + queijo mussarela, refogado de alho poró e cebola, calabresa, abobrinha e bacon salteados. com as massas pré-assadas, iniciamos a montagem das quiches e a feitura de tomates-cereja confitados para servir na finalização. finalização concluída. Apresentação concluída.

Essa também foi uma aula que, por ser delicada, preparamos somente porções para as alunas levarem pra casa, mas não houve montagem de marmitas.

#### **AULA 9 – 01/12/2021**

Nesse encontro, a proposta da aula de sentir sabores e experiências com alimentos de forma integral.

Fez-se hambúrgueres de grão de bico e beterraba e grão de bico com temperos variados, cheddar de cenoura e limonada siciliana nutrindo nosso momento sempre de partilha e muitas memórias afetivas.

#### **AULA 10 - 03/12/2021**

A oficina de Pães foi ministrada por uma das alunas: a Cecília.

A partir da massa base de pão pullman caseiro foram feitas diversas outras receitas. Iniciaram com a preparação do fermento biológico fresco, a separação dos ingredientes, mistura e sova da massa, forno. Foi preparado:

- Pão pullman caseiro
- Sonho de creme de baunilha
- Pão recheio de queijo
- Pão recheio calabresa
- Pão de frios
- Pão de Alho
- Esfiha Aberta de berinjela
- Fatia húngara de côco e de frutas cristalizadas

#### **AULA 11 – 06/12/2021**

Achamos por bem continuar a aula de pães para que todes pudessem experimentar outras formas de pães através da massa base da aula anterior. Então foram preparados pães recheados com frango, Broa e pulman caseiro. As Alunas prepararam pães quantidade para levar para casa e consumir por 2 dias.

#### **AULA 12 - 06/12/2021**

Iniciamos com uma breve história das manifestações sócio-gastronômicas latinas, sobretudo o papel das mulheres peruanas na vanguarda dos movimentos sociais.

Preparamos o mise en place do ceviche, nas versões veganas e onívoras e intercalamos com o sucesso internacional de um prato tão tradicional. O ceviche é um prato cheio de camadas e frescor, bastante convidativo e ensolarado. Com esta mentalidade na cabeça, colocamos em prática todas nossas instrumentalizações até aqui adquiridas, a saber, manipulação dos alimentos, instrumentalização dos utensílios, tipos de cocções, organização do tempo, conexões históricas da gastronomia, etc.

Como resultado final, executamos ceviche de melancia, na sua versão refrescante; ceviche de maxixe, na sua versão brasileira; e a versão tradicional, de peixe que usamos o filé de Saint Peter, um produto de valor acessível/ e acompanhados de batata e milho cozidos.

#### **FORMATURA - 08/12/2021**

Nosso encontro de despedida para encerramento do curso foi na casa de cultura do Jd São Luis, lá é uma das primeiras cozinhas sociais da região, com 20 anos de existência. Para os comes de nossa confraternização encomendamos pães com as alunas Cecília e Abigail. Evelyn, Luciana e Eduardo preparam tudo, as compras para os pães e as bebidas.

Entregamos o diploma que confeccionamos em uma taboa de carne, Evelyn fez a arte e imprimiu no ateliê de um parceiro que fica na mesma calçada da cozinha, lá é onde também confeccionamos máscaras e camisetas personalizadas. Fizemos também taças personalizadas com uma empreendedora aqui do bairro, a Martha Peixinho.

O encontro foi ótimo, pequeno, comida gostosa, feita por nós mesmas; os professores se empenharam no preparo as alunas se emocionaram. Foi tudo muito bom!

Junto com o diploma as alunas ganharam a taça personalizada e o livro da Tula Pilar, ela foi uma escritora, poeta preta de nossa região, super importante em nossa literatura de periferia e feminina, ganhamos os livros de seus filhos Pedro e Dandara.

## 2. QUAIS FORAM AS PRINCIPAIS CONQUISTAS?

- Passar neste edital e, a partir dele, conseguir iniciar e dar prosseguimento às aulas, comprar equipamentos e materiais novos, dar incentivo em dinheiro para as alunas, são conquistas que por mais que previstas não deixam de ser
- Tivemos a adesão de todas as voluntárias da cozinha que não estão trabalhando
- Não estava previsto, mas agora temos além das aulas apresentadas para esse projeto, workshops com chefs da região e de cozinhas sociais também, sabendo do início do curso as mesmas se ofereceram e estamos com calendário de workshops além das aulas
- Recebemos insumos e embalagens do Gastromotiva, então além das 10 marmitas que faríamos inicialmente estamos fazendo de 20 a 40
- Graças a novos doadores estamos oferecendo também para as alunas alguns alimentos de mistura, frango por exemplo.

## 3. QUAIS OS PRINCIPAIS DESAFIOS?

- Mudanças físicas: Tivemos imprevistos com os locais onde a cozinha estava instalada e mudamos de lugar no período de 45 dias 3 vezes, todos os locais eram próximos, mas de qualquer forma carregar os móveis, instalar e desinstalar armários prateleiras etc., é bem cansativo e trabalhoso.
- Mesmo sendo flexíveis e inclusivos algumas alunas têm dificuldades para participar da aula ou temos que adequar conforme a necessidade delas os horários e datas, como a maioria é mãe e avó solo, elas tem que buscar e levar os filhos na escola e, muitas vezes paramos a aula para que elas façam isso; Outras vezes é que como elas estão desempregadas, aparece bico para elas fazerem e obviamente tem que ir, então conversamos com os professores e alunas para realocar e conseguir com que todas assistam a aula. Até agora tem dado certo, mas é bem trabalhoso conseguir essa adesão e esses acertos, no entanto todos tem colaborado e sendo compreensivos.

## 4. HISTÓRIA DO MÊS (não esqueça da foto)

Nossa história é sobre a Jeane, que é cozinheira voluntária da Trançamos Cozinha e Aluna.

Em relato de áudio via whatsapp Jeane diz que estava em momento recente de separação conjugal, desempregada e passando por vários processos emocionais e tanto trabalhar na cozinha quanto ser aluna das aulas a colocou em um lugar de alegria ocupacional; Jeane citou sobre o aproveitamento integral dos alimentos e das muitas coisas novas que não fazia ideia que existiam como a PANC peixinho, falou também das novas amizades que fez aqui, disse que o apoio financeiro e as próprias doações de alimentos poupou ela de pegar mais faxinas, assim ela pode participar integralmente das aulas. Segundo ela aprender do simples ao chique, ter acesso aos cogumelos por exemplo e disse que já quer fazer a pós-graduação.



Jeanne é a primeira da esquerda

## 5. QUANTAS PESSOAS FORAM IMPACTADAS PELAS AÇÕES DA SUA INICIATIVA?

- DIRETAMENTE - 77
  - 6 alunas
  - 4 professores
  - 167 recebem marmitas
- INDIRETAMENTE - 718
  - Família das alunas - 30
  - Famílias que recebem marmitas - 668
  - Família dos professores - 20

## 6. QUAIS FORAM AS LIÇÕES APRENDIDAS?

Nós já sabíamos, mas constatamos que o trabalho em grupo com mulheres é só progresso e que nosso foco de amparar as mulheres periféricas e suas famílias é o caminho a se continuar percorrendo. As mulheres são as chefes de suas famílias e a entrada para que possamos também amparar seus familiares, não que essa demanda esteja sendo romantizada mas é real.

Planejamento e paciência sempre nos colocam num lugar bom para trabalhar, então continuamos neste foco também mesmo com tanta demanda e tempo apertado e saber que menos é mais e nossa saúde em primeiro lugar para que as coisas não se percam na correria. Para mim Evelyn Daisy a questão de que a oportunidade é essencial para nós que sempre fomos privados dela, pois no momento certo ela vem e a gente faz e acontece, precisamos uma das outras e também de quem pode nos ajudar que faça isso, é só uma questão mesmo de oportunidade.

“Nas aulas na Cozinha Social Trançamor, pretendemos seguir os caminhos apontados pela premissa “Comida, a Primeira Rede Social”. Nesta relação de mão dupla, as trocas sempre se apresentam. Saio desta experiência, mais consciente das demandas das mulheres pretas e ou periféricas, mais consciente das potências ali existentes; mergulhado nas contradições no quadro da vida cotidiana. sei que saímos mais conscientes da importância que uma cozinha tem, da grandeza de poder manipular alimentos que atravessaram culturas distantes e nos alcançaram de alguma forma. Saio melhor instrumentalizado, tanto no uso dos utensílios, quanto na expansão da mente e coração. E Tudo Nosso. Eduardo |Noturno”

“Como professore nessas 4 aulas, na cozinha trançamor fui acolhido, criamos um vínculo afetivo forte, onde compartilhar conhecimento com vivências de quebrada que está dentro da realidade dessas alunas foi a forma usei para construir juntas cada receita, com muita conversa e trocas tornando leve e as alunas pertencentes a esse processo de construção de nossas vivências em alimentação, e a grande sacada foi fazer com que enxergamos os alimentos em outra perspectiva. Lu Recicla Alimentos”

## PARTE DE LINKS E FOTOS

### 7. MAPA DAS PARCERIAS



8. QUAIS INFORMAÇÕES VOCÊ TEM PARA COMPARTILHAR COM O GRUPO PARA ALIMENTAR O BANCO DE BOAS PRÁTICAS?

	A	B	C	D	E	F
1	<b>BANCO DA SOLIDARIE</b>					
2	<b>TIPO DE RECURSO</b>	<b>CATEGORIA</b>	<b>SUB-CATEGORIA</b>	<b>DESCRIÇÃO</b>	<b>NOME DO FORNECEDOR</b>	<b>ENDEREÇO FÍSICO (RUA, BAIR</b>
254	RECURSO HUMANO	PRESTADOR DE SERVIÇO	OUTROS	MOTORISTA PARTICULAR	KÁTIA	
255	RECURSO HUMANO	PRESTADOR DE SERVIÇO	OUTROS	BOLOS E FAXINA	ERLANE	
256	RECURSO HUMANO	PRESTADOR DE SERVIÇO	LANCHES & ALIMENTAÇÃO	CHEF DE COZINHA	CARLOS EDURDO	
257						

9. FOTOS DAS ATIVIDADES REALIZADAS (mínimo de 4 com legenda)



AULA DA LUCIANA- MOMENTO DE MONTAR AS MARMITAS



FAMILIARES E VIZINHOS DAS ALUNAS RECEBENDO E CONSUMINDO AS QUINTINHAS



PREPARAÇÃO DA MARMITAS PELAS ALUNAS



CONVIDADOS EXPERIMENTANDO A FEIJOADA DAS ALUNAS



AULA DE FEIJOADA DO PROFESSOR EDUARDO



MARMITA PRONTA



APROVEITAMENTO INTEGRAL DE ALIMENTOS- CASCA DE MELANCIA CRISTALIZADA E UMA MESA COM VÁRIAS RECEITAS DESENVOLVIDA COM CASCAS DE FRUTAS. . .





AULA COM A LUCIA CASTIGLIONI



PREPARAÇÃO DAS QUICHES



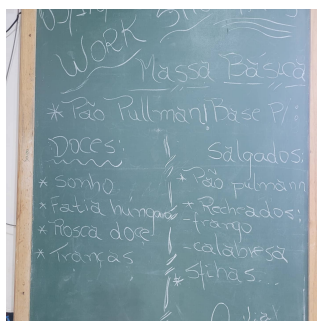
PROFESSORA LUCIANA COM LANCHE DE HAMBÚRGUER VEGANO



MESA DA PRIMEIRA AULA DE PÃES



AULA DE CEVICHE



MISE EN PLACE DA AULA DO WORKSHOP DE PÃES



MOMENTO DE COMER AS CEVICHES



PÃO TRANÇADO



MESA DE PÃES DA FORMATURA



MESA COM ESPUMANTE E TAÇAS PERSONALIZADAS



ENTREGA DOS DIPLOMAS E LIVROS

## PARTE DE INDICADORES

### 10. ACOMPANHAMENTO DE INDICADORES

OBJETIVO	META	MEIO DE VERIFICAÇÃO	INDICADORES				TOTAL
			D0	Outubro	Novembro	Dezembro	
Oferecer uma formação para oportunizar e ampliar as possibilidades de aprendizado dos trabalhadores e voluntários da cozinha TrançAmor	Adesão de pelo menos 2 trabalhadores nas formações.	Confirmação e participação destes trabalhadores nas formações.	N/A	Adesão de 5 trabalhadoras voluntárias da cozinha e 1 moradora da região	Adesão de 5 trabalhadoras voluntárias da cozinha e 1 moradora da região	Adesão de 5 trabalhadoras voluntárias da cozinha e 1 moradora da região	6 Alunas formadas
Ofertar e concluir os cursos de gastronomia e recicla alimentos.	Efetivação das oficinas semanalmente.	Conclusão das oficinas ao término de cada uma.	N/A	3 oficinas	5 oficinas	4 oficinas	12 oficinas
Preparar e entregar 80 refeições, 20 em cada aula de gastronomia	A quantidade estabelecida em cada aula de gastronomia está na meta que é de 20 refeições por aula.	Contagem e registo da quantidade de mamitas preparadas e entrega das mesmas.	N/A	101 mamitas	91 marmitas	0	192 marmitas
Fazer as compras de verduras legumes e frutas de pequenos produtores ou fornecedores orgânicos que sejam pequenos	Pedidos regulares dos produtos necessários para o preparo das refeições com pelo menos 2 produtores ou fornecedores pequenos	Compra e recebimento dos pedidos	N/A	2 compramos sempre de um mercado na rua da nossa cozinha (Mercado do Lipão) Compramos orgânicos diretamente de produtores locais	2 compramos sempre de um mercado na rua da nossa cozinha (Mercado do Lipão) Compramos orgânicos diretamente de produtores locais	2 compramos sempre de um mercado na rua da nossa cozinha (Mercado do Lipão) Compramos orgânicos diretamente de produtores locais	Todos os meses mantemos as compras nos comércios locais citados

## PARTE FINANCEIRA

### 11. RELATÓRIO FINANCEIRO

	ITEM	RECURSO EDITAL	GASTO AGO/SET	GASTO OUT/NOV	GASTO DEZ	SALDO VALOR DISPONÍVEL (R\$)	SOMA VALOR UTILIZADO (R\$)
<b>RECURSOS HUMANOS</b> (Exemplos: salários de educadores, contratação de consultores, voluntários, etc.)	luciana	R\$980,00		R\$490,00	R\$490,00	R\$0,00	R\$980,00
	carlos eduardo	R\$980,00		R\$490,00	R\$490,00	R\$0,00	R\$980,00
	evelyn daisy	R\$300,00		R\$150,00	R\$150,00	R\$0,00	R\$300,00
	cecilia de souza	R\$300,00		R\$150,00	R\$250,00	(R\$100,00)	R\$400,00
	juliana caetano	R\$300,00				R\$300,00	R\$0,00
	gisele santos	R\$300,00				R\$300,00	R\$0,00
	jeane			R\$150,00	R\$150,00	(R\$300,00)	R\$300,00
	brenda	R\$300,00		R\$150,00	R\$150,00	R\$0,00	R\$300,00
	suellen			R\$130,00		(R\$130,00)	R\$130,00
	eric douglas	R\$300,00				R\$300,00	R\$0,00
	andrea			R\$150,00	R\$150,00	(R\$300,00)	R\$300,00
	bruna ferreira	R\$300,00				R\$300,00	R\$0,00
	abigail crispiliano	R\$300,00		R\$150,00	R\$150,00	R\$0,00	R\$300,00
<b>TOTAL RH</b>		<b>R\$4.360,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$2.010,00</b>	<b>R\$1.980,00</b>	<b>R\$370,00</b>	<b>R\$3.990,00</b>
<b>MATERIAIS</b> (Bens não duráveis) (Exemplos: material didático, material de limpeza, material de escritório, etc.)	gas	R\$1.272,00				R\$1.272,00	R\$0,00
	água		R\$57,00	R\$126,00		(R\$183,00)	R\$183,00
	giz			R\$2,10		(R\$2,10)	R\$2,10
	copias , marcaras e camisetas			R\$302,00	R\$111,00	(R\$413,00)	R\$413,00
	utensilios para cozinha			R\$808,51	R\$101,40	(R\$909,91)	R\$909,91
	frutas e legumas e verduras	R\$1.000,00		R\$279,51	R\$43,94	R\$676,55	R\$323,45
	alimentos não perecíveis (arroz, feijao, açucara e etc)	R\$800,00		R\$192,52		R\$607,48	R\$192,52
	alimentos perecíveis			R\$185,22	R\$858,01	(R\$1.043,23)	R\$1.043,23
	açougue	R\$700,00		R\$29,76		R\$670,24	R\$29,76
	peixaria	R\$500,00				R\$500,00	R\$0,00
	produtos de limpeza			R\$478,57		(R\$478,57)	R\$478,57
descartaveis	R\$500,00				R\$500,00	R\$0,00	
<b>TOTAL MATERIAIS</b>		<b>R\$4.772,00</b>	<b>R\$57,00</b>	<b>R\$2.404,19</b>	<b>R\$1.114,35</b>	<b>R\$1.196,46</b>	<b>R\$3.575,54</b>
<b>TOTAL EQUIPAMENTOS</b> (Bens duráveis) (Exemplos: fogão, mesa, computador, etc.)	ferramentais (talheres, panelas, plasticos, loucas e etc)	R\$1.499,00		R\$522,79		R\$976,21	R\$522,79
	panelas de pressao industrial			R\$109,00		(R\$109,00)	R\$109,00
	espremedor de frutas			R\$199,99		(R\$199,99)	R\$199,99
<b>TOTAL EQUIPAMENTOS</b>		<b>R\$1.499,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$831,78</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$667,22</b>	<b>R\$831,78</b>
<b>TRANSPORTE &amp; ALIMENTAÇÃO (T&amp;A)</b> (Ex: lanches, metrô e ônibus, viagens, etc.)	café da manha			R\$252,01	R\$62,05	(R\$314,06)	R\$314,06
	uber			R\$137,45		(R\$137,45)	R\$137,45
<b>TOTAL T&amp;A</b>		<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$389,46</b>	<b>R\$62,05</b>	<b>(R\$451,51)</b>	<b>R\$451,51</b>
<b>CUSTOS ESTRUTURAIS</b> (água, luz, telefone, internet, espaço, etc.)	água	R\$300,00				R\$300,00	R\$0,00
	luz	R\$300,00				R\$300,00	R\$0,00
	internet	R\$435,00				R\$435,00	R\$0,00
<b>TOTAL CUSTOS ESTRUTURAIS</b>		<b>R\$1.035,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$1.035,00</b>	<b>R\$0,00</b>
<b>COMUNICAÇÃO</b> (produção gráfica, audiovisual, divulgação, etc.)						R\$0,00	R\$0,00
						R\$0,00	R\$0,00
						R\$0,00	R\$0,00
<b>TOTAL COMUNICAÇÃO</b>		<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>
<b>OUTROS</b>	Fluxo de Caixa				R\$2.817,17	(R\$2.817,17)	R\$2.817,17
						R\$0,00	R\$0,00
<b>TOTAL OUTROS</b>		<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$2.817,17</b>	<b>(R\$2.817,17)</b>	<b>R\$2.817,17</b>
<b>SUBTOTAL:</b>		<b>R\$11.666,00</b>	<b>R\$57,00</b>	<b>R\$5.635,43</b>	<b>R\$5.973,57</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$11.666,00</b>
<b>IMPOSTOS E TAXAS</b>	Taxas Bancárias e outras taxas					R\$0,00	R\$0,00
	Impostos					R\$0,00	R\$0,00
<b>SUBTOTAL:</b>		<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$0,00</b>
<b>TOTAL:</b>		<b>R\$ 11.666,00</b>	<b>R\$ 57,00</b>	<b>R\$ 5.635,43</b>	<b>R\$ 5.973,57</b>	<b>R\$0,00</b>	<b>R\$11.666,00</b>