

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

| 1ª Semana |   | Segunda-feira 27/05   | Terça-feira 28/05  | Quarta-feira 29/05  | Quinta-feira 30/05       | Sexta-feira 31/05 |
|-----------|---|---|--|---|--------------------------|-------------------|
| LANCHE    | Horários  | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas<br>Macarrão ao alho e óleo<br>Farofa de Cenoura (Farinha de mandioca)<br>Repolho roxo cru picado | Cuscuz com Ovos mexidos<br>Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)<br>Frutas picadas (Maçã ½ pc + Melão ½ pc) | Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango (Extrato de tomate)<br>Feijão cozido<br>Salada de Couve crua picada e Pepino fatiado | FERIADO (CORPUS CHRISTI) | DIA LETIVO MÓVEL  |
|           | Matutino: 9h e 9:30.<br>Vespertino: 15:30 e 16h.<br>Noturno: 19h e 19:30. |   |  |   |                          |                   |

Observação: Reservar 1 pc de Beterraba, 1 pc de Repolho verde refrigerado para a próxima segunda-feira.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Planaltina: coentro, salsa, cebolinha. São Sebastião: alho, cebola.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 1ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 247,96                         | 40,74 | 59%                           | 10,13 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 289,73       | 46,19          | 57%                               | 12,44    | 15%                            | 5,46  | 17%                           |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 335,00       | 52,47          | 56%                               | 14,70    | 16%                            | 6,40  | 17%                           |       |
| EM   | 16-18 anos      | 335,00       | 52,47          | 56%                               | 14,70    | 16%                            | 6,40  | 17%                           |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 335,00       | 52,47          | 56%                               | 14,70    | 16%                            | 6,40  | 17%                           |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 335,00       | 52,47          | 56%                               | 14,70    | 16%                            | 6,40  | 17%                           |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

| 2ª Semana |  | Segunda-feira 03/06   | Terça-feira 04/06  | Quarta-feira 05/06  | Quinta-feira 06/06   | Sexta-feira 07/06   |
|-----------|--|---|--|---|--|---|
| LANCHE    | Horários   | Galinhada<br>(Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão)<br>Beterraba refogada<br>Repolho verde cru picado | Polenta com Carne moída refogada ½ pc<br>(Acém, Fubá, Colorau)<br>Suco de Abacaxi<br>(Fruta ½ pc, Açúcar)<br>+<br>Banana | Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho com Batata doce<br>(Pimentão, Amido)<br>Macarrão ao alho e óleo<br>Salada de Acelga com Tomate picado e Limão | Pão com Carne moída ½ pc refogada (Acém)<br>Suco verde<br>(Abacaxi ½ pc, Hortelã, Limão, talos da Couve, Açúcar)<br>+<br>Tangerina | Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho<br>(Extrato de tomate)<br>Macarrão refogado com Açafrão<br>Feijão tropeiro<br>(Couve, Farinha de mandioca)<br>Beterraba crua ralada |
|           | Matutino:<br>9h e 9:30.<br>Vespertino:<br>15:30 e 16h.<br>Noturno:<br>19h e 19:30. |   |  |   |  |   |

Observação: Reservar 1 pc de Abóbora e 1 pc de Pepino refrigerado para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Paranoá: acelga. Planaltina: tangerina (substituto: melão), coentro, salsa, cebolinha, acelga, tomate. São Sebastião: banana prata (substituto: melão), alho, cebola.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 2ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 247,78                         | 43,46 | 63%                           | 10,27 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 288,39       | 48,29          | 60%                               | 12,88    | 16%                            | 4,83  | 15%                           |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 324,40       | 52,14          | 58%                               | 15,33    | 17%                            | 5,80  | 16%                           |       |
| EM   | 16-18 anos      | 324,40       | 52,14          | 58%                               | 15,33    | 17%                            | 5,80  | 16%                           |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 324,40       | 52,14          | 58%                               | 15,33    | 17%                            | 5,80  | 16%                           |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 324,40       | 52,14          | 58%                               | 15,33    | 17%                            | 5,80  | 16%                           |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

| 3ª Semana |  | Segunda-feira 10/06   | Terça-feira 11/06   | Quarta-feira 12/06  | Quinta-feira 13/06  | Sexta-feira 14/06  |
|-----------|--|---|---|---|---|--|
| LANCHE    | Horários   | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Abóbora<br>Macarrão refogado com Açafrão<br>Pepino com casca fatiado | Cuscuz com Carne moída ½ pc refogada (Acém)<br>Suco de Abacaxi com Limão (Fruta ½ pc, Açúcar)<br>+<br>Tangerina | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Amido, Colorau)<br>Macarrão ao alho e óleo com Brócolis<br>Alface crua picada temperada com Limão | Pão com Carne moída ½ pc refogada (Acém)<br>Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)<br>Frutas picadas (Maça ½ pc + Mamão ½ pc) | Filé de Tilápia (EF/EM) ou Atum pouch (Pré/EE) ao molho com Cenoura (Extrato de tomate)<br>Baião de dois (Arroz, Feijão)<br>Couve refogada |
|           | Matutino:<br>9h e 9:30.<br>Vespertino:<br>15:30 e 16h.<br>Noturno:<br>19h e 19:30. |   |   |   |   |  |

Observação: Reservar 1 pc de Tomate e 1 pc de Repolho verde refrigerado (Regular) para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Paranoá: tangerina (substituto: melão), limão. Planaltina: coentro, salsa, cebolinha, alface, brócolis. São Sebastião: tangerina (substituto: melão), limão, alho, cebola.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 3ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |      |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %    |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 224,60                         | 39,75 | 64%                           | 9,47 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 255,61       | 43,44          | 61%                               | 11,65    | 16%                            | 3,96  | 14%                           |      |
| EF 02  | 11-15 anos      | 290,11       | 47,97          | 60%                               | 13,81    | 17%                            | 4,64  | 14%                           |      |
| EM   | 16-18 anos      | 290,11       | 47,97          | 60%                               | 13,81    | 17%                            | 4,64  | 14%                           |      |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 290,11       | 47,97          | 60%                               | 13,81    | 17%                            | 4,64  | 14%                           |      |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 290,11       | 47,97          | 60%                               | 13,81    | 17%                            | 4,64  | 14%                           |      |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

| 4ª Semana |   | Segunda-feira 17/06   | Terça-feira 18/06  | Quarta-feira 19/06  | Quinta-feira 20/06  | Sexta-feira 21/06   |
|-----------|---|---|--|---|---|---|
| LANCHE    | Horários<br><b>Matutino:</b><br>9h e 9:30.<br><b>Vespertino:</b><br>15:30 e 16h.<br><b>Noturno:</b><br>19h e 19:30. | Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho com Açafrão<br>Macarrão ao alho e óleo<br>Salada de Repolho verde cru picado com Tomate fatiado | Cuscuz com Carne moída ½ pc refogada (Acém)<br>Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)<br>+<br>Mamão picado | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Batata doce (Colorau, Pimentão, Amido)<br>Macarrão ao molho (Extrato de tomate)<br>Salada de Acelga crua picada e Tomate fatiado temperada com Limão | Pão com Carne moída ½ pc refogada (Acém)<br>Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)<br>+<br>Banana | Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango, Tomate e Manjericão<br>Feijão cozido<br>Farofa de Couve (Farinha de mandioca) |

Observação: Reservar 1 pc de Abóbora e 1 pc de Repolho verde refrigerado (Regular) para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Paranoá: morango (substituto: abacaxi ½ pc), tangerina (substituto: melão), acelga, manjericão. Planaltina: tangerina (substituto: maçã), coentro, salsa, cebolinha, acelga, tomate, manjericão. São Sebastião: banana prata (substituto: abacaxi), tangerina (substituto: melão), alho, cebola.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 4ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 241,40                         | 41,81 | 62%                           | 10,16 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 278,10       | 45,85          | 59%                               | 12,68    | 16%                            | 4,66  | 15%                           |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 316,89       | 50,38          | 57%                               | 15,17    | 17%                            | 5,60  | 16%                           |       |
| EM   | 16-18 anos      | 316,89       | 50,38          | 57%                               | 15,17    | 17%                            | 5,60  | 16%                           |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 316,89       | 50,38          | 57%                               | 15,17    | 17%                            | 5,60  | 16%                           |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 316,89       | 50,38          | 57%                               | 15,17    | 17%                            | 5,60  | 16%                           |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

| 5ª Semana |   | Segunda-feira 24/06  | Terça-feira 25/06   | Quarta-feira 26/06   | Quinta-feira 27/06   | Sexta-feira 28/06  |
|-----------|---|--|---|--|--|--|
| LANCHE    | Horários<br><b>Matutino:</b><br>9h e 9:30.<br><b>Vespertino:</b><br>15:30 e 16h.<br><b>Noturno:</b><br>19h e 19:30. | Bobó de Filé de Tilápia<br>(EF/EM) ou Atum pouch<br>(Pré/EE) com Abóbora<br>Arroz cozido com Colorau<br>Repolho verde cru picado | Polenta com Carne moída ½ pc ao<br>molho<br>(Acém, Fubá, Colorau, Limão)<br>Suco de Abacaxi<br>(Fruta ½ pc, Açúcar)<br>+<br>Frutas picadas<br>(Banana ½ pc + Maçã ½ pc) | Coxa e sobrecoxa de Frango<br>cozidas<br>(Açafrão, Pimentão)<br>Macarrão ao alho e óleo<br>Salada de Brócolis cozido a vapor<br>com Cenoura cozida | Pão com Carne moída ½ pc<br>refogada<br>(Acém)<br>Suco de Melão<br>(Fruta, Açúcar)<br>Mamão picada | Macarronada com Coxa e<br>sobrecoxa de Frango<br>(Extrato de tomate)<br>Feijão cozido com Abóbora<br>Alface picada |

Observação: Reservar 1pc de Repolho verde e 1 pc de Tomate refrigerados para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Paranoá: morango (substituto: abacaxi ½ pc), limão. Planaltina: coentro, salsa, cebolinha, alface, brócolis, limão. São Sebastião: alho, cebola.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 5ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lípido<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                            | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 228,58                         | 40,13 | 63%                          | 10,11 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 261,02       | 43,82          | 60%                               | 12,52    | 17%                            | 4,45  | 15%                          |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 290,28       | 46,89          | 58%                               | 14,78    | 18%                            | 5,21  | 16%                          |       |
| EM   | 16-18 anos      | 290,28       | 46,89          | 58%                               | 14,78    | 18%                            | 5,21  | 16%                          |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 290,28       | 46,89          | 58%                               | 14,78    | 18%                            | 5,21  | 16%                          |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 290,28       | 46,89          | 58%                               | 14,78    | 18%                            | 5,21  | 16%                          |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

| 6ª Semana |   | Segunda-feira 01/07  | Terça-feira 02/07  | Quarta-feira 03/07   | Quinta-feira 04/07   | Sexta-feira 05/07   |
|-----------|---|--|--|--|--|---|
| LANCHE    | Horários<br><b>Matutino:</b><br>9h e 9:30.<br><b>Vespertino:</b><br>15:30 e 16h.<br><b>Noturno:</b><br>19h e 19:30. | Coxa e sobrecoxa de Frango cozida<br>Macarrão refogado com Açafrão<br>Salada de Repolho verde com Tomate fatiado | Cuscuz com Carne moída ½ pc refogada (Acém)<br>Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)<br>+<br>Frutas picadas (Mamão ½ pc + Melão ½ pc) | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura (Colorau)<br>Macarrão ao alho e óleo<br>Beterraba crua ralada | Pão com Carne moída ½ pc refogada<br>Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Açúcar)<br>+<br>Frutas picadas (Banana ½ pc + Maçã ½ pc) | Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango (Acém, Extrato de tomate)<br>Feijão cozido<br>Abóbora refogada<br>Repolho verde cru picado |

**Observação:**

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Planaltina: coentro, salsa, cebolinha. São Sebastião: alho, cebola.

Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 6ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 233,08                         | 39,34 | 61%                           | 10,16 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 269,40       | 43,02          | 57%                               | 12,85    | 17%                            | 4,88  | 16%                           |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 308,19       | 47,56          | 56%                               | 15,34    | 18%                            | 5,82  | 17%                           |       |
| EM   | 16-18 anos      | 308,19       | 47,56          | 56%                               | 15,34    | 18%                            | 5,82  | 17%                           |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 308,19       | 47,56          | 56%                               | 15,34    | 18%                            | 5,82  | 17%                           |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 308,19       | 47,56          | 56%                               | 15,34    | 18%                            | 5,82  | 17%                           |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

**Responsável Técnico**

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

| 7ª Semana |   | Segunda-feira 08/07<br>Dia letivo móvel                                      | Terça-feira 09/07<br>Dia letivo móvel  | Quarta-feira 10/07<br>Dia letivo móvel                    | Com o intuito de adequar os estoques das Unidades Escolares, a fim de evitar o acúmulo de gêneros alimentícios, assim como possíveis perdas em virtude do término do 1º semestre letivo; início do recesso escolar; ocorrência das provas de final de bimestre, bem como diminuição significativa da frequência dos estudantes. Ante o exposto, solicitamos às Unidades Escolares junto ao Quadro Técnico de Nutricionistas lotado nas Regionais de Ensino, que adaptem os cardápios nesse período conforme disponibilidade de gêneros em estoque. Importante salientar que, caso a Unidade Escolar identifique a necessidade de complementação da alimentação escolar, nesse período, deverão entrar em contato com os Nutricionistas da UNIAE para a solicitação de <b>pedido extra de gêneros alimentícios perecíveis, de acordo com a Nota Técnica nº 02/2024 – SEE/SUAPE/DIAE/GPAE (137868041).</b> |
|-----------|---|--|--|---|--|
| LANCHE    | Horários<br><b>Matutino:</b><br>9h e 9:30.<br><b>Vespertino:</b><br>15:30 e 16h.<br><b>Noturno:</b><br>19h e 19:30. | Carne disponível em estoque (Amido)<br>Macarrão ao molho (Extrato de tomate) | Cuscuz com carne disponível em estoque<br>Suco de fruta <sup>(R)</sup><br>(Fruta ½ pc, Açúcar) | Sopa<br>(Carne disponível em estoque<br>Feijão, Macarrão) |  |

Observação: Utilizar a fruta em estoque ou fazer pedido extra na semana anterior.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 7ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |      |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %    |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 173,83                         | 33,72 | 70%                           | 7,62 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 201,53       | 38,55          | 69%                               | 9,26     | 17%                            | 1,62  | 7%                            |      |
| EF 02  | 11-15 anos      | 157,91       | 31,19          | 71%                               | 6,63     | 15%                            | 1,11  | 6%                            |      |
| EM   | 16-18 anos      | 157,91       | 31,19          | 71%                               | 6,63     | 15%                            | 1,11  | 6%                            |      |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 157,91       | 31,19          | 71%                               | 6,63     | 15%                            | 1,11  | 6%                            |      |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 157,91       | 31,19          | 71%                               | 6,63     | 15%                            | 1,11  | 6%                            |      |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913



Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar  
**SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024**  
**PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 27/05/2024 a 10/07/2024**  
**PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 19/08/2024**

**01 Refeição – TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA**

**OBSERVAÇÕES GERAIS**

- Conferir no PDGP (Plano de Distribuição de Gêneros Alimentícios Perecíveis) as quantidades e as datas de entrega dos alimentos, tendo em vista o cumprimento do cardápio proposto.
- Pc: Per capita
- Utilizar ½ pc de sal para fazer o cuscuz. E para frango/carne/ovo/pernil *in natura* como acompanhamento para o cuscuz e pão utilizar ½ pc de sal e ½ pc de óleo.
- **Amido:** Amido de milho
- **Atentar-se às entregas das Proteínas. Elas chegarão uma semana antes do consumo. Por esse motivo, o ovo deverá ser armazenado sob refrigeração até o efetivo consumo e as outras carnes deverão ser armazenadas sob congelamento.**
- **Armazenar as reservas de Carnes conforme planejamento do cardápio e de entregas.**
- **R: Reserva de Hortifrutis, Carnes ou Ovos de entregas mais distantes. Utilizar 1 pc por refeição.**
- **EXCEPCIONALMENTE durante o período de 08/07 a 10/07 por ser dia letivo móvel, essa Gerência sugeriu algumas preparações compostas com gêneros alimentícios não perecíveis e perecíveis estocados na unidade escolar. Caso a escola não tenha o gênero em estoque poderá realizar pedido extra de gêneros perecíveis para compor as refeições sugeridas.**
- **Quando Frutas e Hortaliças estiverem no cardápio às segundas-feiras, serão reservas da semana anterior.** Para evitar perdas do alimento, a depender do tipo, será necessário higienizar, identificar e congelar ou resfriar para a semana seguinte.
- **Caso a unidade escolar tenha leite e milho de canjica em estoque, deverá inserir no cardápio, evitando o armazenamento prolongado de milho de canjica no depósito.**
- **Na impossibilidade de realizar algum tipo de preparação proposta no cardápio, seja por falta de equipamentos e utensílios, ou por qualquer outro impedimento, a alteração no cardápio deverá ser adaptada com os ingredientes disponibilizados para o dia de acordo com a realidade de cada escola.**
- Para sugestões de novas preparações que tenham boa aceitação dos alunos, essas deverão ser comunicadas aos Nutricionistas das Regionais de Ensino, que deverão encaminhar à Gerência Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar, a fim de avaliação e inclusão nos próximos cardápios.
- As sugestões de receitas compõem o arquivo Caderno de Receitas atualizado e encaminhado a cada Distribuição.

**Responsável Técnico**

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913