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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição - Lanche Fácil

1ª Semana		Segunda-feira 29/07	Terça-feira 30/07	Quarta-feira 31/07	Quinta-feira 01/08	Sexta-feira 02/08
LANCHE	Horários **Matutino:** 9h e 9:30. **Vespertino:** 15:30 e 16h. **Noturno:** 19h e 19:30.	Cuscuz Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar)	Frutas Picadas (Abacate + Mamão) (Leite ½ pc, Cacau ½ pc, Açúcar)	Pão com Atum ao molho (Atum pouch ½ pc, Extrato de tomate ½ pc) Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar)	Cuscuz com Carne moída (Acém, ½ pc) Suco de morango (Fruta ½ pc,Açúcar) + Melão	Pão com Atum ao molho (Atum pouch ½ pc, Extrato de tomate ½ pc) Vitamina de Abacate (Leite, Fruta ½ pc, Açúcar)

Observação: 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: Lote 4: Paranoá: morango(substituto: abacaxi).
As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.
Cardápio sujeito a alterações.

	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (25% a 35% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
1ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	**PE**	4-5 anos	323,80	43,23	48%	12,33	14%	12,65	35%
	EF 01	6- 10 anos	340,98	44,71	47%	13,20	14%	13,51	36%
	EF 02	11-15 anos	375,02	49,15	47%	14,60	14%	14,70	35%
	EM	16-18 anos	375,02	49,15	47%	14,60	14%	14,70	35%
	EJA 01	19-30 anos	375,02	49,15	47%	14,60	14%	14,70	35%
	EJA 02	31-60 anos	375,02	49,15	47%	14,60	14%	14,70	35%

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

Responsável Técnico
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR –4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – Lanche Fácil

2ª Semana		Segunda-feira 05/08	Terça-feira 06/08	Quarta-feira 07/08	Quinta-feira 08/08	Sexta-feira 09/08
LANCHE	Horários **Matutino:** 9h e 9:30. **Vespertino:** 15:30 e 16h. **Noturno:** 19h e 19:30.	Cuscuz com Manteiga R Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar)	Canjica (Açúcar, Leite) + Frutas picadas (Melão½ pc + Abacaxi ½ pc)	Pão com Queijo mussarela R Suco de Morango (Fruta, Açúcar) + Banana	Cuscuz Leite com Cacau em pó (Açúcar, Leite, Cacau) + Frutas picadas (Morango + Abacaxi ½ pc)	Pão com Carne moída (Acém ½ pc) Vitamina de Abacate (Leite, Fruta,Açúcar)

Observação: 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: Lote 4: Paranoá: morango (substitutos: banana e abacaxi).
As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.
Cardápio sujeito a alterações.

	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (25% a 35% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
2ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	**PE**	4-5 anos	345,78	53,45	56%	12,07	13%	11,05	29%
	EF 01	6- 10 anos	359,54	55,81	56%	12,65	13%	11,40	29%
	EF 02	11-15 anos	395,81	62,01	56%	13,76	13%	12,09	27%
	EM	16-18 anos	395,81	62,01	56%	13,76	13%	12,09	27%
	EJA 01	19-30 anos	395,81	62,01	56%	13,76	13%	12,09	27%
	EJA 02	31-60 anos	395,81	62,01	56%	13,76	13%	12,09	27%

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

Responsável Técnico
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – Lanche Fácil

3ª Semana		Segunda-feira 12/08	Terça-feira 13/08	Quarta-feira 14/08	Quinta-feira 15/08	Sexta-feira 16/08
LANCHE	Horários **Matutino:** 9h e 9:30. **Vespertino:** 15:30 e 16h. **Noturno:** 19h e 19:30.	Cuscuz com Manteiga [R] Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar)	Frutas Picadas (Abacate + Mamão ½ pc+ Abacaxi ½ pc) (Leite ½ pc, Cacau ½ pc, Açúcar)	Pão com Carne moída (Acém ½ pc) Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar)	Cuscuz com Queijo mussarela [R] Suco de Morango (Fruta, Açúcar) + Maçã	Pão com Carne moída ao molho (Acém ½ pc,Extrato de tomate) Vitamina de Abacate (Leite, Fruta,Açúcar)

Observação: Reservar Queijo Mussarela para 23/08/2024. 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: Lote 4:Paranoá: morango(substituto: abacaxi), abacate (substituto: banana).
As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.
Cardápio sujeito a alterações.

	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (25% a 35% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
3ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	**PE**	4-5 anos	334,86	48,14	52%	12,79	14%	11,88	32%
	EF 01	6- 10 anos	347,11	49,62	51%	13,53	14%	12,26	32%
	EF 02	11-15 anos	376,23	54,06	52%	14,79	14%	12,96	31%
	EM	16-18 anos	376,23	54,06	52%	14,79	14%	12,96	31%
	EJA 01	19-30 anos	376,23	54,06	52%	14,79	14%	12,96	31%
	EJA 02	31-60 anos	376,23	54,06	52%	14,79	14%	12,96	31%

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

Responsável Técnico
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – Lanche Fácil

4ª Semana		Segunda-feira 19/08	Terça-feira 20/08	Quarta-feira 21/08	Quinta-feira 22/08	Sexta-feira 23/08
LANCHE	Horários **Matutino:** 9h e 9:30. **Vespertino:** 15:30 e 16h. **Noturno:** 19h e 19:30.	Cuscuz com Manteiga [R] Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar)	Canjica (Açúcar, Leite) + Mamão picado	Pão com Carne moída (Acém ½ pc) Suco de Morango (Fruta, Açúcar) + Banana	Cuscuz Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar) + Banana	Pão com Queijo mussarela [R] Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)

Observação: Reservar Queijo Mussarela para 29/08/2024.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: Lote 4:Paranoá: morango(substituto: banana).
As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.
Cardápio sujeito a alterações.

4ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (25% a 35% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
	PE	4-5 anos	308,93	53,81	63%	10,79	13%	7,25	21%
	EF 01	6- 10 anos	323,72	56,17	62%	11,37	13%	7,60	21%
	EF 02	11-15 anos	358,96	62,37	63%	12,48	13%	8,29	21%
	EM	16-18 anos	358,96	62,37	63%	12,48	13%	8,29	21%
	EJA 01	19-30 anos	358,96	62,37	63%	12,48	13%	8,29	21%
	EJA 02	31-60 anos	358,96	62,37	63%	12,48	13%	8,29	21%

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

Responsável Técnico
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – Lanche Fácil

5ª Semana		Segunda-feira 26/08	Terça-feira 27/08	Quarta-feira 28/08	Quinta-feira 29/08	Sexta-feira 30/08
LANCHE	Horários **Matutino:** 9h e 9:30. **Vespertino:** 15:30 e 16h. **Noturno:** 19h e 19:30.	Cuscuz com Manteiga [R] Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar)	Frutas Picadas (Mamão ½ pc+ Abacaxi ½ pc+ Maçã) (Açúcar, Cacau ½ pc, Leite ½ pc)	Pão com Carne moída ao molho (Acém ½ pc, Extrato de tomate ½ pc) Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar)	Cuscuz com Queijomussarela[R] Suco de Abacaxi (Abacaxi ½ pc, Açúcar,) + Melancia	Pão com Carne moída ao molho (Acém ½ pc, Extrato de tomate ½ pc) Vitamina de Banana (Leite, Fruta ½ pc, Açúcar)

Observação: Reservar Queijo mussarela para 04/09/2024. 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.

5ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (25% a 35% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
	PE	4-5 anos	317,80	50,74	57%	12,85	15%	8,81	25%
	EF 01	6- 10 anos	330,06	52,22	57%	13,59	15%	9,19	25%
	EF 02	11-15 anos	359,17	56,66	57%	14,85	15%	9,89	25%
	EM	16-18 anos	359,17	56,66	57%	14,85	15%	9,89	25%
	EJA 01	19-30 anos	359,17	56,66	57%	14,85	15%	9,89	25%
	EJA 02	31-60 anos	359,17	56,66	57%	14,85	15%	9,89	25%

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

Responsável Técnico
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – Lanche Fácil

6ª Semana		Segunda-feira 02/09	Terça-feira 03/09	Quarta-feira 04/09	Quinta-feira 05/09	Sexta-feira 06/09
LANCHE	Horários **Matutino:** 9h e 9:30. **Vespertino:** 15:30 e 16h. **Noturno:** 19h e 19:30.	Cuscuz com Manteiga [R] Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar)	Canjica (Leite, Açúcar) + Melão picado	Pão com Queijo mussarela [R] Suco Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Maçã	Cuscuz com Manteiga [R] Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar) + Banana	Pão com Carne moída (Acém ½ pc) Suco de Abacaxi (Fruta½ pc, Açúcar)

Observação: 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.

	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (25% a 35% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
6ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	**PE**	4-5 anos	319,67	57,06	64%	10,83	12%	7,13	20%
	EF 01	6- 10 anos	334,47	59,42	64%	11,41	12%	7,48	20%
	EF 02	11-15 anos	369,70	65,62	64%	12,52	12%	8,16	20%
	EM	16-18 anos	369,70	65,62	64%	12,52	12%	8,16	20%
	EJA 01	19-30 anos	369,70	65,62	64%	12,52	12%	8,16	20%
	EJA 02	31-60 anos	369,70	65,62	64%	12,52	12%	8,16	20%

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

Responsável Técnico
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

01 Refeição – Lanche Fácil

7ª Semana		Segunda-feira 09/09	Terça-feira 10/09	Quarta-feira 11/09	Quinta-feira 12/09	Sexta-feira 13/09
LANCHE	Horários **Matutino:** 9h e 9:30. **Vespertino:** 15:30 e 16h. **Noturno:** 19h e 19:30.	Mingau + (Leite,Amido, Açúcar)	Frutas Picadas (Mamão+ Maçã) (Açúcar, Cacau ½ pc, Leite ½ pc)	Pão com Carne moída (Acém ½ pc) Suco de Abacaxi (Açúcar, Fruta ½ pc)	Cuscuz com Manteiga R Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau em pó, Açúcar) + Frutas Picadas (Melão ½ pc+ Abacaxi ½ pc)	Pão com Queijo mussarela R Vitamina de Banana (Açúcar, Leite, Fruta ½ pc)

Observação: 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.

	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (25% a 35% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
7ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	**PE**	4-5 anos	288,71	49,18	61%	11,04	14%	7,24	23%
	EF 01	6- 10 anos	294,12	49,92	61%	11,46	14%	7,33	22%
	EF 02	11-15 anos	306,22	52,14	61%	12,02	14%	7,44	22%
	EM	16-18 anos	306,22	52,14	61%	12,02	14%	7,44	22%
	EJA 01	19-30 anos	306,22	52,14	61%	12,02	14%	7,44	22%
	EJA 02	31-60 anos	306,22	52,14	61%	12,02	14%	7,44	22%

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

Responsável Técnico
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR –4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024
PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 29/07/2024 a 13/09/2024
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 16/10/2024

01 Refeição – Lanche Fácil

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.**
- R: Reserva de Frutas. Armazenar as reservas refrigeradas ou congeladas.
- **R: Atenção paras as reservas de Queijo mussarela e Manteiga. Os gêneros poderão chegar 01 semana ou quinze dias antes do consumo, de acordo com o PDGP. Após aberto, o queijo tem validade de 15 dias.**
- Cardápios para alunos do Ensino Especial deverão ser adaptados conforme a realidade de cada escola. Os ajustes deverão ser feitos pelo Nutricionista da Regional.
- 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 a sugestão para a 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.**