

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- INTOLERÂNCIA À LACTOSE

02 Refeições - Refeição Complementar e Escola Parque: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental e Ensino Médio

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: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Cuscuz *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar)	Frutas picadas (Abacate, Morango, Melão ½ pc) + *Leite sem lactose em pó ½ pc, Cacau em pó ½ pc e Açúcar	Pão com Atum ½ pc (Colorau ½ pc) *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar)	Cuscuz com Carne Moída (Acém, ½ pc) Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar) + Mamão picado	Pão com Atum ½ pc (Colorau ½ pc) Vitamina de Abacate (*Leite sem lactose, Fruta, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Carne moída refogada ao molho (Extrato de tomate) Polenta (Fubá ½ pc, Caldo da Carne) Arroz cozido	Carne moída refogada (Acém) Macarrão ao alho e óleo com Brócolis Feijão cozido Batata doce com casca corada	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, açafrão) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Acelga com Tomate picado	Carne moída refogada Arroz cozido Feijão cozido Repolho roxo em tiras Pepino com casca em rodellas	Filé de Tilápia (EF/EM)ou Coxa e sobrecoxa de Frango(Pré/EE)ao molho de Abóbora e Pimentão Arroz cozido Feijão preto cozido Pirão de Peixe (Farinha de mandioca, Caldo do peixe)

Observação: Reservar 1 pc de cenoura, 1 pc de espinafre.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Lote 4: Paranoá: acelga, espinafre, morango (substituto: abacaxi). Planaltina: acelga, brócolis, espinafre, tomate. 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.

1ª 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	668,61	90,96	49%	29,04
EF 01	6- 10 anos	753,95	100,36	48%	34,78	17%	23,86	28%	
EF 02	11-15 anos	832,07	110,25	48%	38,91	17%	26,03	28%	
EM	16-18 anos	832,07	110,25	48%	38,91	17%	26,03	28%	

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- INTOLERÂNCIA À LACTOSE

02 Refeições - Refeição Complementar e Escola Parque: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental e Ensino Médio

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: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Cuscuz com *Azeite de oliva *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar)	Canjica (*Leite sem lactose, Açúcar) + Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Morango)	Pão com *Atum Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar) + Frutas picadas (Morango +Melão ½ pc)	Pão com Carne moída ao molho (Acém ½ pc, Colorau ½ pc) Vitamina de Abacate (*Leite sem lactose, Fruta, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Carne moída ao molho (Acém, Extrato de tomate) Arroz cozido com Espinafre Cenoura ralada	Carne moída cozida com Abóbora (Acém) Arroz cozido Feijão cozido Repolho verde picado	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Colorau) Feijão preto cozido Farofa de Couve (Farinha de mandioca) Tomate picado	Carne moída refogada com Vagem (Acém) Arroz cozido Feijão cozido Couve-flor ao molho branco (*Leite sem lactose 1/3, Amido)	Carne moída refogada com Cenoura (Acém) Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Alface em tiras Banana

Observação: Reservar 1 pc de batata inglesa, 1 pc de brócolis para a próxima segunda-feira.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues Lote 4: Paranoá: acelga, couve-flor, morango (substitutos: banana e abacaxi). Planaltina: alface, brócolis, couve-flor, tomate, vagem, abacate (substituto: mamão). São Sebastião: couve-flor (substituto: berinjela). 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

2ª 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	643,24	97,04	54%	26,67
EF 01	6- 10 anos	715,94	105,77	53%	31,78	16%	19,25	24%	
EF 02	11-15 anos	785,25	115,89	53%	35,26	16%	20,72	24%	
EM	16-18 anos	785,25	115,89	53%	35,26	16%	20,72	24%	

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- INTOLERÂNCIA À LACTOSE

02 Refeições - Refeição Complementar e Escola Parque: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental e Ensino Médio

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: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Cuscuz com *Azeite de oliva *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar)	Frutas picadas (Abacate, Morango, Mamão ½ pc) + *Leite sem lactose em pó ½ pc, Cacau em pó ½ pc e Açúcar	Pão com Carne moída (Acém ½ pc) *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar)	Cuscuz com *Atum Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Maçã	Pão com Carne moída ao molho (Acém ½ pc, Colorau ½ pc) Vitamina de Abacate (*Leite sem lactose, Fruta, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Carne moída cozida (Acém, Açafrão) Purê de Batata inglesa Arroz com Brócolis	Carne moída refogada (Acém) Macarrão ao molho com Manjeriço (Extrato de tomate) Batata doce com casca corada Repolho verde picado	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Polenta (Fubá ½ pc, Caldo do Frango) Arroz cozido Feijão cozido Abóbora refogada Couve picada	Carne moída cozida com Inhame (Acém) Arroz cozido Feijão cozido Beterraba crua ralada	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Coxa sobrecoxa cozidos assados com Batata inglesa (Pré/EE) Arroz cozido Feijão preto Tomate picado

Observação: Reservar 1 pc de beterraba, 1 pc de batata doce para a próxima segunda-feira.

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). Planaltina: tomate, brócolis. 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

3ª 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	623,52	91,90	53%	26,95
EF 01	6- 10 anos	699,52	100,74	52%	32,69	17%	19,06	25%	
EF 02	11-15 anos	830,01	830,01	125,64	54%	36,55	16%	20,56	22%
EM	16-18 anos	830,01	830,01	125,64	54%	36,55	16%	20,56	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- INTOLERÂNCIA À LACTOSE

02 Refeições - Refeição Complementar e Escola Parque: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental e Ensino Médio

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: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Cuscuz com *Azeite de oliva *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar)	Canjica (*Leite sem lactose, Açúcar) + Banana	Pão com Carne moída (Acém ½ pc) Suco de Morango (Fruta, Açúcar)	Cuscuz *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar) + Frutas picadas (Banana ½ pc + Mamão ½ pc)	Pão com *Atum Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Açafrão) Arroz cozido Batata doce corada Beterraba cozida	Carne moída refogada (Acém) Arroz cozido Feijão cozido Purê de Abóbora Acelga picada	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) Arroz cozido Feijão cozido Farofa de Banana (Banana ½ pc, Farinha de mandioca) Salada de Couve e Repolho roxo em tiras	Carne moída refogada (Acém) Arroz cozido Feijão preto cozido Creme de Espinafre (Amido, *Leite sem lactose ½ pc) Couve-flor cozida a vapor	Macarrão ao molho com Carne moída (Acém, Extrato de tomate) Feijão cozido Vagem cozida a vapor Salada de Tomate cortado em meia lua com cebola

Observação: Reservar 1 pc de batata doce, 1 pc de brócolis para a próxima segunda-feira.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Lote 4: Paranoá: acelga, couve-flor, espinafre, morango (substituto: banana), vagem. Planaltina: acelga, brócolis, espinafre, couve-flor, tomate, vagem. São Sebastião: couve-flor (substituto: berinjela). 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.

4ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio	
				(55% a 65% do VET)		(10% a 15% do VET)		(25% a 35% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
	PE	4-5 anos	622,23	97,35	56%	25,93	15%	14,96	22%
	EF 01	6- 10 anos	699,41	106,09	55%	31,37	16%	16,82	22%
	EF 02	11-15 anos	771,69	116,20	54%	35,05	16%	18,44	22%
	EM	16-18 anos	771,69	116,20	54%	35,05	16%	18,44	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- INTOLERÂNCIA À LACTOSE

02 Refeições - Refeição Complementar e Escola Parque: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental e Ensino Médio

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: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Cuscuz *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar)	Frutas picadas (Maçã, Mamão ½ pc, Abacaxi ½ pc) + *Leite sem lactose em pó ½ pc, Cacau em pó ½ pc e Açúcar	Pão com Carne moída (Acém ½ pc, Colorau ½ pc) *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar)	Cuscuz com *Atum Suco de Abacaxi com Hortelã (Abacaxi ½ pc, Hortelã, Açúcar) + Melancia picada	Pão com Carne moída (Acém ½ pc, Colorau ½ pc) Vitamina de Banana (*Leite sem lactose, Fruta ½ pc, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Carne moída refogada (Acém) Arroz cozido com Brócolis Batata doce com casca assada	Carne moída refogada (Acém) Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Beterraba cozida Alface picada	Carne moída acebolada (Acém) Arroz cozido Feijão preto cozido Abóbora cozida Brócolis cozido a vapor	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Polenta (Fubá ½ pc) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Repolho roxo e Pepino picado	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Inhame, Tomate e Pimentão (Pré/EE) Arroz cozido Feijão cozido

Observação: Reservar 1pc de couve-flor e 1 pc de batata doce para a próxima segunda-feira.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Lote 4: Paranoá: couve-flor, morango. Planaltina: alface, brócolis, couve-flor, tomate, inhame. São Sebastião: couve-flor (substituto: berinjela). 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	610,45	93,87	55%	28,01
EF 01	6- 10 anos	691,65	103,34	54%	34,12	18%	16,45	21%	
EF 02	11-15 anos	762,90	113,23	53%	38,09	18%	18,02	21%	
EM	16-18 anos	762,90	113,23	53%	38,09	18%	18,02	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- INTOLERÂNCIA À LACTOSE

02 Refeições - Refeição Complementar e Escola Parque: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental e Ensino Médio

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: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Cuscuz *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar)	Canjica com *Leite sem lactose caramelizado (*Leite sem lactose, Açúcar) + Melão em fatias	Pão com *Atum Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar) + Banana	Pão com Carne moída (Acém ½ pc) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Carne moída cozida com Batata doce (Acém) Arroz cozido Couve-flor ao vapor	Carne moída refogada (Acém) Macarrão ao molho branco (Amido, *Leite sem lactose ½ pc) Salada de Acelga picada com Cenoura ralada	Carne moída cozida com Vagem (Acém) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Tomate picado com Manjeriçã	Carne moída ao molho (Acém, Colorau) Baião de dois (Arroz, Feijão) Salada de Repolho verde e Tomate	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Atum (Pré/EE) ao molho (Extrato de tomate) Purê de Batata inglesa Arroz cozido Feijão preto cozido Brócolis cozido a vapor

Observação: Reservar 1 pc de inhame, 1 pc deespinafrepara a próxima segunda-feira.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues. Lote 4: Paranoá: couve-flor, morango. Planaltina: alface, brócolis, couve-flor, tomate, inhame. São Sebastião: couve-flor (substituto: berinjela). 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 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	592,39	93,44	57%	25,72
EF 01	6- 10 anos	665,83	102,26	55%	31,12	17%	15,18	21%	
EF 02	11-15 anos	734,94	112,37	55%	34,68	17%	16,60	20%	
EM	16-18 anos	734,94	112,37	55%	34,68	17%	16,60	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.

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

Responsável Técnico
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- INTOLERÂNCIA À LACTOSE

02 Refeições - Refeição Complementar e Escola Parque: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental e Ensino Médio

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: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Mingau (*Leite sem lactose, Amido, Açúcar) + Maçã	Cuscuz *Leite sem lactose com Cacau em pó (*Leite sem lactose, Cacau em pó, Açúcar) + Abacaxi picado	Pão com Carne moída ao molho (Acém ½ pc, Colorau ½ pc) Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)	Frutas picadas (Maçã + Mamão) + *Leite sem lactose em pó ½ pc, Cacau em pó ½ pc e Açúcar	Pão com *Atum Vitamina de Banana (*Leite sem lactose, Fruta ½ pc, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Carne moída ao molho com Espinafre (Extrato de tomate) Arroz cozido Inhame assado	Carne moída refogada (Acém) Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido Salada de Cenoura ralada e Tomate picado	Carne moída cozida com Chuchu (Acém) Arroz cozido Feijão cozido Beterraba crua ralada	Carne moída refogada (Acém) Arroz cozido Feijão tropeiro (Farinha de mandioca, Couve) Abóbora cozida	Escondidinho de Carne moída com Batata doce (Acém) Carne moída refogada (Acém) Arroz cozido Feijão preto cozido Pepino em fatias

Observação: Reservar 1 pc de cenoura e 1 pc de tomate para a próxima segunda-feira.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues Lote 4: Planaltina: tomate. São Sebastião: chuchu (substituto: batata inglesa). 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.

7ª 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	571,81	90,10	57%	25,51
EF 01	6- 10 anos	640,94	97,98	55%	31,08	17%	14,50	20%	
EF 02	11-15 anos	694,42	105,64	55%	34,30	18%	15,38	20%	
EM	16-18 anos	694,42	105,64	55%	34,30	18%	15,38	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.

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- INTOLERÂNCIA À LACTOSE

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 29/07/2024 a 13/09/2024

PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 16/10/2024

02 Refeições - Refeição Complementar e Escola Parque: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental e Ensino Médio

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 ou 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.**
- 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.
- **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 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
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913