

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR– 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)

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

| 1ª Semana | | Segunda-feira 04/11 | Terça-feira 05/11 | Quarta-feira 06/11 | Quinta-feira 07/11 | Sexta-feira 08/11 |
|-----------|---|--|--|---|---|--|
| LANCHE | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | Cuscuz *Leite vegetal Caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar) | Canjica (*Leite vegetal, Açúcar, Canela) Frutas picadas (Mamão ½ pc + Melão ½ pc) | Pão com *Atum, frango em pouch ou outra proteína em estoque Vitamina de Banana (*Leite vegetal, Fruta ½ pc, Açúcar) | Cuscuz com *Azeite de oliva Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) Frutas picadas (Banana ½ pc+ Maçã ½ pc) | Pão com Carne moída ao molho (Acém ½ pc, Polpa de tomate ½ pc) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) |
| | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Bobó de Filé de Tilápia (EF/EM) com Abóbora ou Peito de Frango/Atum em pouch com Abóbora (Pré/EE) Arroz cozido Repolho verde ralado | Galinhada com Cenoura (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão, Milho em pouch) Arroz cozido Feijão carioca cozido Beterraba cozida | Arroz com Peito de Frango em pouch ou Pernil refogado e desfiado Arroz cozido Feijão carioca cozido Chuchu cozido a vapor Batata doce com casca corada Goiaba 2 pc | Carne moída refogada com Colorau Macarrão ao molho (Polpa de tomate) Feijão carioca cozido Salada de Cenoura crua ralada e Repolho verde picado | Filé de Tilápia (EF/EM) ou Peito de Frango/Atum em pouch (Pré/EE) ao molho branco (Amido, *Leite vegetal ½ pc) Arroz cozido Feijão carioca cozido Batata inglesa assada Couve refogada |

Observação: Reservar 1 pc de abóbora, 1 pc de pepino para a próxima segunda-feira.
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 | | Proteína | | Lipídio | |
|--|-----------------|--------------|----------------|--------------------|-----|--------------------|-----|--------------------|-----|
| | | | | (55% a 65% do VET) | | (10% a 15% do VET) | | (25% a 35% do VET) | |
| | | | | g | % | g | % | g | % |
| | PE | 4-5 anos | 651,69 | 103,29 | 57% | 25,33 | 14% | 16,11 | 22% |
| | EF 01 | 6- 10 anos | 725,78 | 112,11 | 56% | 31,19 | 15% | 17,53 | 22% |
| | EF 02 | 11-15 anos | 789,96 | 122,22 | 56% | 34,61 | 16% | 18,46 | 21% |
| | EM | 16-18 anos | 789,96 | 122,22 | 56% | 34,61 | 16% | 18,46 | 21% |

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

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– 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)

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

| 2ª Semana | | Segunda-feira 11/11 | Terça-feira 12/11 | Quarta-feira 13/11 | Quinta-feira 14/11 | Sexta-feira 15/11 |
|-----------|--|--|---|---|--|---|
| LANCHE | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | Cuscuz com *Azeite de oliva *Leite vegetal Caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar) | Frutas picadas com *Leite vegetal em pó ½ pc (Abacaxi ½ pc + Banana ½ pc + Goiaba 2pc) | Pão com *Atum, frango em pouch ou outra proteína em estoque Suco Verde (Abacaxi ½ pc, Talos de couve, Açúcar) | Cuscuz *Leite vegetal Caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar) | FERIADO (PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA) |
| | ALMOÇO | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Filé de Tilápia (EF/EM) ou Peito de Frango/ Atum em pouch (Pré/EE) ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Purê de Abóbora Pepino com casca em cubos | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Macarrão ao alho e óleo Feijão carioca cozido Couve refogada Beterraba crua ralada | Filé de Tilápia (EF/EM) ou Peito de Frango/Atum em pouch (Pré/EE) ao molho (Pimentão, Leite de coco) Arroz cozido Feijão carioca cozido Abobrinha refogada Salada de Repolho roxo picado com Salsa | |

Observação: Reservar 1 pc de abóbora, 1 pc de chuchu para a próxima segunda-feira.
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 | | Proteína | | Lipídio | |
|--|-----------------|--------------|----------------|--------------------|----------|--------------------|-------|--------------------|-------|
| | | | | (55% a 65% do VET) | | (10% a 15% do VET) | | (25% a 35% do VET) | |
| | | | | g | % | g | % | g | % |
| | | | | PE | 4-5 anos | 561,95 | 87,34 | 56% | 22,94 |
| EF 01 | 6- 10 anos | 627,03 | 95,48 | 55% | 28,16 | 16% | 15,61 | 22% | |
| EF 02 | 11-15 anos | 684,96 | 104,93 | 55% | 30,95 | 16% | 15,98 | 21% | |
| EM | 16-18 anos | 684,96 | 104,93 | 55% | 30,95 | 16% | 15,98 | 21% | |

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

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– 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)

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

| 3ª Semana | | Segunda-feira 18/11 | Terça-feira 19/11 | Quarta-feira 20/11 | Quinta-feira 21/11 | Sexta-feira 22/11 |
|-----------|---|---|--|---|--|---|
| LANCHE | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | Cuscuz *Leite vegetal Caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar) | Canjica (*Leite vegetal, Açúcar, Canela) Frutas picadas (Maçã ½ pc + Abacaxi ½ pc) | FERIADO (DIA DA CONSCIÊNCIA NEGRA) | Cuscuz com Carne moída (Acém ½ pc) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) | Pão com Peito de Frango/Atum em pouch ½ pc ao molho (Colorau) Vitamina de Mamão (*Leite vegetal, Fruta ½ pc, Açúcar) |
| | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Abóbora Arroz cozido Chuchu com casca cozido a vapor | Pernil Suíno cozido e desfiado Macarrão ao alho e óleo e Colorau Feijão carioca cozido Batata doce com casca cozida Couve refogada Frutas picadas (Goiaba + Maçã ½ pc) | | Filé de Tilápia (EF/EM) ou Peito de Frango/ Atum (Pré/EE) ao molho branco (Amido, *Leite vegetal ½ pc) Arroz cozido Feijão carioca cozido Cenoura cozida a vapor Pepino com casca em cubos Goiaba, 2pc | Filé de Tilápia (EF/EM) ou Peito de Frango/Atum (Pré/EE) ao molho (Polpa de tomate) Arroz cozido Feijão carioca cozido Abobrinha refogada Salada de Repolho roxo ralado com Milho cozido em pouch |

Observação: Reservar 1 pc de beterraba, 1 pc de chuchu para a próxima segunda-feira.
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 | | Proteína | | Lipídio | |
|--|-----------------|--------------|----------------|--------------------|----------|--------------------|-------|--------------------|-------|
| | | | | (55% a 65% do VET) | | (10% a 15% do VET) | | (25% a 35% do VET) | |
| | | | | g | % | g | % | g | % |
| | | | | PE | 4-5 anos | 662,10 | 99,36 | 54% | 25,06 |
| EF 01 | 6- 10 anos | 729,99 | 107,35 | 53% | 30,33 | 15% | 20,87 | 26% | |
| EF 02 | 11-15 anos | 809,42 | 119,69 | 53% | 34,32 | 15% | 22,34 | 25% | |
| EM | 16-18 anos | 809,42 | 119,69 | 53% | 34,32 | 15% | 22,34 | 25% | |

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

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– 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)

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

| 4ª Semana | | Segunda-feira 25/11 | Terça-feira 26/11 | Quarta-feira 27/11 | Quinta-feira 28/11 | Sexta-feira 29/11 |
|-----------|--|---|--|--|---|--|
| LANCHE | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | Cuscuz *Leite vegetal Caramelizado (* Leite vegetal , Açúcar) | Frutas picadas com *Leite vegetal em pó ½ pc (Banana 1 pc + Maçã ½ pc + Abacaxi ½ pc) | Pão com Peito de Frango em pouch ½ pc ao molho (Polpa de tomate ½ pc) Suco de Melancia (Fruta ½ pc, Açúcar) | Cuscuz *Leite vegetal Caramelizado (* Leite vegetal , Açúcar) Melancia picada, ½ pc | Pão com Peito de Frango ½ pc ao molho (Polpa de tomate ½ pc) Suco Verde (Abacaxi ½ pc, Talos de couve, Açúcar) |
| | ALMOÇO | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Filé de Tilápia (EF/EM) ou Peito de Frango (Pré/EE) refogados (Açafrão) Arroz cozido Chuchu com casca cozido a vapor Beterraba crua ralada | Pernil Suíno cozido com Abóbora Macarrão ao alho e óleo Feijão carioca cozido Polenta (Fubá ½ pc) Repolho verde ralado | Pernil suíno ou Peito de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão carioca cozido Polenta (Fubá ½ pc) Salada de Cenoura crua ralada e Pepino em rodelas | Filé de Tilápia ^R (EF/EM) assado com Batata inglesa ou Peito de Frango cozido e desfiado com Purê de Batata inglesa (Pré/EE) Arroz cozido Feijão carioca cozido Chuchu refogado |

Observação: Reservar 1 pc de beterraba, 1 pc de repolho verde para a próxima segunda-feira.
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 | 575,84 | 87,94 | 55% | 22,88 |
| EF 01 | 6- 10 anos | 637,13 | 94,37 | 53% | 28,28 | 16% | 16,83 | 24% | |
| EF 02 | 11-15 anos | 701,72 | 103,54 | 53% | 32,14 | 16% | 18,10 | 23% | |
| EM | 16-18 anos | 701,72 | 103,54 | 53% | 32,14 | 16% | 18,10 | 23% | |

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

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– 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)

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

| | 5ª Semana | Segunda-feira 02/12 | Terça-feira 03/12 | Quarta-feira 04/12 | Quinta-feira 05/12 | Sexta-feira 06/12 |
|---------------|---|---|---|--|--|---|
| LANCHE | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | Cuscuz com *Azeite de oliva *Leite vegetal Caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar) | Canjica (*Leite vegetal, Açúcar, Leite de coco) Mamão | Pão com Peito de Frango ½ pc ao molho (Polpa de tomate ½ pc) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) | Cuscuz com *Atum, frango em pouch ou outra proteína em estoque Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) | Pão com Peito de Frango ½ pc ao molho (Polpa de tomate ½ pc) Vitamina de Maçã (*Leite vegetal, Fruta ½ pc, Açúcar) |
| ALMOÇO | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Arroz com Peito de Frango refogado e Milho cozido em pouch (Colorau) Beterraba cozida Repolho verde ralado | Pernil Suíno refogado Arroz cozido Feijão carioca cozido Abóbora refogada Pepino com casca em cubos | Filé de Tilápia ^R (EF/EM) assado ou Peito de Frango cozido e desfiado (Pré/EE) Macarrão refogado com Abobrinha Feijão carioca cozido Cenoura crua ralada Maçã | Estrogonofe de Peito de Frango (Amido, *Leite vegetal ½ pc, Polpa de tomate) Arroz cozido Feijão carioca cozido Cenoura cozida em rodela Beterraba crua ralada | Pernil Suíno ao molho (Colorau) Baião de Dois (Arroz e Feijão) Chuchu e Batata doce com casca cozidos a vapor Goiaba 2pc |

Observação: Reservar 1 pc de abóbora, 1 pc de repolho verde para a próxima segunda-feira.
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 | | Proteína | | Lipídio | |
|--|-----------------|--------------|----------------|--------------------|-----|--------------------|-----|--------------------|-----|
| | | | | (55% a 65% do VET) | | (10% a 15% do VET) | | (25% a 35% do VET) | |
| | | | | g | % | g | % | g | % |
| | PE | 4-5 anos | 654,00 | 101,31 | 56% | 24,13 | 13% | 17,98 | 25% |
| | EF 01 | 6- 10 anos | 727,05 | 109,62 | 54% | 29,62 | 15% | 19,67 | 24% |
| | EF 02 | 11-15 anos | 798,70 | 120,01 | 54% | 33,14 | 15% | 20,88 | 24% |
| | EM | 16-18 anos | 798,70 | 120,01 | 54% | 33,14 | 15% | 20,88 | 24% |

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

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– 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)

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

| 6ª Semana | | Segunda-feira 09/12 | Terça-feira 10/12 | Quarta-feira 11/12 | Quinta-feira 12/12 | Sexta-feira 13/12 |
|-----------|---|---|---|---|---|---|
| LANCHE | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | Cuscuz com *Azeite de oliva *Leite vegetal Caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar) | Frutas picadas com *Leite vegetal em pó ½ pc (Abacaxi ½ pc + Banana ½ pc + Mamão) | Pão com Peito de Frango ½ pc ao molho (Polpa de tomate ½ pc) Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar) | Cuscuz com *Atum, frango em pouch ou outra proteína em estoque Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) | Pão com Peito de Frango ½ pc ao molho (Polpa de tomate ½ pc) Vitamina de Banana (*Leite vegetal, Fruta ½ pc, Açúcar) |
| | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Pernil Suíno refogado Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Abóbora cozida Repolho verde ralado | Peito de Frango refogado com Cenoura Arroz cozido Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Couve refogada | Pernil Suíno cozido e desfiado Arroz cozido Feijão carioca cozido Purê de Batata doce Cenoura crua ralada | Peito de Frango ao molho (Colorau) Arroz cozido Feijão carioca cozido Polenta (Caldo de Frango, Fubá ½ pc) Beterraba crua ralada Pepino picado em rodelas | Peito de Frango refogado Arroz cozido Feijão carioca cozido Purê de Abóbora com Leite de coco Repolho verde rasgado |

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 | | Proteína | | Lipídio | |
|--|-----------------|--------------|----------------|--------------------|----------|--------------------|-------|--------------------|-------|
| | | | | (55% a 65% do VET) | | (10% a 15% do VET) | | (25% a 35% do VET) | |
| | | | | g | % | g | % | g | % |
| | | | | PE | 4-5 anos | 587,75 | 90,18 | 55% | 23,04 |
| EF 01 | 6- 10 anos | 656,66 | 98,11 | 54% | 28,61 | 16% | 17,40 | 24% | |
| EF 02 | 11-15 anos | 716,89 | 106,47 | 53% | 31,86 | 16% | 18,42 | 23% | |
| EM | 16-18 anos | 716,89 | 106,47 | 53% | 31,86 | 16% | 18,42 | 23% | |

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

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– 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)

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

| 7ª Semana Cardápio proposto | | Segunda-feira 16/12 | Terça-feira 17/12 | Quarta-feira 18/12 | Quinta-feira 19/12 | 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 2º semestre letivo; início das férias escolares; 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 pedido extra de gêneros alimentícios perecíveis, de acordo com a Nota Técnica nº 02/2024 – SEE/SUAPE/DIAE/GPAE (137868041). |
|--------------------------------|---|---|---|---|---|--|
| LANCHE | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | Cuscuz *Leite vegetal Caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar) | Mingau (Amido, *Leite vegetal, Açúcar, Canela) | Cuscuz *Leite vegetal Caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar) | Cuscuz *Leite vegetal Caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar) | |
| ALMOÇO | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Carne disponível em estoque Arroz cozido Milho cozido em pouch Hortaliça | Carne disponível em estoque ao molho branco (Amido, *Leite vegetal ½ pc) Arroz cozido Feijão cozido Hortaliça | Carne disponível em estoque Arroz cozido Feijão cozido Hortaliça | Carne disponível em estoque Macarrão ao molho (Polpa de tomate) Feijão cozido Hortaliça | |

| 7ª 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 | 577,36 | 86,26 | 54% | 23,54 |
| EF 01 | 6- 10 anos | 639,77 | 95,32 | 54% | 28,38 | 16% | 16,88 | 24% | |
| EF 02 | 11-15 anos | 705,24 | 107,56 | 55% | 31,35 | 16% | 17,36 | 22% | |
| EM | 16-18 anos | 705,24 | 107,56 | 55% | 31,35 | 16% | 17,36 | 22% | |

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

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– 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)
PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 04/11/2024 a 19/12/2024
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 28/02/2025

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 Percíveis) 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 1pc de óleo.
- Utilizar 2 pc de óleo nas refeições salgadas.
- 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 ou Carnes 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.
- Caso a unidade escolar tenha Cacau e Atum em pouch em estoque, deverá inserir no cardápio, evitando o armazenamento prolongado ou vencimento do gênero em estoque.
- 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.
- Cardápios para alunos do Ensino Especial deverão ser adaptados conforme a realidade de cada escola. Os ajustes deverão ser feitos pelo Nutricionista da Regional.
- 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.