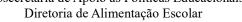
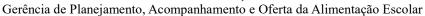


Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais







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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

02 Refeições: Escola Classe (Plano Piloto) – Pré-escolar, Ensino Fundamental

02 Keregoes. Escula Classe (Flano Floto) – Freescolar, Ensilo Fundamental								
	1ª Semana	Segunda-feira 04/11	Terça-feira 05/11	Quarta-feira 06/11	Quinta-feira 07/11	Sexta-feira 08/11		
R E F E I Ç Ã O	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Carne moída refogada (Acém, Colorau) Arroz cozido Beterraba cozida Pepino em rodelas	Cuscuz com Leite de coco Leite Caramelizado (Leite, Açúcar) (Abacaxi ½ pc + Goiaba)	Bobó de Filé de Tilápia (EF) ou Carne moída refogada (Acém) (Pré/EE) com Abóbora Arroz cozido Repolho roxo ralado	Pão com Carne moída ao molho (Acém ½ pc, Polpa de tomate) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) Goiaba 2 pc	Carne moída ao molho (Acém, Extrato de tomate) Macarrão refogado com Cenoura Feijão carioca cozido Pepino com casca em cubos		
L A N C H E	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Mamão ^R	Maçã	Abacaxi	Frutas picadas (Maçã ½ pc + Mamão ½ pc)	Banana		

Observação: Reservar 1 pc de mamão, 1pc de beterraba e 1 pc de couve <u>refrigerada</u> 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.

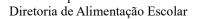
Cardápio sujeito a alterações.

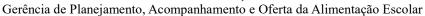
				Carboid	lrato	Prot	eína	Lipi	ídio
1ªSemana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária Ene	Energia (Kcal)	(55% a 65% do VET)		(10% a 15%	% do VET)	(25% a 35% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
	PE	4-5 anos	298,11	55,86	67%	11,22	14%	4,57	14%
	EF 01	6-10 anos	322,32	59,58	67%	13,20	15%	5,11	14%
VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.									

Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais







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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

02 Refeições: Escola Classe (Plano Piloto) – Pré-escolar, Ensino Fundamental

	2ª Semana	Segunda-feira 11/11	Terça-feira 12/11	Quarta-feira 13/11	Quinta-feira 14/11	Sexta-feira 15/11
R E F E I Ç Ã O	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Filé de Tilápia assado (EF) ou Carne moída refogada (Acém) (Pré/EE) Arroz cozido com Couve Creme de Milho (Milho cozido em pouch, Amido, Leite ½ pc) Beterraba crua ralada	Canjica (Leite, Açúcar, Canela) Frutas picadas (Mamão ½ pc + Maçã ½ pc)	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) Macarrão refogado com Cenoura Feijão carioca cozido Repolho verde ralado	Pão com Carne moída ao molho (Acém ½ pc, Polpa de tomate) Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar) Abacaxi	FERIADO (PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA)
L A N C H E	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Mamão ^R	Abacaxi	Maçã	Banana	

Observação: Reservar 1 pc de abacaxi, 1pc de beterraba e 1 pc de couve <u>refrigerada</u> 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.

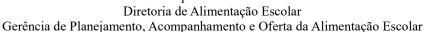
П					Carboid	lrato	Prot	eína	Lip	ídio
	2ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária - F	Energia (Kcal)	(55% a 65% do VET)		(10% a 15%	% do VET)	(25% a 35%	% do VET)
					g	%	g	%	g	%
		PE	4-5 anos	322,97	59,25	66%	11,04	12%	5,99	17%
		EF 01	6-10 anos	351,49	63,08	65%	12,74	13%	6,60	17%
VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.										

Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação

Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais





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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

02 Refeições: Escola Classe (Plano Piloto) – Pré-escolar, Ensino Fundamental

	3ª Semana	Segunda-feira 18/11	Terça-feira 19/11	Quarta-feira 20/11	Quinta-feira 21/11	Sexta-feira 22/11
R E F E I C Ã O	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Carne moída ao molho (Acém, Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo Farofa de Couve (Farinha de mandioca) Beterraba cozida	Cuscuz com Leite de coco Leite Caramelizado (Leite, Açúcar) Frutas picadas (Melão ½ pc + Goiaba)	FERIADO (DIA DA CONSCIÊNCIA NEGRA)	Pão com Queijo Muçarela Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)	Bobó de Carne moída com Abóbora cozida (Acém) Arroz cozido Feijão tropeiro (Farinha de mandioca, Couve)
L A N C H E	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Abacaxi ^R	Maçã	(LUKA)	Abacaxi	Goiaba 2 pc

Observação: Reservar 1 pc abacaxi, 1 pc de cenoura e 1 pc de repolho roxo 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.

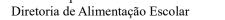
Cardápio sujeito a alterações.

				Carboid	Carboidrato		eína	Lipídio	
3ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária Energia (Kcal)	(55% a 65% do VET)		(10% a 15%	% do VET)	(25% a 35% do VET)		
				g	%	g	%	g	%
	PE	4-5 anos	303,07	55,08	65%	10,95	13%	5,62	17%
	EF 01	6-10 anos	330,27	58,88	64%	12,96	14%	6,54	18%
VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de majo de 2020/FNDE									

Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais







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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

02 Refeições: Escola Classe (Plano Piloto) – Pré-escolar, Ensino Fundamental

	4ª Semana	Segunda-feira 25/11	Terça-feira 26/11	Quarta-feira 27/11	Quinta-feira 28/11	Sexta-feira 29/11
R E F E I Ç Ã O	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Carne moída refogada (Acém) Arroz cozido Creme de Milho (Milho cozido em pouch, Amido, Leite 1/3 pc) Salada de Cenoura cozida em tiras com Repolho roxo picado	Canjica (Leite, Açúcar) Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Melão ½ pc)	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) Arroz cozido Feijão carioca cozido Batata doce com casca corada Repolho verde picado	Pão com Carne moída ao molho (Acém ½ pc, Polpa de tomate) Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar) Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Maçã ½ pc)	Filé de Tilápia (EF) ou Carne moída (Acém) (Pré/EE) ao molho (Polpa de tomate) Macarrão ao alho e óleo Abóbora cozida Pepino com casca em cubos
L A N C H E	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Abacaxi ^R	Melancia	Abacaxi	Mamão	Banana

Observação: Reservar 1 pc de melão, 1 pc de couve refrigerada e 1 pc de cenoura 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.

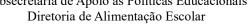
Cardápio sujeito a alterações.

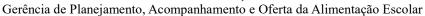
			Carboidrato		lrato	Prot	eína	Lipídio		
4ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária Energia (Kcal)	(55% a 65% do VET)		(10% a 15%	0% a 15% do VET) (25% a 35% d		% do VET)		
				g	%	g	%	g	%	
	PE	4-5 anos	289,47	52,80	66%	11,07	14%	5,05	16%	
	EF 01	6-10 anos	313,36	56,32	65%	12,70	15%	5,42	16%	
VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.										

Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais







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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

02 Refeições: Escola Classe (Plano Piloto) – Pré-escolar, Ensino Fundamental

	5ª Semana	Segunda-feira 02/12	Terça-feira 03/12	Quarta-feira 04/12	Quinta-feira 05/12	Sexta-feira 06/12
R E F E I Ç Ã	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: Carne moida refogada (Acém, Colorau) Arroz cozido com Couve Cenoura crua ralada Suco de Melão		Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce Arroz cozido Feijão tropeiro (Farinha de mandioca, Couve)	Pão com Queijo Muçarela Vitamina de Mamão (Leite, Fruta ½ pc, Açúcar) Goiaba 2 pc	Carne moída ao molho (Acém, Polpa de tomate ½ pc) Macarrão ao alho e óleo Abóbora cozida Salada de Repolho verde picado com Maçã ½ pc
L A N C H E	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Melão ^R	Abacaxi	Maçã	Mamão	Abacaxi

Observação: Reservar 1 pc de abacaxi, 1 pc de beterraba e 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.

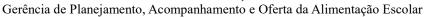
		Faixa Etária Energia (Kcal)		Carboio	Irato	Prot	eína	Lipídio		
5ª Semana	Etapa de Ensino		(55% a 65%	(55% a 65% do VET)		% do VET)	(25% a 35% do VET)			
Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	
(Média semanal)	PE	4-5 anos	296,04	52,72	64%	11,62	14%	5,38	16%	
	EF 01	6-10 anos	325,41	55,93	62%	13,46	15%	6,30	17%	
VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.										

Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais







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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

02 Refeições: Escola Classe (Plano Piloto) – Pré-escolar, Ensino Fundamental

	6ª Semana	Segunda-feira 09/12	Terça-feira 10/12	Quarta-feira 11/12	Quinta-feira 12/12	Sexta-feira 13/12
R E F E I Ç Ã	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Carne moída refogada (Acém, Colorau) Arroz cozido Beterraba cozida Pepino com casca em cubos	Cuscuz Leite Caramelizado (Leite, Açúcar) Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Melão ½ pc)	Galinhada com Milho cozido em pouch (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango) Abóbora com casca cozida Repolho verde ralado	Pão com Pernil Suíno ½ pc ao molho (Polpa de tomate) Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar) Frutas picadas (Mamão ½ pc + Abacaxi ½ pc)	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Carne moída (Acém) (Pré/EE) ao molho branco (Amido, Leite ⅓ pc) Macarrão refogado com Cenoura Feijão carioca cozido Beterraba crua ralada
L A N C H E	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Abacaxi ^R	Banana	Mamão	Banana	Abacaxi

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

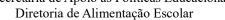
As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

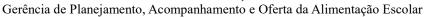
Cardápio sujeito a alterações.

6ª Semana	Etapa de Ensino F	Faixa Etária I	Energia (Kcal)				Proteína a 15% do VET) (25% a		Lipídio a 30% do VET)	
Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	
(Média semanal)	PE	4-5 anos	301,91	53,79	64%	11,44	14%	5,60	17%	
	EF 01	6-10 anos	329,60	57,39	63%	13,22	14%	6,18	17%	
VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.										



Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais







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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

02 Refeições: Escola Classe (Plano Piloto) – Pré-escolar, Ensino Fundamental

-		02 Referções, Escola Classe (Flano Floco) - 11e escolar, Ensilo Fandamental							
	7 ^a Semana Segunda-feira 16/12		Terça-feira 17/12	Quarta-feira 18/12	Quinta-feira 19/12				
	R E Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Carne disponível em estoque Macarrão ao molho (Polpa de tomate, Amido) Hortaliça	Cuscuz Leite Caramelizado (Leite, Açúcar)	Carne disponível em estoque com Milho cozido em pouch Arroz cozido Feijão cozido Hortaliça	Canjica (Leite, Açúcar)	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			
	L Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	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).			

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

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

Cardápio sujeito a alterações.

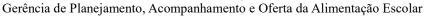
	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio	
7ªSemana				(55% a 65% do VET)		(10% a 15% do VET)		(25% a 30% do VET)	
Composiçãonutricional				g	%	g	%	g	%
(Média semanal)	PE	4-5 anos	284,47	50,80	64%	10,00	13%	5,79	18%
	EF 01	6-10 anos	307,15	54,76	64%	11,22	13%	6,01	18%
VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.									

Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais

Diretoria de Alimentação Escolar





SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR— 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 04/11/2024 a 19/12/2024
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 28/02/2025

02 Refeições: Escola Classe (Plano Piloto) - Pré-escolar, Ensino Fundamental

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 <mark>utilizar ½ pc de sal e 1pc de óleo.</mark>
- 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 armazenas sob congelamento.
- Armazenar as reservas de carnes, queijo e manteiga conforme planejamento do cardápio e de entregas.
- R: Reserva de Hortifrutis, Carnes ou Ovos, ou Queijo e Manteiga 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.

Responsável Técnico