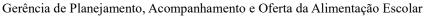


Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais

Diretoria de Alimentação Escolar





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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024DIABETES MELLITUS

		04 Refeições: Pré-	escolar, Ensino Fundamental, Ensino	Médio	
2ª Semana	Segunda-feira 23/09	Terça-feira 24/09	Quarta-feira 25/09	Quinta-feira 26/09	Sexta-feira 27/09
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos Leite com Cacau em pó (Leite, Cacau)	Canjica (Leite, Canela) Frutas picadas (Mamão ½ pc + Abacaxi ½ pc)	* Pão Integral com Carne moída refogada (Acém ½ pc) Suco de Melão (Fruta ½ pc) Maçã	Cuscuz *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)	* Pão Integral com Carne moída cozida (Acém ½ pc) Vitamina de Banana (Leite, Fruta ½ pc)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Polenta cozida com Filé de Tilápia desfiado (EF/EM) ou Atum ralado (Pré/EE) ao molho (Extrato de tomate, Fubá ½ pc) *Arroz integral cozido Batata doce com casca corada Pepino com casca em cubos *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Pernil Suíno refogado *Macarrão Integral ao alho e óleo com Espinafre Feijão cozido Tomate picado *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozida com Inhame *Macarrão Integral cozido com Salsa picada Feijão cozido Acelga picada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Vagem *Macarrão Integral cozido com Colorau Feijão cozido Tomate picado com Manjericão *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Filé de Tilápia ao molho (Leite de coco, Pimentão) *Arroz integral cozido com Brócolis Feijão preto cozido Batata inglesa corada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Banana ^R	Melão	Abacaxi	Frutas picadas (Banana ½ pc + Mamão ½ pc)	Mamão
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	*Macarrão Integral cozido com Coxa e sobrecoxa de Frango (Polpa de tomate) Repolho verde ralado *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Canja de Frango com Milho em pouch e Cenoura (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango) *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Filé de Tilápia assada com Banana *Arroz integralcozido Feijão cozido Repolho verde em tiras *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) *Arroz integralcozido Brócolis ao molho branco (Amido, Leite ½ pc) *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango) Alface em tiras com Tomate em rodelas e Manjericão *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva

Observação: Reservar 1 pc de banana, 1 pc de repolho verde, 1 pc cenoura,1 pc de abóbora, a próxima para segunda-feira.

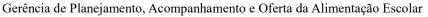
Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Gama: brócolis (substituto: cenoura), inhame (substituto: batata doce), repolho verde, cebolinha, coentro, salsa, acelga, espinafre, vagem e alface. Samambaia: alface (substituto: couve), manjericão. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

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 - 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024DIABETES MELLITUS

		04 Refeições: Pré-esc	colar, Ensino Fundamental, Ensino N	Aédio	
3ª Semana	Segunda-feira 30/09	Terça-feira 01/10	Quarta-feira 02/10	Quinta-feira 03/10	Sexta-feira 04/10
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos com Manteiga ^R Leite	Canjica (Leite, Canela) Frutas picadas *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos (Mamão ½ pc +Melão ½ pc)	* Pão Integral com Pernil ½ pc cozido e desfiado Suco de Abacaxi com talos de Couve (Fruta ½ pc) Maçã	Cuscuz *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos com Pernil ½ pc refogado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) Melancia	*Pão Integral com Carne moída cozida (Acém ½ pc) Vitamina de Banana (Leite, Fruta ½ pc)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Carne moída ao molho (Acém, Polpa de tomate, Milho em pouch) Cenoura cozida a vapor Repolho verde picado *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Filé de Tilápia ao molho (Pimentão, Leite de coco, Tomate) *Arroz integral cozido Feijão preto cozido Pirão de Peixe ou Frango (Caldo, Farinha de mandioca) Couve refogada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas *Macarrão Integral cozido com Cenoura ralada Feijão cozido Batata doce com casca cozida a vapor *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango refogado *Macarrão Integral ao alho, óleo e Colorau Feijão cozido Beterraba cozida Repolho verde ralado *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Bobó de Filé de Tilápia com Abóbora *Arroz integral cozido Feijão cozido Pepino com casca em fatias *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Banana ^R	Abacaxi	Banana assada com Canela	Frutas picadas (Banana ½ pc + Mamão½ pc)	Melão
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango refogadas (Colorau) Purê de Abóbora *Arroz integralcozido *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Galinhada com Cenoura (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango) *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Filé de Tilápia cozido (Colorau) *Arroz integral cozido Abóbora refogada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Sopa de Macarrão com Feijão e Frango (*Macarrão Integral, Feijão, Coxa e sobrecoxa de Frango, Couve) *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas *Arroz integral cozido Salada de Repolho roxo ralado com Milho em pouch *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva

Observação: Reservar 1 pc de abacaxi, 1 pc de abóbora, 1 pc de couve congelada, 1 pc de tomate e 1 pc de repolho verdepara 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: Gama: repolho verde (substituto: repolho roxo), tomate (substituto: abóbora), cebolinha, coentro, salsa e couve. Recanto das Emas: repolho roxo. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

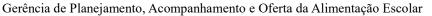
Responsável Técnico



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 – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024DIABETES MELLITUS

		04 Refeições: Pré-es	colar, Ensino Fundamental, Ensino Méd	lio	
4ª Semana	Segunda-feira 07/10	Terça-feira 08/10	Quarta-feira 09/10	Quinta-feira 10/10	Sexta-feira 11/10
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos Leite	Frutas picadas *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos com Leite em pó ½ pc (Mamão, Maçã ½ pc e Banana ½ pc)	* Pão Integral com Pernil ½ pc cozido e desfiado Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc)	Cuscuz *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) Melão	* Pão Integral com Peito de Frango em pouch½ pc cozido Vitamina de Banana (Leite, Fruta ½ pc)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Filé de Tilápia ao molho (Extrato de tomate, Pimentão) *Arroz integral cozido Polenta com Couve (Caldo de Peixe, Fubá ½ pc) Abóbora refogada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Salsa e Colorau *Macarrão Integral cozido com Salsa Feijão cozido Salada de Repolho verde picado com Cenoura crua ralada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e Sobrecoxa de Frango cozidas *Macarrão Integral cozido com Colorau Feijão cozido Chuchu refogado Beterraba crua ralada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata inglesa *Macarrão Integral ao alho e óleo com Couve Feijão cozido *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Filé de Tilápia ao molho (Tomate, Pimentão e Leite de coco) *Arroz integral cozido Feijão preto cozido Pirão de peixe (Caldo de Peixe, Farinha de mandioca) *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Abacaxi ^R	Melão	Banana	Banana	Abacaxi
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Carne moída refogada (Acém, Colorau) *Arroz integralcozido Salada de Repolho verde com Tomate *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Canja (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango, Milho em pouch, Couve) *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Bobó de Filé de Tilápia com Abóbora *Arroz integral cozido *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Pernil Suíno refogado *Arroz integral cozido Tutu de feijão (Farinha de mandioca) Salada de Pepinoem rodelas com Hortelã Abacaxi *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e Sobrecoxa de Frango assadas *Macarrão Integralao molho branco (Amido, Leite ½ pc) Batata doce com casca corada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva

Observação: Reservar 1 pcde batata doce, 1 pc de pepino, 1 pcde repolho verde e 1 pc debeterrabapara a próxima quarta-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: Gama: tomate (substituto: abóbora), repolho verde (substituto: repolho roxo). As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

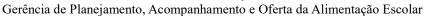
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais

Diretoria de Alimentação Escolar





PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024DIABETES MELLITUS 04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, Ensino Médio Quarta-feira 16/10 Segunda-feira 14/10 Terca-feira 15/10 Quinta-feira 17/10 Sexta-feira 18/10 5^a Semana Mingau Cuscuz *adicionar 1 col. de sopa **DESJEJUM** (Leite, Amido, Canela) Cuscuz *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos com Horário: Frutas picadas *adicionar 1 col. de rasa de Aveia em Flocos Manteiga^R sopa rasa de Aveia em Flocos 8h e 9h. Leite Suco de Abacaxi (Abacaxi ½ pc + Maçã ½ pc) (Fruta ½ pc) Filé de Tilápia ao molho Coxa e sobrecoxa de Frango (Extrato de tomate) Galinhada com Milho assadas com Batata doce *Arroz integral cozido (*Arroz integral. Coxa e sobrecoxa **ALMOÇO** *Macarrão Integral ao molho Feijão preto cozido de Frango, Milho em pouch) Horário: branco (Amido, Leite ¹/₃ pc) Purê de abóbora Feijão cozido 11:30 e Batata doce assada Repolho verde ralado Beterraba cozida Pepino em rodelas 12:30. Couve picada *adicionar 1 colher de chá de *adicionar 1 colher de chá de azeite RECESSO ESCOLAR DIA DO PROFESSOR *adicionar 1 colher de chá de azeite azeite de oliva de oliva de oliva LANCHE Cuscuz com Manteiga R Frutas picadas com Canela Horário: Leite caramelizado Melão (Abacaxi ½ pc + Maçã ½ pc) (Leite, Acúcar) 14h e 14:30. Coxa e sobrecoxa de Frango Filé de Tilápia assado Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas refogada *Arroz integralcozidocom Milho em *Arroz integralcozido com Cenoura **JANTAR** *Macarrão Integralao molho Couve refogada pouch Horário: (Polpa de tomate) Beterraba cozida *adicionar 1 colher de chá de azeite 15:30 e Abóbora cozida Repolho verde ralado de oliva *adicionar 1 colher de chá de 16:30. *adicionar 1 colher de chá de azeite azeite de oliva de oliva

Observação: Reservar 1 pc de Maçã, 1 pc de cenoura, 1 pc de chuchu e 1 pc de repolho roxo para a próxima segunda-feira.

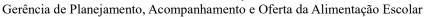
Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues; Gama: cebolinha, coentro, salsa e couve. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

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 - 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024DIABETES MELLITUS

		04 Refeições: Pré-esc	colar, Ensino Fundamental, Ensino	Médio	
6ª Semana	Segunda-feira 21/10	Terça-feira 22/10	Quarta-feira 23/10	Quinta-feira 24/10	Sexta-feira 25/10
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos com Manteiga ^R Leite	Canjica (Leite, Canela) Frutas picadas (Maçã ½ pc + Mamão ½ pc) *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos	*Pão Integral com Peito de Frango em pouch½ pc refogado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) Frutas picadas (Mamão ½ pc + Banana ½ pc) *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos	Cuscuz *adicionar 1 col. de sopa rasa de Aveia em Flocos com Peito de Frango em pouch½ pc refogado Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc)	* Pão Integral com Carne moída refogada (Acém ½ pc) Vitamina de Banana (Leite, Fruta ½ pc) Melão picado
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango ^R refogadas * Macarrão Integral cozido com Colorau Chuchu e Cenoura cozidos a vapor * adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Filé de Tilápia ao molho (Pimentão, Leite de coco, Tomate) *Arroz integral cozido Feijão preto cozido Pirão de Peixe ou Frango (Caldo, Farinha de mandioca) *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Galinhada com Cenoura (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango, Cenoura) Feijão cozido Batata inglesa corada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Carne moída refogada com Milho em pouch (Acém) *Arroz integral cozido Feijão cozido Beterraba cozida Pepino em rodelas *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Bobó de Filé de Tilápia cozido com Abóbora *Arroz integral cozido Feijão cozido Chuchu refogado *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Maçã ^R	Melancia	Melão	Maçã	Abacaxi
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Filé de Tilápia ao molho (Polpa de tomate,Amido) *Arroz integralcozido Repolho roxo refogado *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango refogadas (Colorau) *Arroz integralcozido Feijão preto cozido Cenoura crua ralada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce *Macarrão Integralao molho branco (Amido, Leite ½ pc) *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango refogadas (Colorau) *Arroz integralcozido Repolho verde ralado Banana *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Canja com Couve (* Arroz integral , Coxa e sobrecoxa de Frango) * adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva

Reservar 1pc de melancia, 1 pc de cenoura e 1 pc de repolho roxo, 1 pc de pepino e 1 pc de abóbora para a próxima segunda-feira.

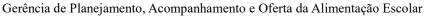
Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Gama: cebolinha, coentro, salsa, manjericão, hortelã e couve. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

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 – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024DIABETES MELLITUS

04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, Ensino Médio										
7ª Semana	Segunda-feira 28/10	Terça-feira 29/10	Quarta-feira 30/10	Quinta-feira 31/10	Sexta-feira 01/11					
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz *adicionar 1 col. De sopa rasa de Aveia em Flocos Leite	Frutas picadas (Mamão, Maçã ½ pc, Abacaxi ½ pc) Leite em pó ½ pc *adicionar 1 col. De sopa rasa de Aveia em Flocos	* Pão Integral com Pernil ½ pc cozido e desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) Melão	Cuscuz *adicionar 1 col. De sopa rasa de Aveia em Flocos com Pernil ½ pc cozido e desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)	* Pão Integral com Peito de Frango em pouch½ pc refogado Vitamina de Banana (Leite, Fruta)					
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Filé de Tilápia assado *Arroz integral cozido com Cenoura Creme de Milho (Amido, Leite ½ pc Milho cozido em pouch) Repolho roxo ralado *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Carne moída cozida (Acém, Colorau) *Macarrão Integral ao alho e óleo Feijão cozido Batata doce corada Pepino em rodelas *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura *Macarrão Integral cozido (Colorau) Feijão cozido Repolho verde ralado *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango refogadas *Macarrão Integral ao molho (Polpa de tomate) Feijão cozido Chuchu cozido a vapor Beterraba ralada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Filé de Tilápia cozido Polenta (Fubá ½ pc) *Arroz integral cozido Feijão preto cozido Abóbora refogada Couve picada *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva					
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Melancia ^R	Maçã	Banana	Mamão	Frutas picadas (Melão ½ pc + Abacaxi ½ pc)					
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Abóbora *Macarrão Integralao molho (Extrato de tomate) Pepino em rodelas *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) *Arroz integralcozido Feijão cozido Beterraba cozida *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Bobó de Filé de Tilápia ^R com Abóbora * Arroz integral cozido Pepino em rodelas * adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas *Arroz integralcozido Creme de milho (Milho cozido, Amido, Leite 1/3 pc) Repolho verde picado *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva	Galinhada com Cenoura (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango) *adicionar 1 colher de chá de azeite de oliva					

Observação: Reservar 1 pc de banana, 1 pc de abóbora, 1 pc de couve congelada 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: Gama: cebolinha, coentro, salsa, manjericão, couve e pepino. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação

Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais Diretoria de Alimentação Escolar Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar



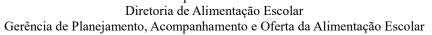
CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 04 REFEIÇÕES - DIABETES MELLITUS												
	Etapa de Ensino	no Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)		
1º Semana				g	%	g	%	g	%	g		
Composição nutricional (Média semanal)	PE	4- 5 anos	908,23	130,41	52%	42,05	17%	24,02	24%	15,05		
(ivicula semanar)	EF 01	6- 10 anos	994,39	135,14	49%	50,98	18%	26,87	24%	15,89		
	EF 02	11-15 anos	1077,10	143,50	48%	57,01	19%	28,80	24%	17,33		
	EM	16-18 anos	1077,10	143,50	48%	57,01	19%	28,80	24%	17,33		
	Etapa de Ensino - Faixa Etária		Energia (Kcal)		Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)			
2ª Semana Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	g		
(Média semanal)	PE	4- 5 anos	934,98	140,30	54%	42,31	16%	22,82	22%	15,52		
(1/12/3/14/5/1/14/1/1/1/1/1/1/1/1/1/1/1/1/1/1/1	EF 01	6- 10 anos	1032,37	147,44	51%	51,42	18%	25,80	22%	16,51		
	EF 02	11-15 anos	1129,67	159,09	51%	57,64	18%	27,85	22%	18,17		
	EM	16-18 anos	1129,67	159,09	51%	57,64	18%	27,85	22%	18,17		
	Etapa de Ensino	oa de Ensino - Faixa Etária		Faixa Etária Energia (Kcal)		Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
3ª Semana				g	%	g	%	g	%	g		
Composição nutricional (Média semanal)	PE	4- 5 anos	938,72	138,18	53%	41,73	16%	25,00	24%	15,58		
(1/12/3/14/5/1/14/1/1/1/)	EF 01	6- 10 anos	1027,45	143,78	50%	50,78	18%	27,70	24%	16,48		
	EF 02	11-15 anos	1111,56	153,91	50%	56,52	18%	29,15	24%	18,05		
	EM	16-18 anos	1111,56	153,91	50%	56,52	18%	29,15	24%	18,05		
	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)		Carboidrato (55% do VET)		(1/5% do VE)		ET ≤ 15 anos;	Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos;) 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
4ª Semana Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	g		
(Média semanal)	PE	4- 5 anos	937,27	141,89	55%	42,46	16%	23,72	23%	15,68		
(EF 01	6- 10 anos	1025,83	148,16	52%	51,65	18%	26,19	23%	16,60		
	EF 02	11-15 anos	1106,86	158,06	51%	57,40	19%	27,48	22%	18,13		
	EM	16-18 anos	1106,86	158,06	51%	57,40	19%	27,48	22%	18,13		

Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação

Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais





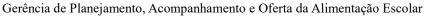
	Etapa de Ensino	Faixa Etária Energia (Kca		Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
5ª Semana				g	%	g	%	g	%	g
Composição nutricional (Média semanal)	PE	4- 5 anos	989,04	140,87	51%	39,84	15%	29,95	27%	13,29
(**************************************	EF 01	6- 10 anos	1077,59	147,16	49%	48,00	16%	32,60	27%	14,07
	EF 02	11-15 anos	1179,50	161,32	49%	53,99	16%	34,43	26%	15,59
	EM	16-18 anos	1179,50	161,32	49%	53,99	16%	34,43	26%	15,59
	Etapa de Ensino Faixa Etária		Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
6ª Semana Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	g
(Média semanal)	PE	4- 5 anos	960,58	140,32	53%	41,72	16%	27,20	25%	15,56
(,	EF 01	6- 10 anos	1048,64	145,93	50%	50,58	17%	29,90	26%	16,46
	EF 02	11-15 anos	1133,13	156,07	50%	56,57	18%	31,67	25%	18,03
	EM	16-18 anos	1133,13	156,07	50%	56,57	18%	31,67	25%	18,03
	Etapa de Ensino	pa de Ensino Faixa Etária Energia (Kcal)		Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
7ª Semana				g	%	g	%	g	%	g
Composição nutricional (Média semanal)	PE	4- 5 anos	908,49	133,12	53%	41,82	17%	23,54	23%	15,06
()	EF 01	6- 10 anos	1002,42	139,67	50%	51,11	18%	26,31	24%	16,15
	EF 02	11-15 anos	1087,39	149,71	50%	57,27	19%	28,10	23%	17,76
	EM	16-18 anos	1087.39	149,71	50%	57.27	19%	28,10	23%	17,76

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 - 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 16/09 a 01/11 PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 02/12

/04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, 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 pãoutilizar ½ pc de sal e 1pc 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 armazenas sob congelamento.
- R: Atenção paras as reservas de Queijo mussarela e Manteiga. O gênero poderá chegar 01 semana ou quinze dias antes do consumo, de acordo com o PDGP. Após aberto, o queijo tem validade de 15 dias.
- 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