

Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais

Diretoria de Alimentação Escolar

Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar



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

# CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3º DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

01 Refeição - TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

1ª Semana	Segunda-feira 27/05	Terça-feira 28/05	Quarta-feira 29/05	Quinta-feira 30/05	Sexta-feira 31/05
Horários  Matutino: 9h e 9:30.  Vespertino: 15:30 e 16h.  Noturno: 19h e 19:30.	Ovos mexidos  *Arroz integral cozido Farofa de Cenoura (Farinha de mandioca) Repolho roxo cru picado  *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Cuscuz com Ovos mexidos  * adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) Frutas picadas (Maçã ½ pc + Melão ½ pc)	Macarronada com Atum em pouch (*Macarrão integral, Extrato de tomate) Feijão cozido Salada de Couve crua picada e Pepino fatiado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	FERIADO (CORPUS CHRISTI)	DIA LETIVO MÓVEL

Observação: Reservar 1 pc de Beterraba, 1 pc de Repolho verde refrigerado para a próxima segunda-feira.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Ceilândia: repolho. Sobradinho: pepino.

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% 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)
			g	%	g	%	g	%	g
PE	4-5 anos	247,63	35,38	51%	9,30	14%	7,06	26%	3,70
EF 01	6- 10 anos	272,41	40,38	53%	10,12	13%	9,09	30%	4,16
EF 02	11-15 anos	300,68	46,22	55%	10,89	13%	9,17	27%	4,66
EM	16-18 anos	300,68	46,22	55%	10,89	13%	9,17	27%	4,66
EJA 01	19-30 anos	300,68	46,22	55%	10,89	13%	9,17	27%	4,66
EJA 02	31-60 anos	300,68	46,22	55%	10,89	13%	9,17	27%	4,66
	PE EF 01 EF 02 EM EJA 01 EJA 02	PE 4-5 anos EF 01 6- 10 anos EF 02 11-15 anos EM 16-18 anos EJA 01 19-30 anos EJA 02 31-60 anos	PE       4-5 anos       247,63         EF 01       6- 10 anos       272,41         EF 02       11-15 anos       300,68         EM       16-18 anos       300,68         EJA 01       19-30 anos       300,68         EJA 02       31-60 anos       300,68	Etapa de Ensino         Faixa Etária         Energia (Kcal)         (55% december 1)           PE         4-5 anos         247,63         35,38           EF 01         6- 10 anos         272,41         40,38           EF 02         11-15 anos         300,68         46,22           EM         16-18 anos         300,68         46,22           EJA 01         19-30 anos         300,68         46,22           EJA 02         31-60 anos         300,68         46,22	Etapa de Ensino         Faixa Etária         Energia (Kcal)         (55% do VET)           g         %           PE         4-5 anos         247,63         35,38         51%           EF 01         6- 10 anos         272,41         40,38         53%           EF 02         11-15 anos         300,68         46,22         55%           EM         16-18 anos         300,68         46,22         55%           EJA 01         19-30 anos         300,68         46,22         55%           EJA 02         31-60 anos         300,68         46,22         55%	Etapa de Ensino         Faixa Etária         Energia (Kcal)         Carboidrato (55% do VET)         (17,5% do VI 10 a 15% do V	Etapa de Ensino         Faixa Etária         Energia (Kcal)         Carboidrato (55% do VET)         (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≤ 16 anos)           PE         4-5 anos         247,63         35,38         51%         9,30         14%           EF 01         6- 10 anos         272,41         40,38         53%         10,12         13%           EF 02         11-15 anos         300,68         46,22         55%         10,89         13%           EM         16-18 anos         300,68         46,22         55%         10,89         13%           EJA 01         19-30 anos         300,68         46,22         55%         10,89         13%           EJA 02         31-60 anos         300,68         46,22         55%         10,89         13%	Etapa de Ensino         Faixa Etária         Energia (Kcal)         Carboldrato (55% do VET)         (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≤ 16 anos)         (32,5% do VET)         27,5% do VET         216 anos)         (32,5% do VET)         27,5% do VET         216 anos)         27,5% do VET         27,5% do VET         216 anos)         27,5% do VET         29,09         20,000         20,	Etapa de Ensino         Faixa Etária         Energia (Kcal)         Carboldrato (55% do VET)         (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≤ 16 anos)         (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≤ 16 anos)           PE         4-5 anos         247,63         35,38         51%         9,30         14%         7,06         26%           EF 01         6- 10 anos         272,41         40,38         53%         10,12         13%         9,09         30%           EF 02         11-15 anos         300,68         46,22         55%         10,89         13%         9,17         27%           EM         16-18 anos         300,68         46,22         55%         10,89         13%         9,17         27%           EJA 01         19-30 anos         300,68         46,22         55%         10,89         13%         9,17         27%

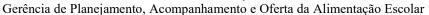
VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base no Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com Necessidades Alimentares Especiais, FNDE (2016).

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 – 3º DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

01 Refeição - TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

	2ª Semana	Segunda-feira 03/06	Terça-feira 04/06	Quarta-feira 05/06	Quinta-feira 06/06	Sexta-feira 07/06
LANCHE	Horários <b>Matutino:</b> 9h e 9:30. <b>Vespertino:</b> 15:30 e 16h. <b>Noturno:</b> 19h e 19:30.	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Beterraba refogada Repolho verde cru picado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Polenta com Pernil Suíno desfiado e refogado ½ pc (Fubá, Colorau) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Banana	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho com Batata doce (Pimentão, Amido) *Macarrão integral ao alho e óleo Salada de Acelga com Tomate picado e Limão *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	*Pão integral com Pernil Suíno ½ pc refogado Suco verde (Abacaxi ½ pc, Hortelã, Limão, talos da Couve) + Tangerina	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas *Macarrão integral ao molho (Extrato de tomate) Feijão tropeiro (Couve, Farinha de mandioca) Beterraba crua ralada *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva

Observação: Reservar 1 pc de Abóbora e 1 pc de Pepino refrigerado 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: Ceilândia: tangerina (substituto: melão), cebolinha, coentro, salsa, acelga, pimentão, Hortelã. Taguatinga: tangerina (substituto: melão), cebolinha, coentro, banana prata (substituto: melão). Sobradinho: tangerina (substituto: melão), cebolinha, coentro, salsa, pepino, acelga, hortelã, limão, pimentão e tomate. Brazlândia, , Núcleo Bandeirante e Plano Piloto: tangerina (substituto: melão). Guará: tangerina (substituto: melão), hortelã.

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

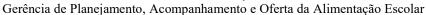
	Etapa de Ensino Faixa Etária F	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)	
2ª Semana				g	%	g	%	g	%	g
Composição nutricional	PE	4-5 anos	267,65	40,17	54%	11,25	15%	5,92	20%	4,23
(Média semanal)	EF 01	6- 10 anos	304,58	43,96	52%	13,72	16%	8,13	24%	4,55
	EF 02	11-15 anos	336,92	46,78	50%	16,03	17%	9,13	24%	4,79
	EM	16-18 anos	336,92	46,78	50%	16,03	17%	9,13	24%	4,79
	EJA 01	19-30 anos	336,92	46,78	50%	16,03	17%	9,13	24%	4,79
	EJA 02	31-60 anos	336,92	46,78	50%	16,03	17%	9,13	24%	4,79
VET: Valor Energético Total. Valores	s semanais de referênc	ia com base no Cade	no de Referência so	obre Alimentaçã	io Escolar para I	Estudantes com No	ecessidades Alime	ntares Especiais,	FNDE (2016).	

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 – 3º DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

01 Refeição - TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

	3ª Semana	Segunda-feira 10/06	Terça-feira 11/06	Quarta-feira 12/06	Quinta-feira 13/06	Sexta-feira 14/06
LANCHE	Horários <b>Matutino:</b> 9h e 9:30. <b>Vespertino:</b> 15:30 e 16h. <b>Noturno:</b> 19h e 19:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Abóbora *Macarrão integral refogado com Açafrão Pepino com casca fatiado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Suco de Abacaxi com Limão	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Amido, Colorau) *Macarrão integral ao alho e óleo com Brócolis Alface crua picada temperada com Limão *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	(Maça ½ pc + Mamão ½ pc)	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Atum pouch(Pré/EE) ao molho com Cenoura (Extrato de tomate) Baião de dois (*Arroz integral, Feijão) Couve refogada *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva

Observação: Reservar 1 pc de Tomate e 1 pc de Repolho verde refrigerado (Regular) 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: Ceilândia: tangerina (substituto: melão), cebolinha, coentro, salsa, repolho, alface, brócolis. Taguatinga: tangerina (substituto: abacaxi), cebolinha, coentro, alface, cenoura. Sobradinho: cebolinha, coentro, salsa, alface, brócolis, limão e tomate. Brazlândia, Guará, Núcleo Bandeirante e Plano Piloto: tangerina (substituto: abacaxi).

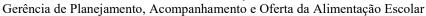
As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

3 <sup>a</sup> Semana	Etapa de Ensino Faixa Etária		ária Energia (Kcal)			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	PE	4-5 anos	257,72	33,62	47%	12,01	17%	7,52	26%	4,20
(Média semanal)	EF 01	6- 10 anos	286,49	36,91	46%	13,93	18%	9,30	29%	4,55
(Media semanai)	EF 02	11-15 anos	318,75	41,05	46%	15,83	18%	9,90	28%	4,93
	EM	16-18 anos	318,75	41,05	46%	15,83	18%	9,90	28%	4,93
	EJA 01	19-30 anos	318,75	41,05	46%	15,83	18%	9,90	28%	4,93
	EJA 02	31-60 anos	318,75	41,05	46%	15,83	18%	9,90	28%	4,93
VET: Valor Energético Total, Valore	es semanais de referên	cia com base no Cad	erno de Referência	sobre Alimenta	ção Escolar par	a Estudantes com	Necessidades Ali	mentares Especia	ais. FNDE (2010	6).



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 – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

01 Refeição - TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

	4ª Semana	Segunda-feira 17/06	Terça-feira 18/06	Quarta-feira 19/06	Quinta-feira 20/06	Sexta-feira 21/06
LANCHE	Horários Matutino: 9h e 9:30. Vespertino: 15:30 e 16h. Noturno: 19h e 19:30.	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Salada de Repolho verde cru picado com Tomate fatiado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Cuscuz  * adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia  * 1 colher de café de azeite de oliva com Pernil Suíno ½ pc refogado Suco de Morango(Fruta)  + Frutas picadas (Mamão ½ pc + Melão ½ pc)	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Batata doce (Colorau, Pimentão, Amido) *Macarrão integral ao molho (Extrato de tomate) Salada de Acelga crua picada e Tomate fatiado temperada com Limão *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	* <b>Pão integral</b> com Pernil Suíno ½ pc refogado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Banana	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango, Tomate e Manjericão (*Macarrão integral) Feijão cozido Farofa de Couve (Farinha de mandioca) *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva

Observação: Reservar 1 pc de Abóbora e 1 pc de Repolho verde refrigerado (Regular) 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: Ceilândia: cebolinha, coentro, salsa, pimentão, repolho, acelga, manjericão. Taguatinga: banana (substituto: abacaxi), cebolinha, coentro. Sobradinho: cebolinha, coentro, salsa, acelga, tomate, pimentão, limão, manjericão.

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

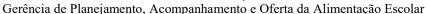
	Etapa de Ensino Faixa Etária E		Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
4ª Semana				g	%	g	%	g	%	g
Composição nutricional	PE	4-5 anos	276,23	39,90	52%	10,84	14%	7,01	23%	4,33
(Média semanal)	EF 01	6- 10 anos	308,24	42,90	50%	13,07	15%	9,91	29%	4,61
	EF 02	11-15 anos	342,34	46,40	49%	15,28	16%	10,83	28%	4,91
	EM	16-18 anos	342,34	46,40	49%	15,28	16%	10,83	28%	4,91
	EJA 01	19-30 anos	342,34	46,40	49%	15,28	16%	10,83	28%	4,91
	EJA 02	31-60 anos	342,34	46,40	49%	15,28	16%	10,83	28%	4,91
VET: Valor Energético Total Valore	es semanais de referên	cia com base no Cade	rno de Referência s	sobre Alimentac	ão Escolar para	Estudantes com N	Jecessidades Alim	entares Especiais	s FNDF (2016)	

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 – 3º DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

01 Refeição - TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

ш			01 Reiei	ção TORITO REGUERIR. TTC CSCO.	iai, Ensino Especiai, Ensino i unuam	circuit, Elisino ivicalo e Esti	
		5ª Semana	Segunda-feira 24/06	Terça-feira 25/06	Quarta-feira 26/06	Quinta-feira 27/06	Sexta-feira 28/06
	LANCHE	Horários Matutino: 9h e 9:30. Vespertino: 15:30 e 16h. Noturno: 19h e 19:30.	Macarronada com Carne moída (* <b>Macarrão integral,</b> Acém, Extrato de tomate) Abóbora refogada Repolho verde cru picado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Polenta com Pernil Suíno ½ pc ao molho (Fubá, Colorau, Limão) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)+ Frutas picadas (Banana ½ pc + Maçã ½ pc)	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Açafrão, Pimentão) *Macarrão integral ao alho e óleo Salada de Brócolis cozido a vapor com Cenoura cozida *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	pc refogada (Acém) Suco de Morango (Fruta) Frutas picadas	Bobó de Filé de Tilápia (EF/EM)ou Atum pouch(Pré/EE) com Abóbora *Arroz integral cozido com Colorau Feijão cozido Alface picada *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva
- 1					ue onva		ue onva

Observação: Reservar 1pc de Repolho verde e 1 pc de Tomate refrigerados 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: Ceilândia: cebolinha, coentro, salsa, alface, pimentão, repolho, brócolis, limão.

Taguatinga: cebolinha, coentro, cenoura. Sobradinho: cebolinha, coentro, salsa, alface, pimentão, brócolis, limão, tomate.

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

Cardápio sujeito a alterações.

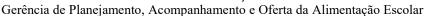
	Etapa de Ensino	e Ensino Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
5 <sup>a</sup> Semana				g	%	g	%	g	%	g
Composição nutricional	PE	4-5 anos	257,22	39,47	55%	11,84	17%	5,35	19%	4,43
(Média semanal)	EF 01	6- 10 anos	286,62	42,92	54%	14,09	18%	7,15	22%	4,74
	EF 02	11-15 anos	312,85	45,74	53%	16,19	19%	7,74	22%	4,99
	EM	16-18 anos	312,85	45,74	53%	16,19	19%	7,74	22%	4,99
	EJA 01	19-30 anos	312,85	45,74	53%	16,19	19%	7,74	22%	4,99
	EJA 02	31-60 anos	312,85	45,74	53%	16,19	19%	7,74	22%	4,99
VET: Valor Energético Total. Valores	s semanais de referênc	ia com base no Cader	no de Referência so	bre Alimentaçã	o Escolar para E	Estudantes com Ne	cessidades Alimer	ntares Especiais,	FNDE (2016).	

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 – 3º DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

01 Refeição - TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

	6ª Semana	Segunda-feira 01/07	Terça-feira 02/07	Quarta-feira 03/07	Quinta-feira 04/07	Sexta-feira 05/07	
THUNKI	¥7	Macarronada com Carne moída (*Macarrão integral, Acém, Extrato de tomate) Salada de Repolho verde com Tomate fatiado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	refogado Suco de Abacaxi(Fruta ½ pc)	(Colorau)  *Macarrão integral ao alho e óleo	(Fruta ½ pc) + Frutas picadas	Coxa e sobrecoxa de Frango cozida com Abóbora *Macarrão integral refogado com Açafrão Feijão cozido Repolho verde cru picado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	

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: Ceilândia: cebolinha, coentro, salsa, repolho, hortelã. Taguatinga: cebolinha, coentro, cenoura. Sobradinho: cebolinha, coentro, salsa, hortelã.

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

Cardápio sujeito a alterações.

6ª Semana Composição nutricional	Etapa de Ensino Faixa Etária		ixa 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)
				g	%	g	%	g	%	g
	PE	4-5 anos	266,07	37,26	50%	11,55	16%	6,95	24%	4,12
(Média semanal)	EF 01	6- 10 anos	294,74	39,91	49%	13,83	17%	9,69	30%	4,39
	EF 02	11-15 anos	326,91	43,41	48%	16,09	18%	10,46	29%	4,69
	EM	16-18 anos	326,91	43,41	48%	16,09	18%	10,46	29%	4,69
	EJA 01	19-30 anos	326,91	43,41	48%	16,09	18%	10,46	29%	4,69
	EJA 02	31-60 anos	326,91	43,41	48%	16,09	18%	10,46	29%	4,69

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base no Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com Necessidades Alimentares Especiais, FNDE (2016).

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



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

# CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3º DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

01 Refeição - TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

7ª Semana Segunda-feira 08/07 Terça-feira 09/07 Quarta-feira 10/07 Com o intuito de adequar os estoques das Unidades E
Dia letivo móvel  Dia letivo móvel  Dia letivo móvel  Dia letivo móvel  evitar o acúmulo de gêneros alimentícios, assim como
Horários Matutino: 9h e 9:30. Vespertino: 15:30 e 16h. Noturno: 19h e 19:30.  Horários 19h e 19:30.  Horários Matutino: 15:30 e 16h. Noturno: 19h e 19:30.  Horários Macarrão integral ao molho (Extrato de tomate) **adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia ** 1 colher de café de azeite de oliva ** adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia ** 1 colher de café de azeite de oliva ** adicionar 1 colher de café de azeite de oliva ** adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia ** 1 colher de café de azeite de oliva ** adicionar 1 colher de café de azeite de oliva ** adicio

Observação: Utilizar a fruta em estoque ou fazer pedido extra na semana anterior.

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

Cardápio sujeito a alterações.

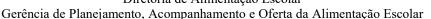
7ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%	g
	PE	4-5 anos	126,91	19,52	55%	5,27	15%	2,79	20%	2,04
	EF 01	6- 10 anos	143,47	22,17	56%	6,29	16%	4,12	26%	2,31
	EF 02	11-15 anos	135,84	22,15	59%	5,61	15%	3,55	23%	2,06
	EM	16-18 anos	135,84	22,15	59%	5,61	15%	3,55	23%	2,06
	EJA 01	19-30 anos	135,84	22,15	59%	5,61	15%	3,55	23%	2,06
	EJA 02	31-60 anos	135,84	22,15	59%	5,61	15%	3,55	23%	2,06

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base no Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com Necessidades Alimentares Especiais, FNDE (2016).



Secretaria de Apoio às Políticas 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 – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 27/05/2024 a 10/07/20224 PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 19/08/2024

01 Refeição - TURNO REGULAR: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA

## **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.
- **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 conforme planejamento do cardápio e de entregas.
- **R**: Reserva de Hortifrutis, <u>Carnes ou Ovos</u> de entregas mais distantes. Utilizar 1 pc por refeição.
- EXCEPCIONALMENTE durante o período de 08/07 a 10/07 por ser dia letivo móvel, essa Gerência sugeriu algumas preparações compostas com gêneros alimentícios não perecíveis e perecíveis estocados na unidade escolar. Caso a escola não tenha o gênero em estoque poderá realizar pedido extra de gêneros perecíveis para compor as refeições sugeridas.
- 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 leite e milho de canjica em estoque, deverá inserir no cardápio, evitando o armazenamento prolongado de milho de canjica no depósito.
- 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 <u>novas</u> 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