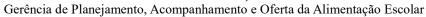


Secretaria de Estado de Educação Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais

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

Educação Integral: 04 Refeições -	 Escola Candanga-Pré-Escolar. 	Ensino Fundamental e Ensino Médio

1ª Semana	Segunda-feira 27/05	Terça-feira 28/05	Quarta-feira 29/05	Quinta-feira 30/05	Sexta-feira 31/05			
DESJEJUM Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REEIÇÕES)	Cuscuz com Ovos mexidos*adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva Suco de Abacaxi (R) (Fruta ½ pc)	*Biscoito integral Suco de Maracujá (Fruta) + Banana	Cuscuz com Ovos mexidos*adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos Suco de Maracujá (Fruta)	Q				
COLAÇÃO Horário: 9h e 9:30h	Banana ^(R)	Melão fatiado	Maçã					
ALMOÇO Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	Macarronada com Atum em pouch (*Macarrão integral,Colorau) Abóbora refogada Pepino fatiado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas *Macarrão integral ao alho e óleo Feijão cozido Couve refogada Tomate picado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Atum pouch(Pré/EE) ao molho (Extrato de tomate) *Arroz integral cozido Feijão cozido Pirão (Farinha de mandioca) Inhame corado Repolho verde cru picado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	FERIADO (CORPUS CHRISTI)	DIA LETIVO MÓVEL			
LANCHE Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	Ovos mexidos *Macarrão integral refogado com Açafrão Salada de Repolho roxo cru picado e Cenoura *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Cuscuz com Ovos mexidos *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos 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					

Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi, 1pc de Melão, 1 pc de Batata doce, 1 pc de Cenoura (Integral), 1pc de Beterraba e 1 pc de Repolho verde refrigerado (Regular) para a próxima segunda-feira. Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Taguatinga: cebolinha, coentro, banana prata (substituto: melão), cenoura e inhame. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico



Cardápio sujeito a alterações.

GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL

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 – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

Educação Integral: 04 Refeições - Escola Candanga- Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

2ª Semana	Segunda-feira 03/06	Terça-feira 04/06	Quarta-feira 05/06	Quinta-feira 06/06	Sexta-feira 07/06
DESJEJUM Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REEIÇÕES)	Cuscuz *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva Suco de Abacaxi ^(R) (Fruta ½ pc)	*Biscoito integral Suco de Maracujá (Fruta) + Banana	* Pão integral com Carne moída ½ pc refogada (Acém) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)	Cuscuz com Carne moída ½ pc refogada(Acém) *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos Suco de Maracujá (Fruta) + Banana	* Pão integral com Carne moída ½ pc refogada (Acém) Suco de Melão (Fruta ½ pc)
COLAÇÃO Horário: 9h e 9:30h	Melão fatiado ^(R)	Melancia fatiada	Tangerina	Banana	Tangerina
ALMOÇO Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce *Macarrão integral refogado com Colorau Salada de Cenoura cozida *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Carne moída refogada (Acém) *Macarrão integral refogado com Espinafre e Açafrão Feijão cozido Tomate fatiado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Macarronada com Pernil Suíno desfiado, Brócolis e Cenoura (*Macarrão integral) Feijão cozido Banana *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas (Limão) *Macarrão integral ao molho com Manjericão (Extrato de Tomate) Feijão cozido Couve refogada Pepino fatiado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Pimentão, Amido) *Arroz integral cozido Feijão cozido Abóbora refogada Alface picada temperada com Limão *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva
LANCHE Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Beterraba refogada Repolho verde cru picado	Polenta com Pernil Suíno desfiado e refogado ½ pc (Fubá, Colorau) *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva 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	*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

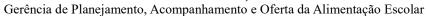
Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi, 1 pc de Batata inglesa, 1 pc de Repolho verde refrigerado (Integral), 1pc de Abóbora e 1 pc de Pepino refrigerado (Regular) para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Taguatinga: cebolinha, coentro, tangerina (substituto:1pcabacaxi e 2 pcmelão), banana prata (substituto: 2 pcmelão e 1 pcabacaxi), cenoura e alface. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

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 – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

	Educação Integral: 04 Refeições – Escola Candanga– Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio									
3ª Semana	Segunda-feira 10/06	Segunda-feira 10/06 Terça-feira 11/06 Quarta-feira 12/06		Quinta-feira 13/06	Sexta-feira 14/06					
DESJEJUM Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REEIÇÕES)	Cuscuz *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva Suco de Abacaxi ^(R) (Fruta ½ pc)	Frutas picadas (Abacate + Banana) *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos + Cacau em pó ½ pc	*Pão integral com Ovos mexidos Suco verde (Abacaxi ½ pc, Hortelã, Limão, talos da Couve)	Cuscuz *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva Suco de Maracujá (Fruta) Frutas picadas (Mamão ½ pc + Melão ½ pc)	* Pão integral com Ovos mexidos Suco de Morango (Fruta)					
COLAÇÃO Horário: 9h e 9:30h	Biscoito Amanteigado	Melancia fatiada	Mamão picado	Banana	Abacaxi picado					
ΑLΜΟÇΟ Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	Omelete de forno *Macarrão integral refogado com Colorau Batata inglesa corada (Colorau) Repolho verde em tiras *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Polenta (Fubá ½ pc, Caldo do Frango) *Macarrão integral ao alho e óleo Feijão cozido Couve refogada Tomate fatiado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango e Espinafre (*Macarrão integral, Açafrão) Feijão cozido Cenoura ralada refogada *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Bobó de Filé de Tilápia com Abóbora (Limão)(EF/EM) ou Bobó de Coxa e sobrecoxa de Frango desossada (Pré/EE) *Arroz integral cozido com Brócolis Feijão cozido *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau, Pimentão, Amido) *Macarrão integral ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Repolho verde em tiras Beterraba cozida *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva					
LANCHE Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Abóbora *Macarrão integral refogado com Açafrão Pepino com casca fatiado	colher de café de azeite de oliva Cuscuz com Ovos mexidos *adicionar 1 colher de sopa rasa cozidas com Abóbora *Macarrão integral refogado com Açafrão colher de café de azeite de oliva Cuscuz com Ovos mexidos *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos Suco de Abacaxi com Limão (Fruta ½ pc)		*Pão integral com Ovos mexidos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) Frutas picadas (Maça ½ pc + Mamão ½ pc)	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Carne moída (Acém) (Pré/EE) ao molho com Cenoura (Extrato de tomate) Baião de dois (*Arroz integral, Feijão) Couve refogada					

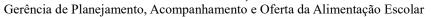
Observação: Reservar 1 pc de Tangerina, 1 pc de Maçã, 1 pc de Batata doce, 1 pc de Acelga refrigerada (Integral), 1pc de Tomate e 1 pc de Repolho verde refrigerado (Regular) para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Taguatinga: cebolinha, coentro, alface, cenoura, tangerina (substituto: abacaxi e banana nanica). 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

Subsecretaria de Apoio as Políticas Educación 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

Educação Integral: 04 Refeições – Escola Candanga– Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio								
4ª Semana	Segunda-feira 17/06 Terça-feira 18/06		Quarta-feira 19/06	Quinta-feira 20/06	Sexta-feira 21/06			
DESJEJUM Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REEIÇÕES)	Cuscuz *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva Suco de Tangerina ^(R) (Fruta)	*Biscoito integral Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Banana	* Pão integral com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Morango (Fruta ½ pc)	Cuscuz *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva Suco de Morango (Fruta)	* Pão integral com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)			
COLAÇÃO Horário: 9h e 9:30h	Maçã ^(R)	Melão fatiado	Banana	Mamão fatiado	Banana			
ALMOÇO Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce *Macarrão integral com Colorau Acelga crua picada *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Amido, Colorau) *Macarrão integral ao alho e óleo Feijão cozido com Abóbora Repolho roxo cru picado *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Iscas de Pernil Suíno aceboladas *Macarrão integral refogado com Açafrão Feijão tropeiro (Couve, Farinha de mandioca) Cenoura crua ralada *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango e Manjericão (*Macarrão integral, Extrato de tomate) Feijão cozido Salada de Alface picada, Pepino com casca em fatias temperada com Limão Tangerina *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Filé de Tilápia (EF/EM)ou Coxa e sobrecoxa de Frango (Pré/EE)assadas com Batata inglesa *Arroz integral cozido com Brócolis Feijão cozido *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva			
LANCHE Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Salada de Repolho verde cru picado com Tomate fatiado	Cuscuz com Pernil Suíno ½ pc refogado *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos 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	* Pão integral 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)			

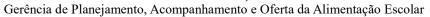
Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi, 1 pc de Maçã, 1 pc de Couve-flor refrigerada, 1 pc de Beterraba (Integral), 1pc de Abóbora e 1 pc de Repolho verde refrigerado (Regular) para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Taguatinga: banana prata (substituto: 1pcmelão e 2 pcabacaxi), tangerina (substituto: melão),cebolinha, coentro, cenoura, alface e 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 – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

Educação Integral: 04 Refeições – Escola Candanga–Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio									
5ª Semana	Segunda-feira 24/06 Terça-feira 25/06 Quarta-feira 26/06		Quinta-feira 27/06	Sexta-feira 28/06					
DESJEJUM Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REEIÇÕES)	Cuscuz *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva Suco de Abacaxi ^(R) (Fruta ½ pc)	Frutas picadas (Abacate + Mamão) *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos + Cacau em pó ½ pc	* Pão integral com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)	Cuscuz *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva Suco verde (Abacaxi ½ pc, Hortelã, Limão, talos da Couve) + Maçã	* Pão integral com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Morango (Fruta)				
COLAÇÃO Horário: 9h e 9:30h	Maçã	Morango	Melancia fatiada	Mamão fatiado	Banana				
ALMOÇO Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas *Macarrão integral refogado com Colorau e Couve-flor Beterraba refogada *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Sopa (*Macarrão integral, Acém moído, Feijão, Couve, Tomate, Colorau) Banana *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Carne moída ao molho (Acém, Extrato de tomate) *Macarrão integral ao alho e óleo Feijão cozido Batata doce com casca corada Acelga em tiras *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Filé de Tilápia (EF/EM) cozido (Colorau, Pimentão) ou Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Pré/EE) (Pimentão, Colorau) *Arroz integral cozido com Brócolis Feijão cozido Cenoura cozida a vapor *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Macarronada com Carne moída (*Macarrão integral, Acém, Colorau) Feijão cozido Salada de Repolho verde cru picado com Tomate picado e Limão *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva				
LANCHE Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	Macarronada com Carne moída (*Macarrão integral, Acém, Extrato de tomate) Abóbora refogada Repolho verde cru picado	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	*Pão integral com Carne moída ½ pc refogada (Acém) Suco de Morango (Fruta) Frutas picadas (Mamão ½ pc + Melão ½ pc)	Bobó de Filé de Tilápia (EF/EM)ou Atum pouch(Pré/EE) com Abóbora *Arroz integral cozido com Colorau Feijão cozido Alface picada				

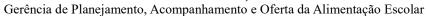
Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi, 1 pc de Melão, 1 pc Abóbora, 1 pc de Vagem refrigerada (Integral), 1pc de Repolho verde e 1 pc de Tomate refrigerados (Regular) para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Taguatinga: cebolinha, coentro, cenoura e vagem. 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 – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- DIABETES MELLITUS

Educação Integral: 04 Refeições – Escola Candanga–Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio								
6ª Semana	Segunda-feira 01/07 Terça-feira 02/07 Quart		Quarta-feira 03/07	Quinta-feira 04/07	Sexta-feira 05/07			
DESJEJUM Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REEIÇÕES)	Cuscuz *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva Suco de Abacaxi ^(R) (Fruta ½ pc)	*Biscoito integral Suco de Melão (Fruta ½ pc) + Banana	* Pão integral com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)	Cuscuz Suco de Melão (Fruta ½ pc) + Mamão fatiado *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	* Pão integral com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)			
COLAÇÃO Horário: 9h e 9:30h	Melão fatiado ^(R)	Maçã	Banana	Abacaxi picado	Melão fatiado			
ALMOÇO Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) *Macarrão integral ao alho e óleo Polenta (Fubá ½ pc, Caldo do Frango) Vagem refogada Abóbora cozida *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	cozidas (Colorau) carrão integral ao alho e óleo enta (Fubá ½ pc, Caldo do Frango) Vagem refogada Abóbora cozida ionar 1 colher de café de		Filé de Tilápia assado com Batata doce (EF/EM) ou Carne moída (Acém) refogada e Purê de Batata doce (Pré/EE) *Arroz integral cozido Feijão cozido com Abóbora *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Carne moída refogada com Cenoura ralada (Acém) *Macarrão integral ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Beterraba crua ralada *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva			
LANCHE Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	Macarronada com Carne moída (*Macarrão integral, Acém, Extrato de tomate) Salada de Repolho verde com Tomate fatiado	Macarronada com Carne moída (*Macarrão integral, Acém, Extrato de tomate) Salada de Repolho verde com Tomate fatiado Cuscuz com Pernil Suíno ½ pc refogado *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Frutas picadas (Mamão ½ pc + Melão ½ pc)		*Pão integral com Carne moída ½ pc refogada Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc) + Frutas picadas (Banana ½ pc + Maçã ½ pc)	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: As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. 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: Taguatinga: cebolinha, coentro, cenoura. 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



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

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

	Educação Integral: 04 Refeições – Escola Candanga–Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio								
7ª Semana	Segunda-feira 08/07 <mark>Dia letivo móvel</mark>	Terça-feira 09/07 <mark>Dia letivo móvel</mark>	Quarta-feira 10/07 <mark>Dia letivo móvel</mark>	Quinta-feira 11/07	Sexta-feira 12/07				
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cardápio proposto Cuscuz com carne disponível em estoque *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos Suco de fruta (R) (Fruta ½ pc)	* Biscoito integral Suco de fruta ^(R) (Fruta ½ pc)	Cuscuz com carne disponível em estoque *adicionar 1 colher de sopa rasa de aveia em flocos Suco de fruta (R) (Fruta ½ pc)	Com o intuito de adequar os estoques das Unidades Escolares, a fim de evitar o acúmulo de gêneros alimentícios, assim como possíveis perdas er virtude do término do 1º semestre letivo: início do					
COLAÇÃO Horário: 9h e 9:30h	Fruta ^(R)	Fruta ^(R)	Fruta ^(R)	virtude do término do 1º semestre letivo; início do recesso escolar; ocorrência das provas de final de bimestre, bem como diminuição significativa da					
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Carne disponível em estoque *Macarrão integral ao molho (Extrato de tomate) *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Carne disponível em estoque (Amido) *Macarrão integral ao alho e óleo Feijão cozido *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	Carne disponível em estoque *Macarrão integral ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva	frequência dos estudantes. Unidades Escolares junto a Nutricionistas lotado nas R adaptem os cardápios nesse disponibilidade de gêneros Importante salientar que, c identifique a necessidade de	egionais de Ensino, que período conforme em estoque. aso a Unidade Escolar				
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Carne disponível em estoque (Amido) * Macarrão integral ao molho (Extrato de tomate)	Cuscuz com carne disponível em estoque *adicionar 1 colher de café de azeite de oliva Suco de fruta ^(R) (Fruta ½ pc)	Sopa (Carne disponível em estoque Feijão, *Macarrão integral)	alimentação escolar, nesse contato com os Nutricionis solicitação de pedido extra alimentícios perecíveis, de	período, deverão entrar em tas da UNIAE para a				

Observação: Utilizar as frutas 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.

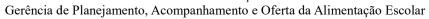
Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação

Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais

Diretoria de Alimentação Escolar





CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – CANDANGA - DIABETES MELLITUS												
1ª Semana	Etapa de Ensino - Faixa Etária		Energia (Kcal)		oidrato o VET)	Proteina (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)		
Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	g		
(Média semanal)	PE	4- 5 anos	855,96	130,47	55%	36,87	16%	24,80	25%	12,83		
	EF 01	6- 10 anos	764,83	109,25	51%	36,28	17%	23,59	28%	9,80		
	EM	16-18 anos	886,27	131,22	53%	41,55	17%	24,80	25%	11,19		
2ª Semana	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)		oidrato o VET)	Prote (17,5% do VE 10 a 15% do V)	T ≤ 15 anos;	(32,5% do V	oídio ET ≤ 15 anos; ET ≥ 16 anos)	Fibras (14g/1000kcal)		
Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	g		
(Média semanal)	PE	4- 5 anos	926,15	137,74	54%	40,01	16%	25,34	26%	15,11		
	EF 01	6- 10 anos	842,54	114,22	49%	41,51	18%	25,34	27%	11,85		
	EM	16-18 anos	957,09	129,77	49%	48,17	18%	27,72	26%	12,75		
3ª Semana	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Carboidrato $(17,5\% \text{ do VET} \le 15 \text{ anos};$ $(32.5\% \text{ do VET} < 15 \text{ a})$						ET ≤ 15 anos;	Fibras (14g/1000kcal)		
Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	g		
(Média semanal)	PE	4- 5 anos	954,42	139,61	53%	39,27	15%	30,33	29%	15,63		
	EF 01	6- 10 anos	824,72	109,55	48%	36,98	16%	30,33	29%	11,49		
	EM	16-18 anos	946,65	129,78	49%	42,47	16%	30,33	29%	12,57		
4ª Semana	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)		Carboidrato (55% do VET)				$T \le 15 \text{ anos};$	(32,5% do V	oídio ET ≤ 15 anos; ET ≥ 16 anos)	Fibras (14g/1000kcal)
Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	g		
(Média semanal)	PE	4- 5 anos	956,38	146,66	55%	38,47	14%	27,15	29%	15,90		
	EF 01	6- 10 anos	838,55	114,67	49%	38,27	16%	27,15	29%	11,64		
	EM	16-18 anos	957,65	131,14	49%	44,89	17%	29,63	28%	12,50		
5ª Semana Composição nutricional	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)		oidrato o VET)	Proto (17,5% do VE			oídio ET ≤ 15 anos;	Fibras (14g/1000kcal)		

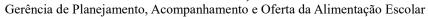
Responsável Técnico



Secretaria de Estado de Educação

Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais

Diretoria de Alimentação Escolar





(Média semanal)						10 a 15% do VET ≥ 16 anos		27,5% do VET ≥ 16 anos)				
				g	%	g	%	g	%	g		
	PE	4- 5 anos	882,26	133,04	54%	40,80	17%	22,97	28%	16,34		
	EF 01	6- 10 anos	747,51	100,57	48%	40,67	20%	22,97	28%	12,11		
	EM	16-18 anos	737,68	98,03	48%	44,64	22%	20,98	26%	11,66		
6ª Semana	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)		oidrato o VET)	Prote (17,5% do VE 10 a 15% do V	T ≤ 15 anos;	(32,5% do V	oídio ET ≤ 15 anos; ET ≥ 16 anos)	Fibras (14g/1000kcal)		
Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	g		
(Média semanal)	PE	4- 5 anos	908,92	134,82	53%	41,42	16%	22,97	28%	15,63		
	EF 01	6- 10 anos	755,63	96,88	46%	40,39	19%	24,17	29%	10,61		
	EM	16-18 anos	874,18	117,77	49%	41,31	17%	27,95	29%	10,24		
7ª Semana	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)				Prote (17,5% do VE 10 a 15% do V	T ≤ 15 anos;	(32,5% do V	oídio ET ≤ 15 anos; ET ≥ 16 anos)	Fibras (14g/1000kcal)
Composição nutricional				g	%	g	%	g	%	g		
(Média semanal)	PE	4- 5 anos	781,26	114,15	53%	38,54	18%	22,97	28%	7,22		
	EF 01	6- 10 anos	834,18	116,62	50%	46,29	20%	22,49	28%	7,25		
	EM	16-18 anos	940,45	133,01	51%	53,00	20%	23,74	29%	8,07		
VET: Valor Energético Total. Valo	ores semanais de referé	encia com base no	Caderno de Referê	ncia sobre Alimei	ntação Escolar pa	ra Estudantes con	n Necessidades A	dimentares Espe	ciais, FNDE (201	6).		



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 – 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

Educação Integral: 04 Refeições – Escola Candanga– Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

OBSERVAÇÕES GERAIS

- Conferir no PDGP (Plano de Distribuição de Gêneros Alimentícios Perecíveis) as quantidades e as datas de entrega dos alimentos, tendo em vista o cumprimento do cardápio proposto.
- Pc: Per capita
- Utilizar ½ pc de sal para fazer o cuscuz. E para frango/carne/ovo/pernil *in natura* como acompanhamento para o cuscuz 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 de entregas mais distantes</u>. <u>Utilizar 1 pc por refeição</u>.
- 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