CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de Brazlândia

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 20/05 até 08/07/2019
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 07/08/2019.

01 Refeição - Ensino Especial

1ª Semana	Segunda-feira 20/05	Terça-feira 21/05	Quarta-feira 22/05	Quinta-feira 23/05	Sexta-feira 24/05
Horário entre: **Matutino: 9h e 9h:30min.** **Vespertino: 15h:30min e 16h.**	Biscoito Amanteigado Composto lácteo- Café com leite	Galinhada com Couve (Arroz, Coxa e Sobrecoxa)	Pão com Peito de Frango refogado (½ pc) Suco verde (Abacaxi ½ pc, Açúcar, Limão, talos da Couve)	Sopa (Macarrão, Pernil Suíno IQF, Extrato de tomate, Beterraba - ½ pc e Cenoura - ½ pc) Tangerina	Filé de Mapará ao molho de tomate (Extrato de tomate, Pimentão) Arroz branco Purê de Batata doce

Observação: Cardápio sujeito a alterações.

Informação nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Fibras (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
	EE	268,31	11,18	6,81	41,21	1,95	80,48	23,84	0,71	342,16	0,69	108,30	28,08

- **Valores semanais de referência com base na Resolução nº 26/2013/FNDE.**

Responsável Técnico
Kelen Cristiane Gonçalves Pedrollo CRN1: 2102

Quadro Técnico - Gerência de Planejamento e Educação Alimentar
Angela Lucia da Rosa CRN1: 6305
Fernanda de Sá Fagundes CRN1: 5419
Leidiane Costa de Aguiar CRN1: 5930
Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710
Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334
Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de Brazlândia

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 20/05 até 08/07/2019
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 07/08/2019.

01 Refeição - Ensino Especial

2ª Semana	Segunda-feira 27/05	Terça-feira 28/05	Quarta-feira 29/05	Quinta-feira 30/05	Sexta-feira 31/05
Horário entre: **Matutino: 9h e 9h:30min.** **Vespertino: 15h:30min e 16h.**	Arroz com Pernil Suíno IQF Tutu de Feijão (Farinha de mandioca)	Canja (Arroz, Coxa e Sobrecoxa, Beterraba - ½ pc e Cenoura - ½ pc)	Biscoito Maisena Vitamina de Banana (Açúcar, Fruta ½ pc, Leite)	Macarronada com Peito de Frango e Brócolis (Extrato de tomate)	Bobó de Filé de Mapará com Abóbora Arroz branco Melão fatiado

Observação: Cardápio sujeito a alterações.

Informação nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Fibras (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
	EE	265,17	11,78	6,57	39,93	2,43	65,37	28,16	0,73	354,10	1,04	80,22	9,11

- **Valores semanais de referência com base na Resolução nº 26/2013/FNDE.**

Responsável Técnico
Kelen Cristiane Gonçalves Pedrollo CRN1: 2102

Quadro Técnico - Gerência de Planejamento e Educação Alimentar
Angela Lucia da Rosa CRN1: 6305
Fernanda de Sá Fagundes CRN1: 5419
Leidiane Costa de Aguiar CRN1: 5930
Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710
Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334
Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de Brazlândia **PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 20/05 até 08/07/2019** **PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 07/08/2019.**					
01 Refeição - Ensino Especial					
3ª Semana	**Segunda-feira 03/06**	**Terça-feira 04/06**	**Quarta-feira 05/06**	**Quinta-feira 06/06**	**Sexta-feira 07/06**
Horário entre: **Matutino: 9h e 9h:30min.** **Vespertino: 15h:30min e 16h.** **Noturno: 19h e 19h:30min.**	Pirão de Ovos (Farinha de mandioca) Baião de dois (Arroz, Feijão)	Canja (Arroz, Coxa e Sobrecoxa, Couve, Cenoura - ½ pc)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana (Açúcar, Fruta ½ pc, Leite)	Pernil Suíno IQF ao molho (Amido, Pimentão) Arroz branco Salada de Pepino e Tomate picados (½ pc) temperada com Limão	Peito de Frango cozido com Cenoura (½ pc) Macarrão ao alho e óleo Pepino picado (½ pc) temperado com Limão Mamão fatiado
Observação: Cardápio sujeito a alterações.					

Informação nutricional (média semanal)		**Energia (Kcal)**	**PTN (g)**	**LIP (g)**	**CHO (g)**	**Fibras (g)**	**Ca (mg)**	**Mg (mg)**	**Fe (mg)**	**Na (mg)**	**Zn (mg)**	**Vit. A (mcg)**	**Vit. C (mg)**
	EE	258,88	11,38	5,90	40,03	2,27	77,65	32,89	0,95	343,80	1,08	96,11	31,33
➢ **Valores semanais de referência com base na Resolução nº 26/2013/FNDE.**													

Responsável Técnico
Kelen Cristiane Gonçalves Pedrollo CRN1: 2102

Quadro Técnico - Gerência de Planejamento e Educação Alimentar
Angela Lucia da Rosa CRN1: 6305
Fernanda de Sá Fagundes CRN1: 5419
Leidiane Costa de Aguiar CRN1: 5930
Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710
Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334
Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de Brazlândia

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 20/05 até 08/07/2019
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 07/08/2019.

01 Refeição - Ensino Especial

4ª Semana	Segunda-feira 10/06	Terça-feira 11/06	Quarta-feira 12/06	Quinta-feira 13/06	Sexta-feira 14/06
Horário entre: **Matutino: 9h e 9h:30min.** **Vespertino: 15h:30min e 16h.**	Biscoito Maisena Composto lácteo- Café com leite	Galinhada (Arroz, Coxa e Sobrecoxa) Abóbora refogada	Pão com Peito de Frango refogado (½ pc) e Tomate fatiado (½ pc) Suco de Abacaxi (Açúcar, Fruta ½ pc)	Macarronada com Pernil Suíno IQF (Extrato de tomate) Brócolis refogado Tangerina	Bobó de Filé de Mapará com Batata doce Arroz branco

Observação: Cardápio sujeito a alterações.

Informação nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Fibras (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
	EE	265,11	11,25	6,60	40,84	1,68	72,46	19,28	0,53	339,86	0,73	93,17	22,17

- **Valores semanais de referência com base na Resolução nº 26/2013/FNDE.**

Responsável Técnico
Kelen Cristiane Gonçalves Pedrollo CRN1: 2102

Quadro Técnico - Gerência de Planejamento e Educação Alimentar
Angela Lucia da Rosa CRN1: 6305
Fernanda de Sá Fagundes CRN1: 5419
Leidiane Costa de Aguiar CRN1: 5930
Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710
Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334
Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de Brazlândia

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 20/05 até 08/07/2019
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 07/08/2019.

01 Refeição - Ensino Especial

5ª Semana	Segunda-feira 17/06	Terça-feira 18/06	Quarta-feira 19/06	Quinta-feira 20/06	Sexta-feira 21/06
Horário entre: **Matutino: 9h e 9h:30min.** **Vespertino: 15h:30min e 16h.** **Noturno: 19h e 19h:30min.**	Pernil Suíno IQF ao próprio molho (Amido) Arroz branco	Macarronada com Peito de Frango em pouch (Extrato de tomate) Beterraba cozida	Biscoito Sequilhos + Maçã Composto lácteo- Café com leite	**FERIADO** **(CORPUS CHRISTI)**	*** DIA LETIVO MÓVEL**

Observação: Cardápio sujeito a alterações.
*** ADAPTAR O CARDÁPIO DE ACORDO COM O SALDO DE ESTOQUE**

Informação nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Fibras (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
	EE	264,86	9,43	6,08	43,24	1,63	81,83	12,07	0,42	298,42	0,58	1,50	1,89

- **Valores semanais de referência com base na Resolução nº 26/2013/FNDE.**

Responsável Técnico
Kelen Cristiane Gonçalves Pedrollo CRN1: 2102

Quadro Técnico - Gerência de Planejamento e Educação Alimentar
Angela Lucia da Rosa CRN1: 6305
Fernanda de Sá Fagundes CRN1: 5419
Leidiane Costa de Aguiar CRN1: 5930
Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710
Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334
Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de Brazlândia

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 20/05 até 08/07/2019
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 07/08/2019.

01 Refeição - Ensino Especial

6ª Semana	Segunda-feira 24/06	Terça-feira 25/06	Quarta-feira 26/06	Quinta-feira 27/06	Sexta-feira 28/06
Horário entre: **Matutino: 9h e 9h:30min.** **Vespertino: 15h:30min e 16h.** **Noturno: 19h e 19h:30min.**	Arroz com Carne Bovina em pouch Tutu de Feijão (Farinha de mandioca)	Filé de Mapará cozido com Cenoura - ½ pc (Amido, Pimentão) Arroz com Brócolis Purê de Banana (½ pc) cozida	Biscoito Amanteigado + Tangerina Composto lácteo- Café com leite	Canja (Arroz, Coxa e Sobrecoxa, Cenoura-½ pc, Repolho-½ pc)	Sopa (Macarrão, Peito de Frango, Tomate, Repolho-½ pc, Extrato de tomate)

Observação: Cardápio sujeito a alterações.

Informação nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Fibras (g)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Na (mg)	Zn (mg)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)
	EE	262,05	10,75	6,41	40,42	2,30	63,90	20,46	0,49	357,46	0,60	74,38	20,31

- **Valores semanais de referência com base na Resolução nº 26/2013/FNDE.**

Responsável Técnico
Kelen Cristiane Gonçalves Pedrollo CRN1: 2102

Quadro Técnico - Gerência de Planejamento e Educação Alimentar
Angela Lucia da Rosa CRN1: 6305
Fernanda de Sá Fagundes CRN1: 5419
Leidiane Costa de Aguiar CRN1: 5930
Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710
Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334
Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de Brazlândia

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 20/05 até 08/07/2019
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 07/08/2019.

01 Refeição - Ensino Especial

7ª Semana	Segunda-feira 01/07	Terça-feira 02/07	Quarta-feira 03/07	Quinta-feira 04/07	Sexta-feira 05/07
Horário entre: **Matutino: 9h e 9h:30min.** **Vespertino: 15h:30min e 16h.** **Noturno: 19h e 19h:30min.**	**Adaptar o cardápio conforme disponibilidade de gêneros em estoque.**				

Observação: Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico
Kelen Cristiane Gonçalves Pedrollo CRN1: 2102

Quadro Técnico - Gerência de Planejamento e Educação Alimentar
Angela Lucia da Rosa CRN1: 6305
Fernanda de Sá Fagundes CRN1: 5419
Leidiane Costa de Aguiar CRN1: 5930
Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710
Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334
Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de Brazlândia

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 20/05 até 08/07/2019
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 07/08/2019.

01 Refeição - Ensino Especial

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 período de recesso escolar que compreende entre os dias 09 a 28/07/2019. Solicitamos as Unidades Escolares junto ao Quadro Técnico de Nutricionistas lotado nas Regionais de Ensino, que adaptem os cardápios nesse período conforme disponibilidade de gêneros em estoque.

Importante salientar que, caso a Unidade Escolar identifique a necessidade de complementação da alimentação escolar, nesse período, deverão entrar em contato com os Nutricionistas da UNIAE para a solicitação de pedido extra de gêneros alimentícios.

OBSERVAÇÕES

Responsável Técnico
Kelen Cristiane Gonçalves Pedrollo CRN1: 2102

Quadro Técnico - Gerência de Planejamento e Educação Alimentar
Angela Lucia da Rosa CRN1: 6305
Fernanda de Sá Fagundes CRN1: 5419
Leidiane Costa de Aguiar CRN1: 5930
Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710
Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334
Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437

- 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 Óleo e ½ **pc** de Tempero para preparar o recheio do Pão.
- **Importante: Não desprezar o líquido presente nas carnes em pouch, visto que os nutrientes contidos na carne também estão presentes no caldo. Portanto, deve ser utilizado como parte da preparação.**
- **Amido de Milho:** Utilizar **1 pc** de Amido para **½ pc** de Leite, ou avaliar a consistência de forma que a preparação não fique nem muito grossa, tampouco fina demais!
- A preparação Composto lácteo, sabor café com leite, poderá ser servida gelada, especialmente, nos dias de calor.
- Importante orientar os alunos quanto ao cuidado no consumo do Filé de Mapará, observando sempre a presença de espinhas.
- 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 Unidade Escolar.
- Para sugestões de novas preparações que tenha boa aceitação dos alunos, essas deverão ser comunicadas aos Nutricionistas das Regionais de Ensino, que deverão encaminhar a sugestão para a Gerência de Planejamento e Educação Alimentar, afim de avaliação e inclusão nos próximos cardápios.
- Limão: utilizar para temperar as carnes, além de outras preparações que estão especificadas no cardápio.
- Temperos: utilizar alho e cebola nas preparações salgadas. Solicitamos que os temperos naturais como cebolinha, coentro e salsa sejam higienizados e que uma parte deles seja congelada para que sejam utilizados em todas as refeições salgadas do cardápio, inclusive às segundas-feiras quando houver previsão no cardápio;
- Sugestão de molho para salada: Cebola picada ou ralada, Cebolinha, Coentro/Salsa, Limão.
- 1ª semana: alho 3 pc, cebola 3 pc, cebolinha 3 pc, coentro 4 pc, limão 3 pc, pimentão 1 pc.
- 2ª semana: alho 3 pc, cebola 3 pc, cebolinha 3 pc, limão 2 pc, salsa 3 pc.
- 3ª semana: alho 3 pc, cebola 3 pc, cebolinha 3 pc, coentro 4 pc, limão 3 pc, pimentão 1 pc.
- 4ª semana: alho 3 pc, cebola 3 pc, cebolinha 5 pc, limão 3 pc, salsa 3 pc.
- 5ª semana: alho 2 pc, cebola 2 pc.
- 6ª semana: alho 3 pc, cebola 3 pc, cebolinha 3 pc, limão 2 pc, pimentão 1 pc, salsa 3 pc.

Responsável Técnico
Kelen Cristiane Gonçalves Pedrollo CRN1: 2102

Quadro Técnico - Gerência de Planejamento e Educação Alimentar
Angela Lucia da Rosa CRN1: 6305
Fernanda de Sá Fagundes CRN1: 5419
Leidiane Costa de Aguiar CRN1: 5930
Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710
Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334
Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437