



**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de BRAZLÂNDIA**

**PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 16/09 até 01/11/2019**

**PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 01/12/2019.**

**EDUCAÇÃO INTEGRAL 04 REFEIÇÕES**

1ª Semana	Segunda-feira 16/09	Terça-feira 17/09	Quarta-feira 18/09	Quinta-feira 19/09	Sexta-feira 20/09
<b>Café da manhã</b> Horário entre: 8h e 9h.	Canjica de Leite	Biscoito Cream cracker Vitamina de Banana (Fruta in natura, Leite)	Biscoito Sequilhos + Frutas picadas (Banana ½ pc + Maçã ½ pc) Suco de Morango (Fruta in natura)	Pão com Peito de Frango refogado Suco de Morango (Fruta in natura)	Biscoito Amanteigado Composto lácteo- Café com leite
<b>Almoço</b> Horário entre: 11h30min e 12h:30min.	Iscas de Peito de Frango refogadas Arroz branco Tutu de Feijão (Farinha de mandioca)	Peito de Frango ao próprio molho Arroz branco Feijão cozido Batata doce corada Salada de Alface picada e Couve-flor cozida Abacaxi picado	Iscas de Peito de Frango refogadas Arroz branco (½ pc) Macarrão (½ pc) ao molho de tomate (Extrato de tomate) Feijão cozido Salada de Tomate picado e Brócolis cozido	Peito de Frango ao Creme de Espinafre (Amido, Leite) Arroz branco Feijão cozido Cenoura crua ralada	Peito de Frango ao molho com Batata inglesa Arroz branco Feijão cozido Abobrinha refogada
<b>Lanche 1</b> Horário entre: 14h e 14:30min.	Biscoito Amanteigado	Melão picado	Melancia	Abacaxi picado	Mamão picado
<b>Lanche 2</b> Horário entre: 15h:30min e 16h:30min.	Macarronada com Almôndega Bovina IQF ao Molho de tomate (Extrato de tomate)	Peito de Frango ao Creme de Brócolis (Amido, Leite) Arroz Branco Tomate picado	Bobó de Peito de Frango com Batata doce Arroz branco Couve refogada	Iscas de Peito de Frango aceboladas Arroz branco Inhame corado Mamão picado	Galinhada (Arroz, Peito) Salada de Beterraba e Cenoura raladas

**Observação: Reservar 1 pc de Beterraba, Chuchu e Abóbora para serem utilizados na segunda-feira (23/09). 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

Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710

Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334

Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437



**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de BRAZLÂNDIA**

**PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 16/09 até 01/11/2019**  
**PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 01/12/2019.**

**EDUCAÇÃO INTEGRAL 04 REFEIÇÕES**

2ª Semana	Segunda-feira 23/09	Terça-feira 24/09	Quarta-feira 25/09	Quinta-feira 26/09	Sexta-feira 27/09
<b>Café da manhã</b> Horário entre: 8h e 9h.	Canjica de Leite	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana (Fruta in natura, Leite)	Biscoito Cream cracker + Mamão picado Suco de Morango (Fruta in natura)	Pão com Carne Bovina moída IQF (Extrato de tomate) Suco de Morango (Fruta in natura)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana (Fruta in natura, Leite)
<b>Almoço</b> Horário entre: 11h30min e 12h:30min.	Peito de Frango ao próprio molho Arroz branco Farofa de Feijão (Farinha de mandioca) Chuchu refogado Beterraba ralada	Iscas de Peito de Frango aceboladas Arroz com Brócolis Feijão cozido Salada de Alface e Tomate picados Melão fatiado	Iscas de Peito de Frango refogadas com Pimentão verde Arroz branco (½ pc) Macarrão (½ pc) ao alho e óleo Feijão cozido Couve-flor cozida Abobrinha refogada	Peito de Frango ao Creme de Espinafre (Amido, Leite) Arroz branco Feijão cozido Cenoura crua ralada	Isca Bovina IQF ao molho com Batata inglesa Arroz branco Feijão cozido Beterraba crua ralada
<b>Lanche 1</b> Horário entre: 14h e 14:30min.	Biscoito Amanteigado	Maçã	Laranja	Melancia picada	Abacaxi picado
<b>Lanche 2</b> Horário entre: 15h:30min e 16h:30min.	Estrogonofe de Peito de Frango (Amido, Leite, Extrato de tomate) Arroz branco Abóbora refogada	Macarronada com Peito de Frango e Cenoura (Extrato de tomate) Couve-flor cozida Abobrinha refogada	Peito de Frango ao próprio molho Arroz branco Brócolis refogado Tomate picado	Peito de Frango ao molho com Batata inglesa Arroz branco Melão fatiado	Galinhada (Arroz, Peito) Abóbora refogada

**Observação: Reservar 1 pc de Batata doce, Chuchu e Beterraba para serem utilizados na segunda-feira (30/09). 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

Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710

Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334

Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437



## CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de BRAZLÂNDIA

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 16/09 até 01/11/2019

PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 01/12/2019.

### EDUCAÇÃO INTEGRAL 04 REFEIÇÕES

3ª Semana	Segunda-feira 30/09	Terça-feira 01/10	Quarta-feira 02/10	Quinta-feira 03/10	Sexta-feira 04/10
<b>Café da manhã</b> Horário entre: 8h e 9h.	Canjica de Leite	Biscoito Cream cracker Vitamina de Banana (Fruta in natura, Leite)	Biscoito Amanteigado + Frutas picadas (Banana ½ pc + Maçã ½ pc) Suco de Morango (Fruta in natura)	Pão com Peito de Frango refogado Suco de Morango (Fruta in natura)	Biscoito Sequilhos Composto lácteo- Café com leite
<b>Almoço</b> Horário entre: 11h30min e 12h:30min.	Isca Bovina IQF ao molho com Batata doce Arroz branco Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Chuchu refogado	Almôndega Bovina IQF ao Creme de Espinafre (Amido, Leite) Arroz branco Feijão cozido Salada de Alface picada e Couve-flor cozida	Peito de Frango ao Molho de tomate (Extrato de tomate) Arroz branco (½ pc) Salada de Macarrão (½ pc) com Vagem e Cenoura Feijão cozido	Isca Bovina IQF ao Molho de Abóbora Arroz branco Feijão cozido Abacaxi picado Brócolis refogado	Carne Bovina moída IQF refogada com Batata inglesa Arroz branco Feijão cozido Abobrinha refogada
<b>Lanche 1</b> Horário entre: 14h e 14:30min.	Biscoito Amanteigado	Abacaxi picado	Melão picado	Maçã	Mamão picado
<b>Lanche 2</b> Horário entre: 15h:30min e 16h:30min.	Macarronada com Carne Bovina moída IQF ao Molho de tomate (Extrato de tomate) Beterraba ralada	Galinhada (Arroz, Peito) Salada de Couve e Tomate picados	Carne Bovina moída IQF refogada Arroz branco Beterraba crua ralada Chuchu refogado	Peito de Frango ao próprio molho Arroz branco Cenoura ralada Mamão picado	Isca Bovina IQF ao molho com Batata doce Arroz branco Farofa de Cenoura (Farinha de mandioca)

Observação: Reservar 1 pc de Beterraba, Inhame e Abóbora para serem utilizados na segunda-feira (07/10). 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

Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710

Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334

Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437



## CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de BRAZLÂNDIA

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 16/09 até 01/11/2019

PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 01/12/2019.

### EDUCAÇÃO INTEGRAL 04 REFEIÇÕES

4ª Semana	Segunda-feira 07/10	Terça-feira 08/10	Quarta-feira 09/10	Quinta-feira 10/10	Sexta-feira 11/10
<b>Café da manhã</b> Horário entre: 8h e 9h.	Canjica de Leite	Biscoito Sequilhos Vitamina de Banana (Fruta in natura, Leite)	Biscoito Amanteigado + Frutas picadas (Banana ½ pc + Mamão ½ pc) Suco de Morango (Fruta in natura)	Pão com Carne Bovina moída IQF (Extrato de tomate) Suco de Morango (Fruta in natura)	Biscoito Cream cracker Composto lácteo- Café com leite
<b>Almoço</b> Horário entre: 11h30min e 12h:30min.	Estrogonofe de Peito de Frango (Amido, Leite, Extrato de tomate) Arroz branco Feijão cozido Inhame corado Beterraba ralada	Isca Bovina IQF refogada Arroz branco Feijão cozido Brócolis refogado Beterraba crua ralada Abacaxi fatiado	Bobó de Peito de Frango com Abóbora Arroz branco (½ pc) Macarrão (½ pc) ao molho de tomate (Extrato de tomate) Feijão cozido Couve refogada	Isca Bovina IQF refogada com Cebola e Pimentão verde Arroz branco Feijão cozido Farofa de Cenoura (Farinha de mandioca) Chuchu refogado	Peito de Frango em pouch cozido com Batata inglesa Arroz branco Feijão cozido Vagem e Repolho refogados
<b>Lanche 1</b> Horário entre: 14h e 14:30min.	Biscoito Amanteigado	Maçã	Melancia fatiada	Abacaxi fatiado	Melão picado
<b>Lanche 2</b> Horário entre: 15h:30min e 16h:30min.	Baião de três (Isca Bovina IQF, Arroz, Feijão) Abóbora refogada	Macarronada com Peito de Frango ao Molho de tomate (Extrato de tomate) Salada de Couve e Tomate picados	Isca Bovina IQF refogada Arroz branco Chuchu refogado Pepino fatiado	Carne Bovina moída IQF ao molho com Batata doce Arroz branco Melão fatiado	Galinhada (Arroz, Peito) Salada de Beterraba e Cenoura raladas

Observação: Reservar 1 pc de Batata doce, Inhame e Abóbora para serem utilizados na segunda-feira (21/10). 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

Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710

Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334

Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437



**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de BRAZLÂNDIA**

**PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 16/09 até 01/11/2019**  
**PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 01/12/2019.**

**EDUCAÇÃO INTEGRAL 04 REFEIÇÕES**

5ª Semana	Segunda-feira 14/10	Terça-feira 15/10	Quarta-feira 16/10	Quinta-feira 17/10	Sexta-feira 18/10
Café da manhã Horário entre: 8h e 9h.	RECESSO ESCOLAR	<b>FERIADO (DIA DO PROFESSOR)</b>	RECESSO ESCOLAR	DIA LETIVO MÓVEL *	DIA LETIVO MÓVEL *
Almoço Horário entre: 11h30min e 12h:30min.					
Lanche 1 Horário entre: 14h e 14:30min.					
Lanche 2 Horário entre: 15h:30min e 16h:30min.					

**Observação: \*** Adaptar o cardápio conforme saldo em estoque, caso necessário será autorizado o pedido extra de gêneros alimentícios para compor os Dias letivos móveis. Os pedidos deverão seguir as instruções de forma análoga a Circular SEI-GDF nº 4/2018 - SEE/SIAE/CAED/DIAE/GPEA (SEI/GDF – 1094679), com prazo mínimo de antecedência de (01) uma semana de envio à GCDAE.

**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

Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710

Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334

Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437



**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de BRAZLÂNDIA**

**PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 16/09 até 01/11/2019**  
**PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 01/12/2019.**

**EDUCAÇÃO INTEGRAL 04 REFEIÇÕES**

6ª Semana	Segunda-feira 21/10	Terça-feira 22/10	Quarta-feira 23/10	Quinta-feira 24/10	Sexta-feira 25/10
<b>Café da manhã</b> Horário entre: 8h e 9h.	Biscoito Amanteigado Leite caramelado	Biscoito Sequilhos Vitamina de Banana (Fruta in natura, Leite)	Biscoito Maisena + Mamão picado Suco de Abacaxi (Fruta in natura)	Pão com Peito de Frango refogado Suco de Abacaxi (Fruta in natura)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana (Fruta in natura, Leite)
<b>Almoço</b> Horário entre: 11h30min e 12h:30min.	Carne Bovina em pouch ao próprio molho com Inhame Arroz branco Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Batata doce corada	Carne Bovina moída IQF ao molho com Batata inglesa Arroz branco Feijão cozido Vagem refogada	Peito de Frango em pouch ao próprio molho Arroz branco (½ pc) Salada de Macarrão (½ pc) com Cenoura Feijão cozido Couve refogada	Estrogonofe de Peito de Frango (Amido, Leite, Extrato de tomate) Arroz branco Feijão cozido Batata doce corada Cenoura crua ralada Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Mamão ½ pc)	Isca Bovina IQF acebolada Arroz branco Feijão cozido Beterraba cozida Chuchu refogado Pepino picado
<b>Lanche 1</b> Horário entre: 14h e 14:30min.	Biscoito Maisena	Abacaxi picado	Maçã	Melão fatiado	Mamão picado
<b>Lanche 2</b> Horário entre: 15h:30min e 16h:30min.	Macarronada com Carne Bovina moída IQF ao Molho de tomate (Extrato de tomate) Abóbora refogada	Galinhada (Arroz, Peito) Farofa de Couve (Farinha de mandioca) Cenoura crua ralada	Isca Bovina IQF acebolada Arroz branco Batata doce corada Repolho picado	Carne Bovina moída IQF refogada Arroz branco Abóbora refogada Melancia picada	Peito de Frango ao molho com Batata inglesa Arroz Branco Cenoura crua ralada

**Observação: Reservar 1 pc de Abóbora e Batata inglesa para serem utilizados na segunda-feira (28/10).  
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

Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710

Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334

Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437



**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de BRAZLÂNDIA**

**PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 16/09 até 01/11/2019**

**PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 01/12/2019.**

**EDUCAÇÃO INTEGRAL 04 REFEIÇÕES**

7ª Semana	Segunda-feira 28/10	Terça-feira 29/10	Quarta-feira 30/10	Quinta-feira 31/10	Sexta-feira 01/11
<b>Café da manhã</b> Horário entre: 8h e 9h.	Biscoito Amanteigado Leite caramelado	Biscoito Sequilhos Vitamina de Banana (Fruta in natura, Leite)	Biscoito Amanteigado + Maçã Suco de Abacaxi (Fruta in natura)	Pão com Carne Bovina moída IQF (Extrato de tomate) Suco de Abacaxi (Fruta in natura)	Biscoito Maisena Vitamina de Banana (Fruta in natura, Leite)
<b>Almoço</b> Horário entre: 11h30min e 12h:30min.	Bobó de Peito de Frango com Abóbora Arroz branco Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Inhame corado	Carne Bovina moída IQF refogada Arroz branco Feijão cozido Salada de Repolho picado e Vagem cozida Mamão fatiado	Peito de Frango ao Creme de Abóbora (Amido, Leite) Arroz branco (½ pc) Macarrão ao alho e óleo (½ pc) Feijão cozido Couve refogada	Almôndega Bovina IQF ao Molho com Batata inglesa Arroz branco Feijão cozido Chuchu refogado Cenoura ralada	Isca Bovina IQF refogada Arroz branco Feijão cozido Batata doce corada Pepino picado
<b>Lanche 1</b> Horário entre: 14h e 14:30min.	Biscoito Maisena	Abacaxi picado	Melão fatiado	Mamão picado	Melancia picada
<b>Lanche 2</b> Horário entre: 15h:30min e 16h:30min.	Isca Bovina IQF ao molho branco (Amido, Leite ½ pc) Arroz branco Beterraba ralada	Macarronada com Peito de Frango ao Molho de tomate (Extrato de tomate) Couve refogada Abóbora refogada	Carne Bovina moída IQF refogada Arroz branco Salada de Repolho picado e Cenoura ralada	Isclas de Peito de Frango aceboladas Arroz branco Beterraba cozida Maçã	Galinhada com Cenoura (Arroz, Peito) Abóbora cozida

**Observação: Reservar 1 pc de Beterraba, Inhame e Batata doce para a próxima distribuição. 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

Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710

Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334

Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437



**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2019 – Regional de Ensino de BRAZLÂNDIA**  
**INFORMAÇÃO NUTRICIONAL**

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

Informação nutricional (média semanal)		Idade (anos)	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)
<b>1ª Semana</b>	PE	4-5	852,36	36,13	14,68	145,46	8,78	229,69	100,99	2,35	1054,81	2,49	273,89	89,20
	EF 01	6- 10	949,91	44,53	15,98	157,77	9,65	236,56	113,28	2,66	1084,21	2,98	277,02	100,89
	EF 02	11-15	1030,20	49,10	17,00	170,52	10,08	247,87	123,56	2,95	1113,61	3,19	290,18	95,44
	EM	16-18	1030,20	49,10	17,00	170,52	10,08	247,87	123,56	2,95	1113,61	3,19	290,18	95,44
<b>2ª Semana</b>	PE	4-5	827,27	36,13	14,27	140,02	8,83	219,83	98,67	2,23	1034,60	2,57	202,82	79,83
	EF 01	6- 10	903,27	43,72	16,27	146,49	9,26	227,03	108,21	2,43	1061,55	2,85	203,45	79,83
	EF 02	11-15	1023,00	49,54	17,51	167,23	10,07	243,36	124,96	2,96	1090,05	3,27	213,22	83,38
	EM	16-18	1023,00	49,54	17,51	167,23	10,07	243,36	124,96	2,96	1090,05	3,27	213,22	83,38
<b>3ª Semana</b>	PE	4-5	870,71	37,65	16,31	144,71	9,54	203,46	90,70	3,20	1054,81	5,09	253,57	92,35
	EF 01	6- 10	972,79	47,17	18,59	154,85	10,23	211,80	100,79	3,89	1144,16	6,65	303,83	91,49
	EF 02	11-15	1068,21	53,49	20,40	168,71	10,89	250,43	115,35	4,44	1170,29	6,06	323,40	95,10
	EM	16-18	1068,21	53,49	20,40	168,71	10,89	250,43	115,35	4,44	1170,29	6,06	323,40	95,10
<b>4ª Semana</b>	PE	4-5	873,13	37,72	16,62	144,53	9,56	222,09	89,81	2,98	1055,58	4,24	226,14	72,71
	EF 01	6- 10	979,59	46,06	18,70	157,42	10,22	208,58	97,71	3,52	1094,41	4,92	224,35	74,13
	EF 02	11-15	1066,13	53,23	20,30	168,64	11,28	222,23	113,76	3,88	1114,13	5,70	228,58	86,88
	EM	16-18	1066,13	53,23	20,30	168,64	11,28	222,23	113,76	3,88	1114,13	5,70	228,58	86,88

**Responsável Técnico**

Kelen Cristiane Gonçalves Pedrollo CRN1: 2102

*Kelen Pedrollo*

**Quadro Técnico - Gerência de Planejamento e Educação Alimentar**

Angela Lucia da Rosa CRN1: 6305

Fernanda de Sá Fagundes CRN1: 5419

Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710

Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334

Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437





GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL  
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO  
SUBSECRETARIA DE INFRAESTRUTURA E APOIO EDUCACIONAL  
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR  
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO E EDUCAÇÃO ALIMENTAR



Informação nutricional (média semanal)		Idade (anos)	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)
6ª Semana	PE	4-5	911,63	36,62	17,14	153,93	9,57	240,32	101,10	3,07	990,13	4,76	441,73	97,74
	EF 01	6- 10	1018,81	44,76	19,59	166,96	10,15	244,94	109,37	3,35	1021,05	6,38	435,28	96,44
	EF 02	11-15	1138,59	51,62	22,34	183,78	10,77	263,14	112,76	3,35	1131,73	5,43	448,50	93,17
	EM	16-18	1138,59	51,62	22,34	183,78	10,77	263,14	112,76	3,35	1131,73	5,43	448,50	93,17
Informação nutricional (média semanal)		Idade (anos)	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)
7ª Semana	PE	4-5	916,75	39,10	17,93	151,70	9,34	258,99	100,93	2,91	1026,60	4,86	305,39	80,55
	EF 01	6- 10	1026,84	48,29	19,93	164,82	10,01	262,58	111,81	3,44	1051,60	6,15	336,92	80,86
	EF 02	11-15	1128,83	55,84	21,98	178,28	10,53	287,05	120,87	3,80	1076,60	6,05	347,23	80,99
	EM	16-18	1128,83	55,84	21,98	178,28	10,53	287,05	120,87	3,80	1076,60	6,05	347,23	80,99

**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

Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710

Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334

Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437



### OBSERVAÇÕES

- Conferir no **PDGP** (Plano de Distribuição de Gêneros Alimentícios Percíveis) as quantidades e as datas de entrega dos alimentos, tendo em vista o cumprimento do cardápio proposto.
- **Pc** : Per capita
- Utilizar  $\frac{1}{2}$  **pc** de Óleo e  $\frac{1}{2}$  **pc** de Sal 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.
- A preparação Composto lácteo, sabor café com leite, poderá ser servida gelada, especialmente, nos dias de calor.
- 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.
- Temperos naturais: alho, cebola, cebolinha, coentro e salsa. Utilizá-los nas preparações salgadas. Solicitamos que os temperos naturais, exceto o alho e a cebola, sejam higienizados e que uma parte deles fique congelada para serem utilizados em todas as refeições salgadas do cardápio, inclusive às segundas-feiras quando houver previsão no cardápio.

#### 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

Mayara B. de Sousa Rodrigues CRN1: 5710

Vivian Cardoso Assis CRN1: 5334

Viviane Magalhães de Sousa CRN1: 7437