

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 **DIABETES MELLITUS**

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

1ª Semana		Segunda-feira 08/04	Terça-feira 09/04	Quarta-feira 10/04	Quinta-feira 11/04	Sexta-feira 12/04
L A N C H E	Horários					
	Matutino: 9h e 9:30. Vespertino: 15:30 e 16h. Noturno: 19h e 19:30.	Ovos mexidos *Arroz integral cozido Abóbora cozida Beterraba crua ralada	Cuscuz com Pernil suíno ½ pc desfiado e refogado Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc) + Maçã	Iscas de Pernil suíno refogadas (Colorau) *Arroz integral cozido Batata doce com casca corada Couve refogada	*Pão integral com Pernil suíno ½ pc desfiado e refogado Suco de Melão (Fruta ½ pc.) + Mamão picado	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Pernil suíno (Pré/EE) cozido (Extrato de tomate) *Arroz integral Feijão cozido Beterraba cozida Repolho verde ralado

Observação: Reservar 1pc de Abóbora e 1 pc de Pepino para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com ***Pão integral** conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. ***Seguem abaixo, nas orientações, as sugestões de substituição dos gêneros açúcar, pão, biscoito, arroz e macarrão. Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Gama: couve, pepino, repolho verde. Sobradinho: pepino, couve.** As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

1ª 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/1000k cal)
				g	%	g	%	g	%	g
				PE	4-5 anos	301,41	46,33	55%	11,13	13%
EF 01	6- 10 anos	313,89	47,70	55%	12,29	14%	8,16	23%	4,68	
EF 02	11-15 anos	332,79	50,18	54%	13,80	15%	8,49	23%	4,84	
EM	16-18 anos	332,79	50,18	54%	13,80	15%	8,49	23%	4,84	
EJA 01	19-30 anos	332,79	50,18	54%	13,80	15%	8,49	23%	4,84	
EJA 02	31-60 anos	332,79	50,18	54%	13,80	15%	8,49	23%	4,84	

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

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 **DIABETES MELLITUS**

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

2ª Semana		Segunda-feira 15/04	Terça-feira 16/04	Quarta-feira 17/04	Quinta-feira 18/04	Sexta-feira 19/04
L A N C H E	Horários					
	Matutino: 9h e 9:30. Vespertino: 15:30 e 16h. Noturno: 19h e 19:30.	Omelete de forno (Amido) *Arroz integral cozido Abóbora cozida Pepino picado	Cuscuz Suco de Melão (Fruta ½ pc) + Banana	*Macarrão integral ao molho com Ovos (Extrato de tomate) Abóbora cozida Repolho roxo picado	*Pão integral com Pernil suíno desfiado ½ pc e refogado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Maçã	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Pernil suíno (Pré/EE) cozido com Cenoura, Colorau e Limão *Arroz integral cozido Feijão cozido Couve refogada

Observação: Reservar 1pc de Beterraba e 1 pc de Pepino para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com ***Pão integral** conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. ***Seguem abaixo, nas orientações, as sugestões de substituição dos gêneros açúcar, pão, biscoito, arroz e macarrão. Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Ceilândia: repolho roxo. Taguatinga: cenoura, repolho roxo e substituir banana por abacaxi. Gama: couve, pepino e substituir e banana por abacaxi. Recanto das Emas: repolho roxo e substituir banana por abacaxi. Sobradinho: pepino, couve. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.**

2ª 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	294,39	44,40	54%	11,02	13%
EF 01	6- 10 anos	313,90	47,71	55%	12,09	14%	8,16	23%	4,61	
EF 02	11-15 anos	347,30	53,79	56%	13,65	14%	8,40	22%	4,91	
EM	16-18 anos	347,30	53,79	56%	13,65	14%	8,40	22%	4,91	
EJA 01	19-30 anos	347,30	53,79	56%	13,65	14%	8,40	22%	4,91	
EJA 02	31-60 anos	347,30	53,79	56%	13,65	14%	8,40	22%	4,91	

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

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 **DIABETES MELLITUS**

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

3ª Semana	Segunda-feira 22/04	Terça-feira 23/04	Quarta-feira 24/04	Quinta-feira 25/04	Sexta-feira 26/04	
L A N C H E	Horários					
	Matutino: 9h e 9:30.	*Macarrão integral com Atum em pouch ½ pc (Extrato de tomate) Beterraba cozida Pepino com casca ralado	Farofa de Cuscuz com Pernil ½ pc suíno desfiado e refogado + Suco de Melão (Fruta ½ pc) + Tangerina	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas ½ pc com Batata doce *Arroz integral cozido Feijão cozido Cenoura cozida a vapor Couve refogada	*Pão integral com Pernil suíno refogado e desfiado ½ pc Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Hortelã) + Maçã	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango ½ pc, Açafrão) Farofa de Couve (Farinha de mandioca) Abóbora cozida
	Vespertino: 15:30 e 16h.					
	Noturno: 19h e 19:30.					

Observação: Reservar 1pc de Beterraba e 1pc de Repolho verde para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com *Pão integral conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. *Seguem abaixo, nas orientações, as sugestões de substituição dos gêneros açúcar, pão, biscoito, arroz e macarrão Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Taguatinga: cenoura. Gama: couve, pepino, repolho verde. Sobradinho: pepino, couve. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

3ª 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	299,87	42,66	51%	11,42	14%
EF 01	6- 10 anos	313,77	44,67	51%	12,43	14%	9,10	26%	4,71	
EF 02	11-15 anos	333,03	47,53	51%	13,77	15%	9,34	25%	4,93	
EM	16-18 anos	333,03	47,53	51%	13,77	15%	9,34	25%	4,93	
EJA 01	19-30 anos	333,03	47,53	51%	13,77	15%	9,34	25%	4,93	
EJA 02	31-60 anos	333,03	47,53	51%	13,77	15%	9,34	25%	4,93	

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

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 **DIABETES MELLITUS**

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

4ª Semana		Segunda-feira 29/04	Terça-feira 30/04	Quarta-feira 01/05	Quinta-feira 02/05	Sexta-feira 03/05
L A N C H E	Horários					
	Matutino: 9h e 9:30.	* Macarrão integral ao molho com Atum em pouch ½ pc (Extrato de tomate) Beterraba cozida Repolho verde ralado	Cuscuz com Pernil suíno refogado e desfiado ½ pc Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Banana	FERIADO (DIA MUNDIAL DO TRABALHO)	Galinhada com Couve (* Arroz integral , Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Feijão cozido Salada de Cenoura e Pepino	* Pão integral com Atum em ½ pc desfiado refogado com Colorau Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)
	Vespertino: 15:30 e 16h.					
	Noturno: 19h e 19:30.					

Observação: Reservar 1 pc de Abóbora e 1 pc de Repolho verde para a próxima semana. Ofertar a preparação com *Pão integral 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: cenoura e substituir banana por melão. Gama: couve, pepino, repolho verde e substituir banana por melão. Recanto das Emas: substituir banana por melão. Sobradinho: couve, pepino. *Seguem abaixo, nas orientações, as sugestões de substituição dos gêneros açúcar, pão, biscoito, arroz e macarrão.** As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

4ª 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	313,47	38,70	44%	12,72	15%
EF 01	6- 10 anos	348,02	43,31	45%	14,47	15%	12,66	33%	4,08	
EF 02	11-15 anos	406,55	51,90	46%	17,11	15%	14,00	31%	4,42	
EM	16-18 anos	406,55	51,90	46%	17,11	15%	14,00	31%	4,42	
EJA 01	19-30 anos	406,55	51,90	46%	17,11	15%	14,00	31%	4,42	
EJA 02	31-60 anos	406,55	51,90	46%	17,11	15%	14,00	31%	4,42	

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

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 **DIABETES MELLITUS**

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

5ª Semana		Segunda-feira 06/05	Terça-feira 07/05	Quarta-feira 08/05	Quinta-feira 09/05	Sexta-feira 10/05
L A N C H E	Horários					
	Matutino: 9h e 9:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau)	Polenta com Coxa e sobrecoxa de Frango ½ pc ao molho com Tomate (Fubá, Amido)	Ovos mexidos	*Pão integral com Pernil suíno desfiado e refogado ½ pc	Galinhada com Brócolis
	Vespertino: 15:30 e 16h.	*Arroz integral cozido	Suco de Melão (Fruta ½ pc)	*Macarrão integral ao molho com Manjericão (Extrato de tomate)	Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)	(*Arroz integral , Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão)
	Noturno: 19h e 19:30.	Abóbora refogada	+	Salada de Alface e Cenoura	+	Feijão cozido
		Repolho verde em tiras	Tangerina		Mamão picado	Batata doce corada

Observação: Reservar 1pc de Abóbora e 1pc de Repolho verde para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com ***Pão integral** 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: alface e brócolis. Taguatinga: cenoura e substituir tangerina por abacaxi (regular. Gama: repolho verde. Sobradinho: brócolis, tomate. *Seguem abaixo, nas orientações, as sugestões de substituição dos gêneros açúcar, pão, biscoito, arroz e macarrão.** As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

5ª 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	286,82	39,12	49%	11,15	14%
EF 01	6- 10 anos	307,78	41,94	49%	12,37	14%	9,25	27%	4,62	
EF 02	11-15 anos	336,69	44,37	47%	14,42	15%	10,20	27%	4,81	
EM	16-18 anos	336,69	44,37	47%	14,42	15%	10,20	27%	4,81	
EJA 01	19-30 anos	336,69	44,37	47%	14,42	15%	10,20	27%	4,81	
EJA 02	31-60 anos	336,69	44,37	47%	14,42	15%	10,20	27%	4,81	

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

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 **DIABETES MELLITUS**

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

6ª Semana		Segunda-feira 13/05	Terça-feira 14/05	Quarta-feira 15/05	Quinta-feira 16/05	Sexta-feira 17/05
L A N C H E	Horários	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) *Arroz integral cozido Purê de Abóbora Repolho verde refogado	Cuscuz com Pernil suíno ½ pc desfiado e refogado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)	*Macarrão integral ao molho com Ovos (Extrato de tomate) Salada de Cenoura crua ralada e Acelga em tiras + Banana	*Pão integral com Pernil ½ pc suíno desfiado e refogado Suco de Melão (Fruta ½ pc) + Tangerina	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafraão) Feijão cozido Abóbora cozida Couve refogada
	Matutino:					
	9h e 9:30.					
	Vespertino:					
	15:30 e 16h.					
	Noturno:					
19h e 19:30.						

Observação: Reservar 1 pc de Repolho verde refrigerado e 1 pc de Tomate refrigerado para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com ***Pão integral** 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:** alface americana, acelga. **Taguatinga:** cenoura e substituir tangerina por abacaxi e substituir banana por abacaxi. **Gama:** acelga, couve, repolho verde e substituir banana por abacaxi. **Recanto das Emas:** substituir banana por abacaxi. **Sobradinho:** acelga, couve, tomate. ***Seguem abaixo, nas orientações, as sugestões de substituição dos gêneros açúcar, pão, biscoito, arroz e macarrão.** As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

6ª 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	287,40	41,80	52%	9,99	13%
EF 01	6- 10 anos	304,64	44,10	52%	10,97	13%	8,99	27%	4,23	
EF 02	11-15 anos	341,41	48,87	52%	12,97	14%	9,78	26%	4,59	
EM	16-18 anos	341,41	48,87	52%	12,97	14%	9,78	26%	4,59	
EJA 01	19-30 anos	341,41	48,87	52%	12,97	14%	9,78	26%	4,59	
EJA 02	31-60 anos	341,41	48,87	52%	12,97	14%	9,78	26%	4,59	

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

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 **DIABETES MELLITUS**

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

7ª Semana		Segunda-feira 20/05	Terça-feira 21/05	Quarta-feira 22/05	Quinta-feira 23/05	Sexta-feira 24/05
L A N C H E	Horários	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate) *Arroz integral cozido Salada de Repolho verde e Tomate	Polenta com Coxa e sobrecoxa de Frango ½ pc refogadas (Fubá, Colorau) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Melão picado	Ovos Mexidos *Arroz integral cozido Feijão cozido Couve refogada Batata doce cozida a vapor	*Pão integral com Pernil suíno ½ pc refogado e desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Tangerina	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafraão) Brócolis cozido a vapor Salada de Alface em tiras com Tomate
	Matutino:					
	9h e 9:30.					
	Vespertino:					
	15:30 e 16h.					
	Noturno:					
19h e 19:30.						

Observação: Reservar 1pc de Repolho roxo e 1 pc de Cenoura refrigerados para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com *Pão integral 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: alface americana, brócolis, repolho roxo. Taguatinga: alface americana, cenoura, repolho roxo e substituir tangerina por melão. Gama: alface americana, couve. Recanto das Emas: repolho roxo. Sobradinho: alface americana, brócolis, couve, tomate. *Seguem abaixo, nas orientações, as sugestões de substituição dos gêneros açúcar, pão, biscoito, arroz e macarrão. 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	305,11	43,89	52%	11,22	13%
EF 01	6- 10 anos	322,60	46,06	51%	12,32	14%	9,38	26%	4,29	
EF 02	11-15 anos	335,74	44,47	48%	14,37	15%	10,26	28%	4,20	
EM	16-18 anos	335,74	44,47	48%	14,37	15%	10,26	28%	4,20	
EJA 01	19-30 anos	335,74	44,47	48%	14,37	15%	10,26	28%	4,20	
EJA 02	31-60 anos	335,74	44,47	48%	14,37	15%	10,26	28%	4,20	

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

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 08/04/2024 a 24/05/2024

PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 24/06/2024

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024 **DIABETES MELLITUS**

- 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; **Amido**: Amido de milho
- Utilizar ½ pc de sal para fazer o cuscuz. E para frango/carne/ovo/pernil *in natura* como acompanhamento para o cuscuz ou ***Pão integral utilizar ½ pc de sal e ½ pc de óleo.**
- **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 armazenadas sob congelamento.**
- **Armazenar as reservas de Carnes conforme planejamento do cardápio e de entregas.**
- **R: Reserva de Hortifrutis, Carnes ou Ovos de entregas mais distantes. Utilizar 1 pc por refeição.**
- **Quando Frutas e Hortaliças estiverem no cardápio às segundas-feiras, serão reservas da semana anterior.** Para evitar perdas do alimento, a depender do tipo, será necessário higienizar, identificar e congelar ou resfriar para a semana seguinte.
- **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.**
- **Seguir as orientações complementares previstas na Cartilha para Cardápios Especiais – Diabetes Mellitus, no tocante as substituições e sugestões de marcas dos gêneros a serem adquiridos pela escola, assim como na observação da adição de óleo ou azeite nas preparações; Sugestão de substitutos:**
 - **Para o pão: Pão integral e Cuscuz. Marcas sugeridas: Pullman, Wickbold, Seven Boys OU farinha de milho flocada, da Alimentação Escolar.**
 - **Para o açúcar: Preferencialmente somente retirar o açúcar. Caso seja necessário uso de adoçante, por motivo de aceitação do aluno, preferir os à base de estévia, sucralose ou eritritol, ou seguir a recomendação médica ou nutricional individualizada. Marcas sugeridas: Stevita, Linea, Finn.**
 - **Para o Arroz branco/parboilizado: Arroz integral. Tipo 1. Marcas sugeridas: Camil; Tio João; Qualitá; Tio Urbano.**
 - **Macarrão tradicional: Macarrão integral. Marcas sugeridas: Renata; Fusilli; Adria; Urbano; Barilla; De Massa Caseira.**
 - **Farelo de Aveia: Nestle, Jasmine, Quacker, Native (Quando a oferta de hortifrutis for reduzida).**
- **Na impossibilidade de realizar algum tipo de preparação proposta no cardápio, seja por falta de equipamentos e utensílios, ou por qualquer outro impedimento, a alteração no cardápio deverá ser adaptada com os ingredientes disponibilizados para o dia de acordo com a realidade de cada escola.**
- Para sugestões de novas preparações que tenham boa aceitação dos alunos, essas deverão ser comunicadas aos Nutricionistas das Regionais de Ensino, que deverão encaminhar à Gerência Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar, a fim de avaliação e inclusão nos próximos cardápios.
- As sugestões de receitas compõem o arquivo Caderno de Receitas atualizado e encaminhado a cada Distribuição.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913