

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

EDUCAÇÃO INTEGRAL: 03 REFEIÇÕES COM REGULAR (OU COM COMPLEMENTAR) 03 Refeições – Pré-escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

REFEIÇÕES DO TURNO DAS ATIVIDADES DA EDUCAÇÃO INTEGRAL (OU = 2 REFEIÇÕES)

1ª Semana		Segunda-feira 08/04	Terça-feira 09/04	Quarta-feira 10/04	Quinta-feira 11/04	Sexta-feira 12/04
LANCHE	Horário: <b>Matutino:</b> 10h e 10:30. <b>Vespertino:</b> 14h e 14:30.	Farofa de Cuscuz com proteína disponível do dia + Suco	Biscoito Amanteigado Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar) + Frutas picadas (Abacate + Banana ½ pc)	Pão com Atum em pouch ½ pc refogado com Colorau Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com Pernil suíno ½ pc desfiado ao molho (Extrato de tomate) Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar)	Pão com Carne moída ½ pc refogada (Acém moído) Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Açúcar)
	Horário: 11:45 e 12:30.	Farofa de Ovos mexidos (Farinha de mandioca) Arroz cozido Batata doce corada com Açafrão Chuchu com casca cozido a vapor	Filé de Tilápia(EF/EM) ou Atum refogado (Pré/EE) ao molho com Cenoura (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido Purê de Inhame	Omelete de forno Baião de Dois (Arroz, Feijão) Abóbora cozida Repolho roxo picado Melão picado	Pernil suíno refogado Arroz cozido Feijão cozido Salada de Cenoura ralada e Couve picada	Coxa e Sobrecoxa de Frango cozidas Arroz cozido com Milho verde Feijão cozido Beterraba crua ralada Pepino picado Frutas picadas (Mamão ½ pc + Maçã ½ pc)
REFEIÇÃO DO TURNO REGULAR = 1 REFEIÇÃO (OU refeição das atividades da Educação Integral)						
	Horário: <b>Matutino:</b> 9h e 9:30. <b>Vespertino:</b> 15:30 e 16h.	Omelete de forno Baião de Dois Abóbora cozida Beterraba crua ralada	Farofa de Cuscuz com Ovos e cebola Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Açúcar) + Frutas picadas (Goiaba + Banana ½ pc)	Filé de Tilápia(EF/EM) ou Atum refogado (Pré/EE) (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido Beterraba cozida Repolho verde ralado	Pão com Pernil suíno desfiado ½ pc Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar) + Frutas picadas (Mamão ½ pc + Maçã ½ pc)	Galinhada com Cenoura (Coxa e Sobrecoxa de frango, Açafrão, Arroz) Batata doce com casca corada Couve refogada

Observação: Reservar ½ pc de Melão, 1 pc de Batata inglesa, 1 pc de Chuchu (Integral), 1pc de Abóbora e 1 pc de Pepino (Regular) para a próxima segunda-feira.

Lotes 1 e 3: Ofertar ½ pc de pernil nas preparações com Ovos. 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: chuchu, repolho roxo. Taguatinga: cenoura, chuchu, inhame, milho verde, repolho roxo. Gama: abacate, couve, milho verde, pepino, repolho verde. Recanto das Emas: milho verde, repolho roxo. Plano Piloto: milho verde. Núcleo Bandeirante: milho verde. Sobradinho: chuchu, milho verde, pepino, couve. Guarã: substituir chuchu por batata inglesa (integral). As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913