|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 02 Refeições - Escola Parque |
| 1ª Semana | **Segunda-feira 07/11** | **Terça-feira 08/11** | **Quarta-feira 09/11** | **Quinta-feira 10/11** | **Sexta-feira 11/11** |
| LANCHE | Horários **Matutino:**8h e 8:30.**Vespertino:**16h e 16:30. | **\*Biscoito sem leite**Suco de Abacaxi(Fruta ½ pc, Açúcar) | Cuscuz com **\*Azeite de Oliva** (1 pc)(Farinha de milho flocada)+Melancia em fatias | Pão com **\*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)** Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) | **\*Biscoito sem leite**+Frutas Picadas(Melão ½ pc + Mamão ½ pc) | Pão com **\*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)**  Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) |
| ALMOÇO | Horários:**Matutino:**11h e 11:30.**Vespertino:**13h e 13:30. | Bobó de Peito de Frango com AbóboraArroz cozidoInhame dourado ao forno | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidasArroz cozidoTutu de Feijão (Farinha de mandioca)Abóbora refogada Chuchu cozido com Salsa | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com PimentãoArroz cozidoFeijão cozidoPurê de Inhame Couve refogadaMaçã | Iscas de Peito de Frango refogadas com Ervas(Hortelã, Manjericão e Salsa)Macarrão ao molho (Extrato de tomate)Feijão cozidoAbóbora cozidaRepolho verde em tiras | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com BatatasArroz cozidoFeijão cozidoPepino com casca picado Beterraba cozida com Cheiro-verde |
| Observação: Reservar ½ pc de Melão sem casca, picado e congelado, 1pc de Cenoura e 1pc de Batata doce para a próxima quarta-feira. \*Biscoito SEM LEITE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife.\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero. \*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.Reservar parte do quantitativo de temperos e congelar picados para a próxima semana: Alho, Cebola, Cebolinha, Coentro, Salsa e Pimentão. 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**  | **Proteína** | **Lipídio** |
| **(55% a 65% do VET)** | **(10% a 15% do VET)** | **(15% a 30% do VET)** |
| g | % | g | % | g | % |
| **PE** | 4-5 anos | 560,70 | 90,87 | 58% | 21,62 | 14% | 12,75 | 20% |
| **EF 01** | 6- 10 anos | 641,88 | 99,38 | 56% | 27,38 | 15% | 15,08 | 21% |
| **EF 02** | 11-15 anos | 715,28 | 107,82 | 54% | 31,41 | 16% | 17,46 | 22% |
| **EM** | 16-18 anos | 715,28 | 107,82 | 54% | 31,41 | 16% | 17,46 | 22% |
| **VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.** |

|  |
| --- |
|  SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 02 Refeições - Escola Parque |
| 2ª Semana | **Segunda-feira 14/11** | **Terça-feira 15/11** | **Quarta-feira 16/11** | **Quinta-feira 17/11** | **Sexta-feira 18/11** |
| LANCHE | Horários **Matutino:**8h e 8:30.**Vespertino:**16h e 16:30. | **DIA LETIVO MÓVEL** | **FERIADO NACIONAL****(Proclamação da República)** | Cuscuz com **\*Azeite de Oliva** (1 pc)(Farinha de milho flocada)+Suco de Melão(Fruta ½ pc, Açúcar) | **\*Biscoito sem leite**Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)+Maçã  | **\*Biscoito sem leite**Suco de Melão(Fruta ½ pc, Açúcar) |
| ALMOÇO | Horários:**Matutino:**11h e 11:30.**Vespertino:**13h e 13:30. | Peito de Frango refogadoArroz cozidoBatata doce com casca assada Cenoura crua ralada  | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozidoFeijão cozido Purê de AbóboraBeterraba cozida  | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cebola e PimentãoMacarrão ao molho(Extrato de tomate)Feijão cozidoBatata doce coradaChuchu refogado |
| Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi congelado, 1pc de Inhame e 1pc de Cenoura para a próxima segunda-feira. \*Biscoito SEM LEITE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife.\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero. \*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.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**  | **Proteína** | **Lipídio** |
| **(55% a 65% do VET)** | **(10% a 15% do VET)** | **(15% a 30% do VET)** |
| g | % | g | % | g | % |
| **PE** | 4-5 anos | 558,70 | 93,16 | 60% | 18,69 | 12% | 12,88 | 21% |
| **EF 01** | 6- 10 anos | 635,85 | 101,91 | 58% | 23,88 | 14% | 14,95 | 21% |
| **EF 02** | 11-15 anos | 710,89 | 113,35 | 57% | 27,24 | 14% | 16,52 | 21% |
| **EM** | 16-18 anos | 710,89 | 113,35 | 57% | 27,24 | 14% | 16,52 | 21% |
| **VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.** |

|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 02 Refeições - Escola Parque |
| 3ª Semana | **Segunda-feira 21/11** | **Terça-feira 22/11** | **Quarta-feira 23/11** | **Quinta-feira 24/11** | **Sexta-feira 25/11** |
| LANCHE | Horários **Matutino:**8h e 8:30.**Vespertino:**16h e 16:30. | **\*Biscoito sem leite**Suco de Abacaxi(Fruta ½ pc, Açúcar) | **\*Biscoito sem leite**Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar)+Banana nanica | Pão com Peito de Frango refogado (½ pc) Suco de Abacaxi com Hortelã(Fruta ½ pc, Açúcar) | **\*Biscoito sem leite**Suco de Abacaxi(Fruta ½ pc, Açúcar)+ Mamão picado  | Pão com **\*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)**  Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar) |
| ALMOÇO | Horários:**Matutino:**11h e 11:30.**Vespertino:**13h e 13:30. | Peito de Frango cozido com CenouraArroz cozidoInhame dourado ao forno | Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) Feijão cozidoSalada cozida de Cenoura, Chuchu e Cheiro-verde | Coxa e sobrecoxa de Frango cozida com PimentãoArroz cozidoFeijão cozidoInhame coradoFarofa de Cuscuz com Couve(Farinha de milho flocada ½ pc,) | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce Macarrão ao molho(Extrato de tomate)Feijão cozidoCenoura cozida com SalsaMaçã | Iscas de Peito de Frango aceboladas Arroz cozidoFeijão cozidoPurê de Batata Salada de Beterraba crua com Repolho verde em tiras |
| Observação: Reservar 1 pc de Goiaba congelada, 1 pc de Abóbora, 1pc de Pepino para a próxima segunda-feira.\*Biscoito SEM LEITE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife.\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero. \*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.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**  | **Proteína** | **Lipídio** |
| **(55% a 65% do VET)** | **(10% a 15% do VET)** | **(15% a 30% do VET)** |
| g | % | g | % | g | % |
| **PE** | 4-5 anos | 597,19 | 104,41 | 63% | 22,29 | 13% | 11,30 | 17% |
| **EF 01** | 6- 10 anos | 678,38 | 113,38 | 60% | 28,06 | 15% | 13,51 | 18% |
| **EF 02** | 11-15 anos | 749,70 | 122,62 | 59% | 31,86 | 15% | 15,49 | 19% |
| **EM** | 16-18 anos | 749,70 | 122,62 | 59% | 31,86 | 15% | 15,49 | 19% |
| **VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.** |

|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 02 Refeições - Escola Parque |
| 4ª Semana | **Segunda-feira 28/11** | **Terça-feira 29/11** | **Quarta-feira 30/11** | **Quinta-feira 01/12** | **Sexta-feira 02/12** |
| LANCHE | Horários **Matutino:**8h e 8:30.**Vespertino:**16h e 16:30. | **\*Biscoito sem leite** Suco de Goiaba(Fruta, Açúcar) | **\*Biscoito sem leite** Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) | **FERIADO LOCAL****(Dia do Evangélico)** | **\*Biscoito sem leite**Suco de Abacaxi(Fruta ½ pc, Açúcar)+Banana nanica | Pão com Peito de Frango refogado (½ pc) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) |
| ALMOÇO | Horários:**Matutino:**11h e 11:30.**Vespertino:**13h e 13:30. | Bobó de Peito de Frango em Pouch com AbóboraArroz cozidoPepino com casca picado  | Coxa e sobrecoxa de Frango assadasArroz cozidoFeijão cozidoBatata doce com casca cozidaPepino em fatias | Macarrão ao molho com Peito de Frango em Pouch e Manjericão(Extrato de tomate)Inhame coradoCouve refogada | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura, Pimentão e SalsaArroz cozidoFeijão cozidoRepolho verde ralado com Cheiro-verde |
| Observação: Higienizar, picar e congelar a Couve recebida em 28/11 para oferta em 01/12. Reservar 1 pc de Melão, 1pc de Beterraba, 1 pc de Abóbora para a próxima segunda-feira. \*Biscoito SEM LEITE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife.\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero. \*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.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**  | **Proteína** | **Lipídio** |
| **(55% a 65% do VET)** | **(10% a 15% do VET)** | **(15% a 30% do VET)** |
| g | % | g | % | g | % |
| **PE** | 4-5 anos | 505,14 | 86,96 | 62% | 16,62 | 12% | 10,89 | 19% |
| **EF 01** | 6- 10 anos | 571,85 | 95,46 | 60% | 20,24 | 13% | 12,68 | 20% |
| **EF 02** | 11-15 anos | 623,02 | 102,29 | 59% | 22,64 | 13% | 14,13 | 20% |
| **EM** | 16-18 anos | 623,02 | 102,29 | 59% | 22,64 | 13% | 14,13 | 20% |
| **VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.** |

|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 02 Refeições - Escola Parque |
| 5ª Semana | **Segunda-feira 05/12** | **Terça-feira 06/12** | **Quarta-feira 07/12** | **Quinta-feira 08/12** | **Sexta-feira 09/12** |
| LANCHE | Horários **Matutino:**8h e 8:30.**Vespertino:**16h e 16:30. | Cuscuz com **\*Azeite de Oliva** (1 pc)(Farinha de milho flocada)+Melão picado | **\*Biscoito sem leite**Suco de Goiaba(Fruta, Açúcar)+ Maçã  | Pão com **\*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)** Suco de Abacaxi(Fruta ½ pc, Açúcar) | **\*Biscoito sem leite**Suco de Goiaba(Fruta, Açúcar)+Mamão picado | Pão com **\*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)**  Suco de Goiaba(Fruta, Açúcar) |
| ALMOÇO | Horários:**Matutino:**11h e 11:30.**Vespertino:**13h e 13:30. | Isca de Peito de Frango refogada Arroz cozidoPurê de AbóboraBeterraba cozida | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Inhame Arroz cozidoFeijão cozidoSalada de Cenoura crua ralada com Salsa e Pimentão | Iscas de Peito de Frango refogadas com Ervas(Hortelã, Cebolinha, Salsa, Coentro e Cebola)Arroz cozidoFeijão cozidoAbóbora cozidaPepino com casca picado | Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) com Cheiro verdeFeijão cozidoBeterraba cozida Repolho verde picado Frutas picadas(Abacaxi ½ pc + Melão ½ pc) | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidasMacarrão ao molho (Extrato de tomate)Feijão cozidoBatata doce com casca assada Chuchu refogado com Cebolinha |
| Observação: \*Biscoito SEM LEITE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife.\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero. \*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.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**  | **Proteína** | **Lipídio** |
| **(55% a 65% do VET)** | **(10% a 15% do VET)** | **(15% a 30% do VET)** |
| g | % | g | % | g | % |
| **PE** | 4-5 anos | 595,18 | 100,03 | 61% | 21,13 | 13% | 13,12 | 20% |
| **EF 01** | 6- 10 anos | 667,47 | 108,23 | 58% | 26,11 | 14% | 15,05 | 20% |
| **EF 02** | 11-15 anos | 735,92 | 116,70 | 57% | 29,62 | 14% | 17,17 | 21% |
| **EM** | 16-18 anos | 735,92 | 116,70 | 57% | 29,62 | 14% | 17,17 | 21% |
| **VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.** |

|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 02 Refeições - Refeição Complementar: Pré-Escolar e Ensino Especial |
| 6ª e 7ª Semanas | **Período de 12/12 a 22/12/2022** |
| LANCHE | Horários **Matutino:**8h e 8:30.**Vespertino:**16h e 16:30. | 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 término do ano letivo, como a ocorrência das provas de final de ano, a diminuição significativa da frequência dos estudantes, bem como o início do recesso escolar, solicitamos às 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, deverá entrar em contato com os Nutricionistas da UNIAE para a solicitação de **pedido extra de gêneros alimentícios perecíveis, de acordo com a Nota Técnica nº 01/2021 – SEE/SUAG/DIAE/GPEA (066695935).****Importante!****Alguns gêneros alimentícios, como por exemplo: amido de milho, farinha de mandioca, arroz parboilizado, leite vegetal, dentre outros, para algumas modalidades de ensino, não estarão presentes nos cardápios propostos, no entanto, caso ainda estejam presentes nos depósitos das escolas, é importante que haja comunicação com os nutricionistas da Regional de Ensino, a fim de realizarem as devidas adaptações nos cardápios para o consumo imediato e evitar que esses produtos permaneçam armazenados nos depósitos durante o recesso escolar.** |
| ALMOÇO | Horários:**Matutino:**11h e 11:30.**Vespertino:**13h e 13:30. |

|  |
| --- |
| **Observação:** **\*Biscoito SEM LEITE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife.****\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.** **\*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.** |

|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 07/11/2022 a 22/12/2022. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 22/12/2022. |
| 02 Refeições - Refeição Complementar: Pré-Escolar e Ensino Especial |
| 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 cuscuz com ovos ou recheio do pão, utilizar ½ pc de sal e ½ pc de óleo.
* 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.
* Quando Frutas estiverem no cardápio às segundas-feiras, serão reservas da semana anterior. Para evitar perdas do alimento, a depender do tipo de fruta, será necessário higienizar, identificar e congelar para a semana seguinte.
* Para sugestões de novas preparações que tenham boa aceitação dos alunos, essas deverão ser comunicadas aos Nutricionistas das Regionais de Ensino, que deverão encaminhar a sugestão para a Gerência Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar, a fim de avaliação e inclusão nos próximos cardápios.
* As sugestões de receitas comporão arquivo em separado atualizado e encaminhado a cada Distribuição.
 |