

Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – ALERGIA OU INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN**

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

| 1ª Semana |                                    | Segunda-feira 13/02                   | Terça-feira 14/02                               | Quarta-feira 15/02                       | Quinta-feira 16/02   | Sexta-feira 17/02                     |
|-----------|------------------------------------|---------------------------------------|---|--|--|---------------------------------------|
| LANCHE    | Horários                           |                                       |   |  |  |                                       |
|           | <b>Matutino:</b><br>9h e 9:30.     |                                       | Peito de Frango ao molho<br>(Extrato de tomate) | Coxa e sobrecoxa cozidas com<br>Pimentão | <b>*Pão sem glúten</b> com Queijo<br>muçarela (1 pc)<br>Suco de Goiaba<br>(Fruta 1 pc, Açúcar) | Coxa e sobrecoxa de Frango<br>assadas |
|           | <b>Vespertino:</b><br>15:30 e 16h. | Galinhada<br>(Arroz, Peito de Frango) | Arroz cozido                                    | Arroz cozido                             |  | Arroz cozido                          |
|           | <b>Noturno:</b><br>19h e 19:30.    |                                       | Beterraba cozida                                | Batata doce corada                       |  | Feijão cozido                         |
|           |                                    |                                       | Pepino com casca em fatias                      | Cenoura crua ralada                      |  | Abóbora refogada                      |
|           |                                    |                                       | Melão em fatias                                 | Frutas Picadas                           |  | Repolho verde ralado                  |
|           |                                    |                                       | (Abacaxi ½ pc + Maçã ½ pc)                      |  |  |                                       |

Observação: Reservar 1pc de Cenoura (refrigerado) para a próxima semana.

Reservar parte do quantitativo de temperos e congelar picados para a próxima semana: Alho e Cebola.

\*Pão SEM GLÚTEN – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Wickbold, Aminna, Schar, Beladri, Jasmine.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações

| 1ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 226,28                         | 37,15 | 59%                           | 10,32 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 261,62       | 40,91          | 56%                               | 12,81    | 18%                            | 4,85  | 17%                           |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 297,28       | 44,04          | 53%                               | 15,38    | 19%                            | 6,06  | 18%                           |       |
| EM   | 16-18 anos      | 297,28       | 44,04          | 53%                               | 15,38    | 19%                            | 6,06  | 18%                           |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 297,28       | 44,04          | 53%                               | 15,38    | 19%                            | 6,06  | 18%                           |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 297,28       | 44,04          | 53%                               | 15,38    | 19%                            | 6,06  | 18%                           |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – ALERGIA OU INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN**

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

| 2ª Semana |   | Segunda-feira 20/02 | Terça-feira 21/02           | Quarta-feira 22/02                           | Quinta-feira 23/02                        | Sexta-feira 24/02   |
|-----------|---|---------------------|-----------------------------|--|---|---|
| LANCHE    | Horários<br><b>Matutino:</b><br>9h e 9:30.<br><b>Vespertino:</b><br>15:30 e 16h.<br><b>Noturno:</b><br>19h e 19:30. | RECESSO ESCOLAR     | RECESSO ESCOLAR<br>CARNAVAL | RECESSO ESCOLAR<br>QUARTA-FEIRA DE<br>CINZAS | Arroz doce<br>(Arroz ½ pc, Leite, Açúcar) | Peito de Frango em Pouch ao<br>molho<br>(Extrato de tomate)<br>Arroz cozido<br>Cenoura cozida |
|           |   |                     |                             |  |   |   |

**Observação:**

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 2ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |      |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %    |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 178,48                         | 26,66 | 54%                           | 7,47 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 193,12       | 29,35          | 55%                               | 8,12     | 15%                            | 5,40  | 25%                           |      |
| EF 02  | 11-15 anos      | 209,55       | 32,44          | 56%                               | 8,80     | 15%                            | 5,55  | 24%                           |      |
| EM   | 16-18 anos      | 209,55       | 32,44          | 56%                               | 8,80     | 15%                            | 5,55  | 24%                           |      |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 209,55       | 32,44          | 56%                               | 8,80     | 15%                            | 5,55  | 24%                           |      |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 209,55       | 32,44          | 56%                               | 8,80     | 15%                            | 5,55  | 24%                           |      |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

**Responsável Técnico**

Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – ALERGIA OU INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN**

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

| 3ª Semana                  |  | Segunda-feira 27/02   | Terça-feira 28/02   | Quarta-feira 01/03  | Quinta-feira 02/03  | Sexta-feira 03/03   |
|----------------------------|--|---|---|---|---|---|
| L<br>A<br>N<br>C<br>H<br>E | Horários   | Peito de Frango em Pouch<br>ao molho<br>(Extrato de tomate)<br>Arroz cozido | Isca de Peito de Frango<br>acebolada<br>Arroz cozido<br>Batata com casca corada<br>Frutas Picadas<br>(Mamão ½ pc + Maçã ½ pc) | Galinhada<br>(Arroz, Coxa e sobrecoxa de<br>Frango)<br>Abóbora refogada<br>Beterraba cozida<br>Melão picado | *Pão sem glúten com Queijo<br>muçarela (1 pc)<br>Vitamina de Banana nanica<br>(Fruta ½ pc, Leite, Açúcar) | Peito de Frango em cubos<br>cozido com Cenoura e<br>Pimentão<br>Arroz cozido<br>Feijão cozido<br>Pepino em fatias |
|                            | Matutino:<br>9h e 9:30.<br>Vespertino:<br>15:30 e 16h.<br>Noturno:<br>19h e 19:30. |   |   |   |   |   |

Observação: Reservar 1pc de Batata doce e 1pc Repolho verde para a próxima segunda-feira.

\*Pão SEM GLÚTEN – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Wickbold, Aminna, Schar, Beladri, Jasmine.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 3ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 233,04                         | 36,12 | 56%                           | 11,21 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 264,27       | 39,88          | 54%                               | 13,34    | 18%                            | 5,80  | 20%                           |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 295,83       | 43,01          | 52%                               | 15,55    | 19%                            | 6,80  | 21%                           |       |
| EM   | 16-18 anos      | 295,83       | 43,01          | 52%                               | 15,55    | 19%                            | 6,80  | 21%                           |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 295,83       | 43,01          | 52%                               | 15,55    | 19%                            | 6,80  | 21%                           |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 295,83       | 43,01          | 52%                               | 15,55    | 19%                            | 6,80  | 21%                           |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

Responsável Técnico

Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – ALERGIA OU INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN**

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

| 4ª Semana                  |   | Segunda-feira 06/03  | Terça-feira 07/03  | Quarta-feira 08/03  | Quinta-feira 09/03  | Sexta-feira 10/03   |
|----------------------------|---|--|--|---|---|---|
| L<br>A<br>N<br>C<br>H<br>E | Horários<br><b>Matutino:</b><br>9h e 9:30.<br><b>Vespertino:</b><br>15:30 e 16h.<br><b>Noturno:</b><br>19h e 19:30. | Carne moída ao molho<br>(Extrato de tomate)<br>Arroz cozido<br>Batata doce com casca<br>corada<br>Repolho verde em tiras | Cuscuz com Queijo muçarela<br>(Farinha de milho flocada,<br>queijo muçarela 1pc)<br>Suco de Goiaba<br>(Fruta 1pc, Açúcar)<br>Abacaxi em fatias | Coxa e sobrecoxa de Frango<br>assadas com Batata doce<br>Arroz cozido<br>Beterraba cozida<br>Frutas picadas<br>(Mamão picado, ½ pc + Maçã, ½<br>pc) | <b>*Pão sem glúten</b> com Peito de<br>Frango (½ pc)<br>cozido com Pimentão<br>Vitamina de Banana nanica<br>(Fruta ½ pc, Leite, Açúcar) | Isca de Peito de Frango<br>refogada<br>Arroz cozido com Cenoura<br>Feijão cozido<br>Salada de Pepino com casca e<br>picados com Limão |

Observação: Reservar 1 pc de Abóbora, 1pc de Repolho verde e 1 pc de Limão para a próxima segunda-feira.

\*Pão SEM GLÚTEN – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Wickbold, Aminna, Schar, Beladri, Jasmine.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 4ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 268,04                         | 45,66 | 61%                           | 11,26 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 299,08       | 49,37          | 59%                               | 13,42    | 16%                            | 5,68  | 17%                           |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 337,14       | 53,93          | 58%                               | 15,80    | 17%                            | 6,70  | 18%                           |       |
| EM   | 16-18 anos      | 337,14       | 53,93          | 58%                               | 15,80    | 17%                            | 6,70  | 18%                           |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 337,14       | 53,93          | 58%                               | 15,80    | 17%                            | 6,70  | 18%                           |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 337,14       | 53,93          | 58%                               | 15,80    | 17%                            | 6,70  | 18%                           |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – ALERGIA OU INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN**

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

| 5ª Semana |   | Segunda-feira 13/03   | Terça-feira 14/03   | Quarta-feira 15/03   | Quinta-feira 16/03   | Sexta-feira 17/03   |
|-----------|---|---|---|--|--|---|
| LANCHE    | Horários<br><b>Matutino:</b><br>9h e 9:30.<br><b>Vespertino:</b><br>15:30 e 16h.<br><b>Noturno:</b><br>19h e 19:30. | Bobó de Carne moída com Abóbora<br>Arroz cozido<br>Salada de Repolho verde ralado com Limão | Peito de Frango cozido com Batata<br>Arroz cozido<br>Beterraba cozida<br>Pepino em fatias | Peito de Frango refogado com Cebola e Limão<br>Arroz cozido<br>Feijão cozido<br>Abóbora cozida<br>Goiaba inteira (2pc) | Cuscuz com Queijo muçarela (Farinha de milho flocada, 1 pc de queijo muçarela)<br>Leite, Açúcar<br>Abacaxi picado (½ pc) | Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz)<br>Salada de Cenoura, Repolho verde, Pimentão e Limão)<br>Banana nanica |

Observação: Reservar 1 pc de Batata doce para a próxima segunda-feira.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 5ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 250,36                         | 40,38 | 58%                           | 11,65 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 286,16       | 44,91          | 56%                               | 14,04    | 18%                            | 5,53  | 17%                           |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 328,97       | 50,28          | 55%                               | 16,66    | 18%                            | 6,57  | 18%                           |       |
| EM   | 16-18 anos      | 328,97       | 50,28          | 55%                               | 16,66    | 18%                            | 6,57  | 18%                           |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 328,97       | 50,28          | 55%                               | 16,66    | 18%                            | 6,57  | 18%                           |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 328,97       | 50,28          | 55%                               | 16,66    | 18%                            | 6,57  | 18%                           |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – ALERGIA OU INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN**

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

| 6ª Semana |   | Segunda-feira 20/03  | Terça-feira 21/03   | Quarta-feira 22/03   | Quinta-feira 23/03   | Sexta-feira 24/03  |
|-----------|---|--|---|--|--|--|
| LANCHE    | Horários<br><b>Matutino:</b><br>9h e 9:30.<br><b>Vespertino:</b><br>15:30 e 16h.<br><b>Noturno:</b><br>19h e 19:30. | Carne moída ao molho<br>(Extrato de tomate)<br>Arroz cozido<br>Batata doce com casca<br>assada | Cuscuz com Queijo muçarela<br>(Farinha de milho flocada, 1<br>pc de queijo muçarela)<br>Suco de Abacaxi<br>(Fruta ½ pc, Açúcar) | Coxa e sobrecoxa de Frango<br>cozidas com Cenoura<br>Arroz cozido<br>Feijão cozido<br>Frutas picadas<br>(Maçã, ½ pc + Mamão, ½ pc) | Galinhada<br>(Arroz, Peito de Frango)<br>Beterraba cozida<br>Salada de Repolho verde,<br>Cheiro-verde e Limão<br>Melão em fatias | Peito de Frango refogado<br>Arroz cozido<br>Batata doce cozida a vapor<br>Pepino com casca em fatias |

Observação: Reservar 1 pc de Abóbora e 1pc de Limão e 1pc de Cebola para a próxima segunda-feira.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 6ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 220,37                         | 37,45 | 61%                           | 10,21 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 256,09       | 41,95          | 59%                               | 12,64    | 18%                            | 3,95  | 14%                           |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 298,82       | 47,30          | 57%                               | 15,29    | 18%                            | 5,01  | 15%                           |       |
| EM   | 16-18 anos      | 298,82       | 47,30          | 57%                               | 15,29    | 18%                            | 5,01  | 15%                           |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 298,82       | 47,30          | 57%                               | 15,29    | 18%                            | 5,01  | 15%                           |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 298,82       | 47,30          | 57%                               | 15,29    | 18%                            | 5,01  | 15%                           |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

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 – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – ALERGIA OU INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN**

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

| 7ª Semana   | Segunda-feira 27/03  | Terça-feira 28/03  | Quarta-feira 29/03  | Quinta-feira 30/03  | Sexta-feira 31/03   |
|---|--|--|---|---|---|
| <b>L<br/>A<br/>N<br/>C<br/>H<br/>E</b><br><br>Horários<br><b>Matutino:</b><br>9h e 9:30.<br><b>Vespertino:</b><br>15:30 e 16h.<br><b>Noturno:</b><br>19h e 19:30. | Carne moída refogada com<br>Cebola e Limão<br>Arroz cozido<br>Abóbora cozida | Peito de Frango em cubos<br>cozido com Batata, Cenoura e<br>Cheiro-verde<br>Arroz cozido<br>Couve refogada | Peito de Frango cozido e refogado<br>com Limão e Ervas<br>(Salsa e Cheiro-verde)<br>Arroz cozido<br>Feijão cozido<br>Purê de Abóbora<br>Pepino em cubos | Cuscuz com Queijo muçarela<br>(Farinha de milho flocada, 1 pc<br>de queijo muçarela)<br>Suco de Abacaxi<br>(Fruta ½ pc, Açúcar)<br>Banana prata (2pc) | Galinhada<br>(Coxa e sobrecoxa de Frango,<br>Arroz)<br>Beterraba cozida<br>Salada de Repolho com<br>Cheiro-verde e Limão<br>Frutas Picadas<br>(Mamão ½ pc + ½ Melão ½ pc) |

Observação: Reservar 1 pc de Batata doce para a próxima segunda-feira.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

| 7ª Semana<br>Composição nutricional<br>(Média semanal) | Etapa de Ensino | Faixa Etária | Energia (Kcal) | Carboidrato<br>(55% a 65% do VET) |          | Proteína<br>(10% a 15% do VET) |       | Lipídio<br>(15% a 30% do VET) |       |
|--|-----------------|--------------|----------------|-----------------------------------|----------|--------------------------------|-------|-------------------------------|-------|
|  |                 |              |                | g                                 | %        | g                              | %     | g                             | %     |
|  |                 |              |                | PE                                | 4-5 anos | 220,54                         | 37,45 | 61%                           | 10,48 |
| EF 01  | 6- 10 anos      | 256,26       | 41,95          | 59%                               | 12,91    | 18%                            | 4,03  | 14%                           |       |
| EF 02  | 11-15 anos      | 299,07       | 47,09          | 57%                               | 14,75    | 18%                            | 5,63  | 17%                           |       |
| EM   | 16-18 anos      | 299,07       | 47,09          | 57%                               | 14,75    | 18%                            | 5,63  | 17%                           |       |
| EJA 01   | 19-30 anos      | 299,07       | 47,09          | 57%                               | 14,75    | 18%                            | 5,63  | 17%                           |       |
| EJA 02   | 31-60 anos      | 299,07       | 47,09          | 57%                               | 14,75    | 18%                            | 5,63  | 17%                           |       |

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

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 – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023  
**CARDÁPIO ESPECIAL – ALERGIA OU INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN**

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 13/02/2023 a 31/03/2023. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 02/05/2023.

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

OBSERVAÇÕES GERAIS

- 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 ½ pc de sal para fazer o cuscuz. E para frango/ carne *in natura* do recheio do **\*Pão sem glúten**, utilizar ½ pc de sal e 1 pc de óleo.
- **A Unidade Escolar se preferir poderá oferecer ao aluno com intolerância ao Glúten o gênero Macarrão SEM GLÚTEN como substituto do Arroz branco especificado no cardápio – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Urbano, Renata, Barilla.**
- **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.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913