

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)

02 Refeições - Refeição Complementar - Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

1ª Semana		Segunda-feira 13/02	Terça-feira 14/02	Quarta-feira 15/02	Quinta-feira 16/02	Sexta-feira 17/02
LANCHE	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	*Biscoito sem leite *Leite vegetal (Açúcar)	*Biscoito sem leite Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, *Leite vegetal , Açúcar)	Cuscuz com *Azeite de oliva (1pc) (Farinha de milho flocada) *Leite vegetal , Açúcar + Frutas Picadas (Goiaba 1 pc + Melão ½ pc)	*Biscoito sem leite Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, *Leite vegetal , Açúcar)	Pão com *Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Peito de Frango em cubos ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido	Isca de Peito de Frango acebolada Arroz cozido Feijão cozido Purê de Abóbora Repolho verde ralado com Cebolinha	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido Couve refogada Beterraba crua ralada	Peito de Frango refogado com Cebola e Pimentão Arroz cozido Feijão cozido Batata doce com casca assada Cenoura crua com Cebolinha Mamão picado	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Arroz cozido Feijão cozido Cenoura cozida Pepino picado Maçã

Observação: Reservar 1 pc de Inhame, 1pc de Abóbora refrigerados para a próxima semana. Reservar 1pc de Batata doce refrigerada para o dia 27/02 (Integral).

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

*Leite VEGETAL com cálcio – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: RisoVita, Ades, Jasmine, A tal das Castanhas.

*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.

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	650,25	100,52	56%	24,58	14%	17,71	25%
	EF 01	6- 10 anos	716,80	107,51	54%	29,30	15%	19,62	25%
	EF 02	11-15 anos	781,94	115,98	53%	32,73	15%	21,41	25%
	EM	16-18 anos	781,94	115,98	53%	32,73	15%	21,41	25%

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 – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)

02 Refeições - Refeição Complementar - Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

2ª Semana		Segunda-feira 20/02	Terça-feira 21/02	Quarta-feira 22/02	Quinta-feira 23/02	Sexta-feira 24/02
L A N C H E	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR CARNAVAL	RECESSO ESCOLAR QUARTA-FEIRA DE CINZAS	*Biscoito sem leite *Leite vegetal (Açúcar)	Cuscuz (Farinha de milho flocada) *Leite vegetal, Açúcar
	A L M O Ç O				Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Macarrão ao molho com Peito de Frango em Pouch (Extrato de tomate) Inhame dourado ao forno

Observação: **Reservar 1pc de Batata doce refrigerada para o dia 27/02 (Integral).**

*Leite VEGETAL com cálcio – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: RisoVita, Ades, Jasmine, A tal das Castanhas.

*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	554,56	85,48	55%	21,25	14%	15,08	24%
	EF 01	6- 10 anos	606,18	93,12	55%	24,30	14%	15,99	24%
	EF 02	11-15 anos	669,03	104,46	56%	26,70	14%	16,83	23%
	EM	16-18 anos	669,03	104,46	56%	26,70	14%	16,83	23%

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 – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)

02 Refeições - Refeição Complementar - Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

3ª Semana		Segunda-feira 27/02	Terça-feira 28/02	Quarta-feira 01/03	Quinta-feira 02/03	Sexta-feira 03/02
LANÇHE	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Cuscuz com *Azeite de oliva (1pc) (Farinha de milho flocada) *Leite vegetal, Açúcar	*Biscoito sem leite *Leite vegetal (Açúcar) + Melão em fatias	*Biscoito sem leite *Leite vegetal com Açúcar + Goiaba (1pc) Abacaxi picado (½ pc)	*Biscoito sem leite *Leite vegetal (Açúcar)	Pão com Peito de Frango (½ pc) refogado com Cebolinha Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Peito de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Batata doce cozida	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata Arroz cozido Feijão cozido Cenoura crua ralada	Isca de Peito de Frango refogada Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido Batata doce com casca assada Couve refogada Banana nanica	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Pimentão Arroz cozido Feijão cozido Abóbora cozida Pepino com casca em fatias	Peito de Frango acebolado Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido Purê de Abóbora Beterraba cozida Repolho verde em tiras e Cebolinha

Observação: **Se a Unidade Escolar tiver Farinha de milho flocada em estoque, poderá fazer o cuscuz no dia 01/03.**

R*Leite VEGETAL com cálcio – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: RisoVita, Ades, Jasmine, A tal das Castanhas.

*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.

eservar 1 pc Inhamé, 1pc de Cenoura e 1 pc de Goiaba para a próxima segunda-feira.

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	625,14	98,47	57%	25,12	14%	15,10	22%
	EF 01	6- 10 anos	684,01	103,89	55%	29,91	16%	16,72	22%
	EF 02	11-15 anos	741,49	110,80	54%	33,42	16%	18,23	22%
	EM	16-18 anos	741,49	110,80	54%	33,42	16%	18,23	22%

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 – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)

02 Refeições - Refeição Complementar - Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

4ª Semana		Segunda-feira 06/03	Terça-feira 07/03	Quarta-feira 08/03	Quinta-feira 09/03	Sexta-feira 10/03
L A N C H E	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Pão com *Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva) Suco de Goiaba (Fruta 1 pc, Açúcar)	Cuscuz com *Azeite de oliva (1pc) (Farinha de milho flocada) *Leite vegetal , Açúcar	*Biscoito sem leite *Leite vegetal (Açúcar) + Goiaba inteira (2pc)	Cuscuz com *Azeite de oliva (1 pc) (Farinha de milho flocada) + *Leite vegetal , Açúcar	Pão com Peito de Frango (½ pc) refogado Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Peito de Frango em Pouch ao molho com Inhame (Extrato de tomate) Arroz cozido Cenoura crua ralada	Peito de Frango cozido com Batata, Cebola e Pimentão Arroz cozido Feijão cozido Couve refogada	Carne moída cozida com Abóbora Arroz cozido Feijão cozido Pepino em fatias Banana nanica assada	Galinhada (Arroz, Peito de Frango) Feijão cozido Salada cozida de Chuchu, Cenoura e Cebolinha Melancia picada	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Inhame Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido Salada de Beterraba, Repolho verde, Limão e Cebolinha

Observação: **Se a Unidade Escolar tiver Farinha de milho flocada em estoque, poderá fazer o cuscuz no dia 08/03.**

Reservar 1 pc de Cenoura e 1pc de Batata doce para a próxima semana.

*Leite VEGETAL com cálcio – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: RisoVita, Ades, Jasmine, A tal das Castanhas.

*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 escola. 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	606,96	96,92	57%	24,07	14%	14,60	22%
	EF 01	6- 10 anos	658,99	102,34	56%	28,18	15%	15,92	22%
	EF 02	11-15 anos	712,25	109,25	55%	31,28	16%	17,23	22%
	EM	16-18 anos	712,25	109,25	55%	31,28	16%	17,23	22%

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 – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)

02 Refeições - Refeição Complementar - Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

5ª Semana		Segunda-feira 13/03	Terça-feira 14/03	Quarta-feira 15/03	Quinta-feira 16/03	Sexta-feira 17/03
L A N C H E	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Pão com *Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	*Biscoito sem leite Vitamina de Goiaba (Fruta 1 pc, *Leite vegetal , Açúcar)	*Biscoito sem leite *Leite vegetal com Açúcar + Banana nanica	*Biscoito sem leite *Leite vegetal (Açúcar) + Frutas Picadas (Maçã ½ pc + Mamão ½ pc)	Cuscuz com *Azeite de oliva (1pc) (Farinha de milho flocada) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Peito de Frango cozido Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Batata doce corada Cenoura ralada	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas e refogadas com Limão Arroz cozido Feijão cozido Abóbora cozida Chuchu com Cebolinha	Peito de Frango cozido com Cenoura e Batata doce Arroz cozido Feijão cozido com Cebolinha Melão em fatias	Carne moída refogada com Pimentão Arroz cozido Feijão cozido Purê de Batata Salada de Cenoura crua, Pepino, Limão e Cebolinha	Isca de Peito de Frango refogada com Cebola Arroz cozido Feijão cozido Inhame corado Beterraba cozida

Observação: **Se a Unidade Escolar tiver Farinha de milho flocada em estoque, poderá fazer o cuscuz no dia 15/03.**

Reservar 1pc de Abóbora, 1pc de Repolho verde para a próxima segunda-feira.

*Leite VEGETAL com cálcio – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: RisoVita, Ades, Jasmine, A tal das Castanhas.

*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	630,65	100,08	57%	24,88
EF 01	6- 10 anos	692,20	107,04	56%	29,60	15%	17,36	23%	
EF 02	11-15 anos	759,48	116,96	55%	33,05	16%	18,82	22%	
EM	16-18 anos	759,48	116,96	55%	33,05	16%	18,82	22%	

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 – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)

02 Refeições - Refeição Complementar - Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

6ª Semana		Segunda-feira 20/03	Terça-feira 21/03	Quarta-feira 22/03	Quinta-feira 23/03	Sexta-feira 24/03
L A N C H E	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	*Biscoito sem leite *Leite vegetal (Açúcar)	Cuscuz com *Azeite de oliva (1pc) (Farinha de milho flocada) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	*Biscoito sem leite *Leite vegetal com Açúcar + Banana prata (1pc)	*Biscoito sem leite Vitamina de Banana prata (Fruta 1pc, *Leite vegetal, Açúcar) + Goiaba inteira (2pc)	Cuscuz com *Azeite de oliva (1pc) (Farinha de milho flocada) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
	A L M O Ç O	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Peito de Frango refogado Arroz cozido Purê de Abóbora Repolho verde ralado	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Limão Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido Batata com casca corada Couve refogada Melancia em fatias	Isca de Peito de Frango acebolada Arroz cozido Feijão cozido com Abóbora Chuchu refogado com Cebolinha	Carne moída cozida com Inhame Arroz cozido Feijão cozido Cenoura cozida com Cebolinha Pepino picado

Observação: Se a Unidade Escolar tiver Farinha de milho flocada em estoque, poderá fazer o cuscuz no dia 22/03.

Reservar 1 pc de Batata doce, 1 pc de Repolho verde para a próxima segunda-feira.

*Leite VEGETAL com cálcio – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: RisoVita, Ades, Jasmine, A tal das Castanhas.

*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.

6ª 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	599,52	96,36	58%	23,80	14%	14,46	22%
	EF 01	6- 10 anos	661,07	103,32	56%	28,51	16%	15,96	22%
	EF 02	11-15 anos	728,35	113,25	56%	31,97	16%	17,42	22%
	EM	16-18 anos	728,35	113,25	56%	31,97	16%	17,42	22%

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 – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)

02 Refeições - Refeição Complementar - Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

7ª Semana		Segunda-feira 27/03	Terça-feira 28/03	Quarta-feira 29/03	Quinta-feira 30/03	Sexta-feira 31/03
L A N C H E	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Cuscuz com *Azeite de oliva (1 pc) (Farinha de milho flocada) + *Leite vegetal , Açúcar	*Biscoito sem leite Vitamina de Banana prata (Fruta 1pc, *Leite vegetal , Açúcar)	Cuscuz com *Azeite de oliva (1pc) (Farinha de milho flocada) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	*Biscoito sem leite *Leite vegetal (Açúcar) + Frutas picadas (Banana 1pc + Mamão ½ pc)	*Biscoito sem leite *Leite vegetal com Açúcar + Frutas Picadas (Abacaxi ½ pc + Maçã ½ pc)
	A L M O Ç O	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Peito de Frango refogado Arroz cozido Batata doce com casca corada Repolho verde ralado	Peito de Frango acebolado Arroz cozido Feijão cozido Purê de Inhame Salada de Cenoura crua e Pepino	Carne moída refogada Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Couve refogada Batata doce assada Melão em fatias	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas e refogadas com Cebolinha Arroz cozido Feijão cozido Beterraba cozida Repolho verde com Limão

Observação: Se a Unidade Escolar tiver Farinha de milho flocada em estoque, poderá fazer o cuscuz no dia 31/03.

Reservar 1 pc de Abóbora e 1pc de Chuchu para a próxima segunda-feira.

***Leite VEGETAL com cálcio – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: RisoVita, Ades, Jasmine, A tal das Castanhas.**

***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.

7ª 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	631,58	100,68	57%	24,77	14%	15,79	22%
	EF 01	6- 10 anos	693,13	107,65	56%	29,49	15%	17,29	22%
	EF 02	11-15 anos	760,41	117,57	56%	32,94	16%	18,75	22%
	EM	16-18 anos	760,41	117,57	56%	32,94	16%	18,75	22%

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 – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)

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

02 Refeições - Refeição Complementar - Pré-Escolar, Ensino Fundamental e Ensino Médio

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, utilizar ½ pc de sal e 1 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.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913