

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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

04 Refeições: Ensino Fundamental, Ensino Médio

1ª Semana	Segunda-feira 22/05	Terça-feira 23/05	Quarta-feira 24/05	Quinta-feira 25/05	Sexta-feira 26/05
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com *Azeite de Oliva (Farinha de milho flocada) + *Leite vegetal , Açúcar	Biscoito SEM leite Suco de Maracujá (Fruta 1 pc, Açúcar) + Banana prata 2pc	Canjica com Leite caramelizado (*Leite vegetal , Açúcar) + Frutas picadas (Banana prata 1pc + Mamão ½ pc)	Cuscuz com *Peito de Frango refogado (1/2 pc- Reserva) (Farinha de milho flocada) Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)	Biscoito SEM leite Vitamina de Abacate (*Leite vegetal , Fruta 1pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Galinhada (Arroz, Peito de Frango) Abóbora cozida Beterraba crua ralada	Carne moída cozida com Batata doce (Acém moído) Arroz cozido Salada crua de Cenoura com Couve em tiras	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Macarrão ao molho com Manjericão (Extrato de tomate) Salada de Beterraba com Pepino em fatias e Limão	Filé de Tilápia desfiado e refogado com Ervas (Cebolinha, Coentro, Salsa) Arroz cozido Legumes gratinados (Batata, Cenoura, *Leite vegetal ½ pc, Amido)	Isclas de Paleta suína aceboladas com Limão Arroz cozido Feijão cozido Abóbora refogada Repolho verde em tiras
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Biscoito SEM leite	Abacaxi picado	Melão em fatias	Melancia em fatias	Tangerina
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Carne moída ao molho (Acém moído, Extrato de tomate ½ pc) Arroz cozido Salada de Cenoura com Repolho verde	Galinhada (Arroz, Peito de Frango) Pepino com casca picado Banana prata 2pc	Paleta suína em cubos cozida e refogada com Limão Arroz cozido Couve refogada Abóbora cozida	Isclas de Peito de Frango aceboladas Macarrão ao molho branco (*Leite vegetal ½ pc, Amido) Cenoura rua ralada	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce e Manjericão Arroz cozido

Observação: Reservar 1 pc de Banana prata, 1pc de Inhame, 1 pc de Abóbora e 1pc de Beterraba, 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.

*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.

*Para os biscoitos: Biscoitos SEM leite. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, Natural Life.

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

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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

04 Refeições: Ensino Fundamental, Ensino Médio

2ª Semana	Segunda-feira 29/05	Terça-feira 30/05	Quarta-feira 31/05	Quinta-feira 01/06	Sexta-feira 02/06
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Biscoito SEM leite Vitamina de Banana prata (*Leite vegetal, Fruta 1 pc, Açúcar)	Cuscuz com *Azeite de Oliva (Farinha de milho flocada) Leite caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar)	Biscoito SEM leite Vitamina de Abacate (*Leite vegetal, Fruta 1 pc, Açúcar)	Cuscuz com *Peito de Frango refogado (1/2 pc- Reserva) (Farinha de milho flocada) Suco de Maracujá (Fruta 1 pc, Açúcar)	Vitamina de Banana nanica (*Leite vegetal, Fruta ½ pc, Açúcar) Frutas picadas (Abacaxi 1pc, Banana nanica ½ pc, Melão ½ pc)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Peito de Frango cozido com Abóbora Arroz cozido Inhame dourado ao forno	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Ervas (Cebolinha, Coentro, Manjericão e Salsa) Arroz cozido Batata doce corada Couve refogada	Carne moída ao molho (Acém moído, Extrato de tomate ½ pc) Macarrão ao alho e óleo Legumes cozido a vapor: Batata, Cenoura	Paleta suína assada com Limão Arroz cozido Abóbora cozida Salada de Beterraba com Repolho verde	Estrogonofe de Frango (Peito de Frango, *Leite vegetal ½ pc, Amido, Extrato de tomate ½ pc) Arroz cozido Salada de Cenoura ralada com Pepino em fatias e molho de Limão com Hortelã
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito SEM leite	Melão picado	Tangerina	Mamão em pedaços	Maça
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Carne moída refogada (Acém moído) Macarrão ao alho e óleo Beterraba cozida Repolho verde ralado	Estrogonofe de Frango (Peito de Frango, *Leite vegetal ½ pc, Amido, Extrato de tomate ½ pc) Arroz cozido Beterraba cozida	Filé de Tilápia ao molho (Extrato de tomate ½ pc, Pimentão) Arroz cozido Batata doce com casca assada	Caldo de Peito de Frango desfiado com Abóbora e Couve Arroz cozido	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango) Acelga em tiras Melão em fatias

Observação: Reservar 1 pc de Couve congelada para o uso em 01/06. Reservar 1pc de Abóbora, 1pc de Inhame e 1pc de Limão e 1pc de Cenoura, 1 pc de Repolho verde para a próxima segunda-feira. Reservar Temperos naturais - Cebolinha, Coentro e Salsa e Manjericão (Integral) e Temperos naturais - Cebolinha, Coentro e Salsa (Regular) para próxima semana.

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

*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.

*Para os biscoitos: Biscoitos SEM leite. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, Natural Life.

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

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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

04 Refeições: Ensino Fundamental, Ensino Médio

3ª Semana	Segunda-feira 05/06	Terça-feira 06/06	Quarta-feira 07/06	Quinta-feira 08/06	Sexta-feira 09/06
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Leite caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar)	Biscoito SEM leite Vitamina de Banana nanica (*Leite vegetal, Fruta ½ pc, Açúcar)	Biscoito SEM leite Suco de Maracujá (Fruta 1pc, Açúcar) + Melancia em fatias	RECESSO ESCOLAR (Corpus Christi)	DIA LETIVO MÓVEL (Corpus Christi)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Carne moída cozida com Inhame (Acém moído) Arroz cozido Purê de Abóbora	Paleta suína cozida e refogada com Limão Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Abóbora cozida Couve refogada	Frango desfiado com Cenoura ralada ao molho branco (Peito de Frango Pouch, Amido e *Leite vegetal ½ pc) Arroz cozido Pepino com casca em fatias		
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito SEM leite	Abacaxi em fatias	Frutas picadas (Banana nanica ½ pc + Melão ½ pc)		
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Canja de Frango com Legumes (Arroz, Peito de Frango desfiado, Cenoura, Repolho verde)	Ovos mexidos Macarrão ao molho com Manjericão (Extrato de tomate) Beterraba cozida + Banana nanica	Carne moída refogada (Acém moído) Arroz cozido Creme Abóbora (*Leite vegetal ½ pc)		

Observação: Reservar 1pc de Inhame, 1 pc de Beterraba e 1pc de Batata doce, 1pc de Cenoura 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.

*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.

*Para os biscoitos: Biscoitos SEM leite. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, Natural Life.

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

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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

04 Refeições: Ensino Fundamental, Ensino Médio

4ª Semana	Segunda-feira 12/06	Terça-feira 13/06	Quarta-feira 14/06	Quinta-feira 15/06	Sexta-feira 16/06
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com *Azeite de Oliva (Farinha de milho flocada) + *Leite vegetal , Açúcar	Biscoito SEM leite Vitamina de Banana prata (*Leite vegetal , Fruta 1 pc, Açúcar)	Cuscuz com *Peito de Frango refogado (1/2 pc- Reserva) (Farinha de milho flocada) Suco Verde (Abacaxi ½ pc, Limão, Hortelã, Açúcar)	Vitamina de Banana prata (*Leite vegetal , Fruta 1 pc, Açúcar) Frutas picadas (Abacaxi ½ pc, Banana prata 1pc, Melão 1pc)	Biscoito SEM leite Vitamina de Abacate (*Leite vegetal , Fruta 1 pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Carne moída ^R refogada (Acém moído) Arroz cozido Purê de Inhame Beterraba cozida	Coxa e sobrecoxa ^R de Frango ao molho com Batata (Extrato de tomate ½ pc) Macarrão ao alho e óleo com Brócolis	Paleta suína em cubos acebolada com Limão Arroz cozido Feijão cozido com Abóbora Salada de Alface com Tomate	Estrogonofe de Frango (Peito de Frango, Amido, *Leite vegetal ½ pc, Extrato de tomate ½ pc) Arroz cozido Abobrinha refogada com Cenoura	Filé de Tilápia assado com Inhame e Ervas (Cebolinha, Coentro e Salsa) Arroz cozido Vagem refogada
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito SEM leite	Maçã	Melão em fatias	Tangerina	Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Mamão ½ pc)
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Sopa de Macarrão com Peito de Frango ^R e Legumes (Peito de Frango, Extrato de tomate ½ pc, Batata doce, Cenoura)	Estrogonofe de Peito de Frango (Extrato de tomate ½ pc, (Amido e *Leite vegetal ½ pc) Arroz cozido Couve refogada	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango ^R) Salada de Tomate em rodelas com Pimentão e Cebola Banana prata 2pc	Canja de Frango (Arroz, Peito de Frango desfiado, Cenoura, Repolho verde)	Isclas de Paleta suína cozidas e refogadas Arroz cozido Alface em tiras com Hortelã e Limão

Observação: Reservar 1pc de Couve-flor, 1pc de Beterraba, 1pc de Cebola (Integral) e 1 pc de Abóbora, 1pc de Batata doce (Regular) para a próxima semana.

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

***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.

***Para os biscoitos:** Biscoitos SEM leite. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, Natural Life.

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

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 – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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

04 Refeições: Ensino Fundamental, Ensino Médio

5ª Semana	Segunda-feira 19/06	Terça-feira 20/06	Quarta-feira 21/06	Quinta-feira 22/06	Sexta-feira 23/06
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com *Azeite de Oliva (Farinha de milho flocada) Leite caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar)	Biscoito SEM leite Suco Verde (Abacaxi ½ pc, Talos de espinafre, Limão, Açúcar) + Tangerina	Cuscuz com Ovos ^R mexidos Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)	Canjica (*Leite vegetal, Açúcar) + Mamão picado	Biscoito SEM leite Vitamina de Abacate (*Leite vegetal, Fruta 1pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Galinhada (Arroz, Peito de Frango) Couve-flor gratinada (Amido e *Leite vegetal ½ pc) Beterraba cozida	Carne moída refogada (Acém moído) Arroz cozido com Espinafre Cenoura cozida	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Macarronada com Manjerição (Extrato de tomate) Salada de Acelga com Tomate	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata Arroz cozido Salada de Beterraba com Pepino	Paleta Suína cozida e refogada com Limão Arroz cozido Purê de Batata doce Chuchu com casca refogado
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito SEM leite	Maçã	Abacaxi picado	Melancia em fatias	Frutas picadas (Banana nanica ½ pc + Melão ½ pc)
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Bobó de Carne moída com Abóbora (Acém moído) Arroz cozido Batata doce com casca cozida a vapor	Ovos mexidos Banana nanica assada e gratinada ao molho branco (*Leite vegetal ½ pc, Amido) Arroz cozido Pepino com casca em fatias	Filé de Tilápia ao molho com Manjerição (Extrato de tomate) Arroz cozido Cenoura cozida	Galinhada (Arroz, Peito de Frango) Batata doce com casca corada	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Macarrão ao alho e óleo Salada de Abóbora em cubos com Repolho roxo

Observação: **Reservar os Talos de Espinafre para o dia 20/06.** Reservar 1pc de Abóbora, 1pc de Repolho roxo, 1pc de Cebola e 1pc de Beterraba, 1pc de Acelga 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.

*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.

*Para os biscoitos: Biscoitos SEM leite. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, Natural Life.

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

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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

04 Refeições: Ensino Fundamental, Ensino Médio

6ª Semana	Segunda-feira 26/06	Terça-feira 27/06	Quarta-feira 28/06	Quinta-feira 29/06	Sexta-feira 30/06
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com *Azeite de Oliva (Farinha de milho flocada) Leite caramelizado (*Leite vegetal, Açúcar)	Biscoito SEM leite Vitamina de Banana prata (*Leite vegetal, Fruta 1 pc, Açúcar)	Cuscuz com *Peito de Frango refogado (1/2 pc- Reserva) (Farinha de milho flocada) Suco Verde (Melão ½ pc, Limão, Hortelã, Açúcar)	Vitamina de Banana prata (*Leite vegetal, Fruta 1 pc, Açúcar) Frutas picadas (Abacate 1pc, Banana prata 1pc, Mamão 1pc)	Biscoito SEM leite Vitamina de Banana prata (*Leite vegetal, Fruta 1 pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Iscas de Peito de Frango aceboladas Arroz cozido Purê de Abóbora Repolho roxo em tiras	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata Arroz cozido com Brócolis	Carne moída refogada (Acém moído) Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Salada de Cenoura com Vagem	Paleta suína cozida e refogada com Limão Arroz cozido Abóbora cozida Salada de Alface com Tomate meia lua e Cebola	Filé de Tilápia ao molho branco gratinado com Couve-flor (Amido e *Leite vegetal ½ pc) Arroz cozido Abobrinha refogada
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito SEM leite	Tangerina	Abacaxi em fatias	Maçã	Melão picado
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Carne moída refogada (Acém moído) Arroz cozido Salada de Beterraba com Acelga ralados	Sopa de Frango com Legumes (Macarrão, Peito de Frango desfiado, Extrato de tomate, Cenoura, Couve)	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango) Salada de Tomate em cubos, Pimentão, Cebola e Limão Banana nanica assada	Estrogonofe de Frango (Peito de Frango, Amido, *Leite vegetal ½) Arroz cozido Alface picado	Paleta suína cozida e refogada com Limão e Cebola Arroz cozido Salada de Abóbora cozida com Repolho verde em tiras

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

*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.

*Para os biscoitos: Biscoitos SEM leite. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, Natural Life.

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

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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

04 Refeições: Ensino Fundamental, Ensino Médio

7ª Semana	Segunda-feira 03/07	Terça-feira 04/07	Quarta-feira 05/07	Quinta-feira 06/07	Sexta-feira 07/07
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	<p style="text-align: center;">Período de 03/07 a 11/07/2023</p> <p>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 1º semestre letivo; início do recesso escolar; ocorrência das provas de final de bimestre, bem como diminuição significativa da frequência dos estudantes. Ante o exposto, 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.</p> <p>Importante salientar que, caso a Unidade Escolar identifique a necessidade de complementação da alimentação escolar, nesse período, deverão 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).</p>				
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.					
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.					
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.					

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 04 REFEIÇÕES

Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (15% a 30% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
1ª Semana	EF 01	6- 10 anos	1001,11	154,37	56%	43,82	16%	23,43	21%
	EF 02	11-15 anos	1111,16	170,63	55%	49,54	16%	25,59	21%
	EM	16-18 anos	1111,16	170,63	55%	49,54	16%	25,59	21%
2ª Semana	EF 01	6- 10 anos	969,48	143,94	53%	44,40	16%	23,87	22%
	EF 02	11-15 anos	1072,51	158,37	53%	50,19	17%	25,96	22%
	EM	16-18 anos	1072,51	158,37	53%	50,19	17%	25,96	22%
3ª Semana	EF 01	6- 10 anos	897,96	140,71	56%	37,31	15%	21,40	21%
	EF 02	11-15 anos	982,36	154,54	57%	41,14	15%	22,75	21%
	EM	16-18 anos	982,36	154,54	57%	41,14	15%	22,75	21%
4ª Semana	EF 01	6- 10 anos	965,49	147,54	55%	42,32	16%	23,00	21%
	EF 02	11-15 anos	1067,23	161,97	55%	47,76	16%	25,12	21%
	EM	16-18 anos	1067,23	161,97	55%	47,76	16%	25,12	21%
5ª Semana	EF 01	6- 10 anos	992,43	150,95	55%	42,07	15%	24,06	22%
	EF 02	11-15 anos	969,82	148,69	55%	44,36	16%	21,05	20%
	EM	16-18 anos	969,82	148,69	55%	44,36	16%	21,05	20%

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar

6ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (15% a 30% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
				EF 01	6- 10 anos	960,06	143,43	54%	43,20
EF 02	11-15 anos	1062,95	157,87	53%	48,88	17%	26,02	22%	
EM	16-18 anos	1062,95	157,87	53%	48,88	17%	26,02	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 – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 22/05/2023 a 11/07/2023. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 28/08/2023.

04 Refeições: Ensino Fundamental, Ensino Médio

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 frango/carne/ovo *in natura* como acompanhamento para o cuscuz utilizar ½ pc de sal e 1 pc de óleo (1ml).
- **Atentar-se às entregas dos Ovos. Eles chegarão uma semana antes do consumo. Por esse motivo, o ovo deverá ser armazenado sob refrigeração até o efetivo consumo.**
- **Armazenar as reservas de Carnes conforme planejamento do cardápio e de entregas.**
- **R: Reserva de Carne ou Ovo de entregas mais distantes. Utilizar 1 pc por refeição. Armazenar as reservas refrigeradas ou congeladas.**
- **Amido:** Amido de milho.
- **Leite vegetal:** Per capita para molhos reduzido de meio (½) para um terço (⅓).
- **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 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.
- **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 compõem o arquivo Caderno de Receitas atualizado e encaminhado a cada Distribuição.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913