

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

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

1ª Semana		Segunda-feira 06/11	Terça-feira 07/11	Quarta-feira 08/11	Quinta-feira 09/11	Sexta-feira 10/11
L A N C H E	Horários					
	<b>Matutino:</b> 9h e 9:30.	<b>Peito de Frango</b> ao molho (Amido) <b>*Arroz integral</b>	Biscoito Amanteigado Vitamina de Goiaba (Leite, Fruta 1pc) + Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Maçã ½ pc)	<b>Paleta suína</b> ao molho (Extrato de tomate) <b>*Arroz integral</b> Abóbora cozida Repolho verde ralado	<b>*Pão integral</b> com <b>Ovos mexidos</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Melão picado	<b>Peito de Frango</b> refogado com Açafrão <b>*Arroz integral</b> Feijão cozido Salada de Couve picada e Beterraba crua ralada
	<b>Vespertino:</b> 15:30 e 16h.					
	<b>Noturno:</b> 19h e 19:30.					

**Observação: As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.**

Seguir as orientações complementares previstas na Cartilha para Cardápios Especiais – Diabetes Mellitus, no tocante as substituições e sugestões de marcas dos gêneros a serem adquiridos pela escola, assim como na observação da adição de óleo ou azeite nas preparações. **Ofertar Farelo de Aveia em dias que não for ofertado hortifrutis nas preparações.** Reservar 1pc de Cenoura, 1 pc de Pepino refrigerados para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com **\*PÃO INTEGRAL** conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar. **Na 1ª semana da 6ª distribuição, adaptar o cardápio para utilizar o excedente de proteínas em estoque disponível na escola (Processo SEI N° 00080-00260041/2023-60).**

**Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não será entregue:**

**Gama: banana, couve e pepino. Recanto das Emas: repolho roxo, banana, tomate. Planaltina: tomate. São Sebastião: chuchu, tomate e goiaba.**

**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 (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%	g
				PE	4-5 anos	325,51	47,31	52%	13,54	15%
EF 01	6- 10 anos	338,93	48,61	52%	14,85	16%	9,48	25%	5,33	
EF 02	11-15 anos	355,60	49,28	50%	17,07	17%	10,00	25%	5,41	
EM	16-18 anos	355,60	49,28	50%	17,07	17%	10,00	25%	5,41	
EJA 01	19-30 anos	355,60	49,28	50%	17,07	17%	10,00	25%	5,41	
EJA 02	31-60 anos	355,60	49,28	50%	17,07	17%	10,00	25%	5,41	

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base no Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com Necessidades Alimentares Especiais, FNDE (2016).

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 – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

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

2ª Semana		Segunda-feira 13/11	Terça-feira 14/11	Quarta-feira 15/11	Quinta-feira 16/11	Sexta-feira 17/11
LANCHE	Horários	Polenta regada ao molho de Carne moída (Farinha de milho flocada ½ pc, Acém moído, Extrato de tomate) <b>*Arroz integral</b> Salada de Cenoura crua ralada e pepino picado	Canjica (Leite) + Banana prata	<b>FERIADO (PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA)</b>	Bobó de Peito de Frango com Abóbora <b>*Arroz integral</b> Feijão cozido Batata doce corada	<b>*Pão integral</b> com Ovos <sup>R</sup> mexidos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)
	Matutino:					
	9h e 9:30.					
	Vespertino:					
	15:30 e 16h.					
	Noturno:					
19h e 19:30.						

Observação: **As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.**

Seguir as orientações complementares previstas na Cartilha para Cardápios Especiais – Diabetes Mellitus, no tocante as substituições e sugestões de marcas dos gêneros a serem adquiridos pela escola, assim como na observação da adição de óleo ou azeite nas preparações. **Ofertar Farelo de Aveia em dias que não for ofertado hortifrutis nas preparações.** Reservar 1pc de Beterraba e 1 pc de Cenoura **refrigerados** para a próxima terça-feira. Ofertar a preparação com **\*PÃO INTEGRAL** 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 será entregue:**

**Gama: banana, couve e pepino. Recanto das Emas: repolho roxo, banana, tomate. Planaltina: tomate. São Sebastião: chuchu, tomate e goiaba.**

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 (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%	g
				PE	4-5 anos	339,21	49,46	52%	13,54	14%
EF 01	6- 10 anos	365,47	53,20	52%	14,86	15%	10,21	25%	4,75	
EF 02	11-15 anos	394,74	57,57	53%	16,97	15%	10,58	24%	5,05	
EM	16-18 anos	394,74	57,57	53%	16,97	15%	10,58	24%	5,05	
EJA 01	19-30 anos	394,74	57,57	53%	16,97	15%	10,58	24%	5,05	
EJA 02	31-60 anos	394,74	57,57	53%	16,97	15%	10,58	24%	5,05	

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base no Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com Necessidades Alimentares Especiais, FNDE (2016).

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 – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

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

3ª Semana		Segunda-feira 20/11	Terça-feira 21/11	Quarta-feira 22/11	Quinta-feira 23/11	Sexta-feira 24/11
L A N C H E	Horários	<b>PONTO FACULTATIVO (DIA DA CONSCIÊNCIA NEGRA)</b>	Paleta suína desfiada ao molho (Extrato de tomate) <b>*Arroz integral</b> com Cenoura (Açafrão) Beterraba crua ralada	Cuscuz com Carne moída refogada (Acém moído ½ pc, Açafrão) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)	Ovos mexidos <b>*Arroz integral</b> Tutu de Feijão com Couve (Farinha de mandioca) Batata inglesa corada	<b>*Pão integral</b> com Carne moída refogada ½ pc (Acém moído) Suco de Goiaba (Fruta 1 pc) + Banana prata
	Matutino: 9h e 9:30.					
	Vespertino: 15:30 e 16h.					
	Noturno: 19h e 19:30.					

**Observação:** As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.

Seguir as orientações complementares previstas na Cartilha para Cardápios Especiais – Diabetes Mellitus, no tocante as substituições e sugestões de marcas dos gêneros a serem adquiridos pela escola, assim como na observação da adição de óleo ou azeite nas preparações. **Ofertar Farelo de Aveia em dias que não for ofertado hortifrutis nas preparações.** Reservar 1pc de Abóbora, 1pc de Repolho verde **refrigerados** para a próxima segunda-feira.

Ofertar a preparação com **\*PÃO INTEGRAL** conforme a data de entrega deste gênero na unidade escolar.

**FILE DE TILÁPIA** somente para o Ensino Fundamental, Ensino Médio e Ensino de Jovens e Adultos. **PEITO DE FRANGO** para o Pré-escolar e Ensino Especial.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não será entregue:

**Gama: banana, couve e pepino. Recanto das Emas: repolho roxo, banana, tomate. Planaltina: tomate. São Sebastião: chuchu, tomate e goiaba.**

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 (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%	g
				PE	4-5 anos	318,97	46,54	53%	13,86	16%
EF 01	6- 10 anos	339,03	49,19	52%	15,48	16%	8,75	23%	4,68	
EF 02	11-15 anos	365,99	51,78	51%	18,20	18%	9,39	23%	4,83	
EM	16-18 anos	365,99	51,78	51%	18,20	18%	9,39	23%	4,83	
EJA 01	19-30 anos	365,99	51,78	51%	18,20	18%	9,39	23%	4,83	
EJA 02	31-60 anos	365,99	51,78	51%	18,20	18%	9,39	23%	4,83	

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base no Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com Necessidades Alimentares Especiais, FNDE (2016).

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 – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

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

4ª Semana	Segunda-feira 27/11	Terça-feira 28/11	Quarta-feira 29/11	Quinta-feira 30/11	Sexta-feira 01/12
<b>L</b> Horários <b>A</b> <b>Matutino:</b> 9h e 9:30. <b>N</b> <b>Vespertino:</b> 15:30 e 16h. <b>H</b> <b>Noturno:</b> 19h e 19:30. <b>E</b>	Bobó de Filé de Tilápia com Abóbora (Amido) *Arroz integral Repolho verde refogado com Colorau	Canjica (Leite) + Melão em fatias	<b>Peito de Frango em Pouch</b> <b>(EF/EM/EJA) ou Atum em</b> <b>Pouch cozido com *Arroz</b> <b>integral, Cenoura e Extrato de</b> <b>tomate (Pré/EE)</b> Feijão cozido Beterraba cozida	<b>FERIADO</b> <b>(DIA DO EVANGÉLICO)</b>	<b>DIA LETIVO MÓVEL</b>

Observação: **As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.**

Seguir as orientações complementares previstas na Cartilha para Cardápios Especiais – Diabetes Mellitus, no tocante as substituições e sugestões de marcas dos gêneros a serem adquiridos pela escola, assim como na observação da adição de óleo ou azeite nas preparações. **Ofertar Farelo de Aveia em dias que não for ofertado hortifrutis nas preparações. Reservar 1 pc de Couve – congelada, 1 pc de Batata doce refrigerada para a próxima semana.**

**PEITO DE FRANGO EM POUCH somente para o Ensino Fundamental, Ensino Médio e Ensino de Jovens e Adultos. ATUM EM POUCH para o Pré-escolar e Ensino Especial.**

**Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não será entregue:**

**Gama: banana, couve e pepino. Recanto das Emas: repolho roxo, banana, tomate. Planaltina: tomate. São Sebastião: chuchu, tomate e goiaba.**

**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 (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%	g
				PE	4-5 anos	328,62	47,96	53%	11,58	13%
EF 01	6- 10 anos	357,13	50,49	51%	12,88	13%	12,20	31%	4,28	
EF 02	11-15 anos	381,43	53,42	50%	14,94	14%	12,72	30%	4,50	
EM	16-18 anos	381,43	53,42	50%	14,94	14%	12,72	30%	4,50	
EJA 01	19-30 anos	381,43	53,42	50%	14,94	14%	12,72	30%	4,50	
EJA 02	31-60 anos	381,43	53,42	50%	14,94	14%	12,72	30%	4,50	

**VET:** Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base no Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com Necessidades Alimentares Especiais, FNDE (2016).

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023**

**CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

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

5ª Semana		Segunda-feira 04/12	Terça-feira 05/12	Quarta-feira 06/12	Quinta-feira 07/12	Sexta-feira 08/12
<b>L A N C H E</b>	Horários	Carne moída <sup>R</sup> cozida com Batata doce (Acém moído) <b>*Arroz integral</b> Farofa de Couve (Farinha de mandioca)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc) + Mamão ½ pc	Peito de Frango <sup>R</sup> ao molho (Extrato de tomate) <b>*Arroz integral</b> Feijão cozido Batata doce com casca cozida Pepino com casca picado	<b>*Pão integral</b> com Peito de Frango <sup>R</sup> desfiado e refogado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc)	<b>*Arroz integral</b> com Paleta suína em cubos (Açafrão) Salada de Cenoura com Repolho roxo
	<b>Matutino:</b> 9h e 9:30.					
	<b>Vespertino:</b> 15:30 e 16h.					
	<b>Noturno:</b> 19h e 19:30.					

Observação: **As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.**

Seguir as orientações complementares previstas na Cartilha para Cardápios Especiais – Diabetes Mellitus, no tocante as substituições e sugestões de marcas dos gêneros a serem adquiridos pela escola, assim como na observação da adição de óleo ou azeite nas preparações. **Ofertar Farelo de Aveia em dias que não for ofertado hortifrutis nas preparações.** Reservar ½ pc de Banana nanica (congelado), 1 pcd de Abóbora, 1pc de Beterraba refrigerados para a próxima semana.

Ofertar a preparação com **\*PÃO INTEGRAL** 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 será entregue:**

**Gama: banana, couve e pepino. Recanto das Emas: repolho roxo, banana, tomate. Planaltina: tomate. São Sebastião: chuchu, tomate e goiaba.**

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 (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%	g
				<b>PE</b>	4-5 anos	326,69	46,31	51%	13,99	15%
<b>EF 01</b>	6- 10 anos	345,51	47,61	50%	15,65	16%	10,15	26%	4,55	
<b>EF 02</b>	11-15 anos	369,86	49,13	48%	18,61	18%	10,81	26%	4,69	
<b>EM</b>	16-18 anos	369,86	49,13	48%	18,61	18%	10,81	26%	4,69	
<b>EJA 01</b>	19-30 anos	369,86	49,13	48%	18,61	18%	10,81	26%	4,69	
<b>EJA 02</b>	31-60 anos	369,86	49,13	48%	18,61	18%	10,81	26%	4,69	

**VET:** Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base no Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com Necessidades Alimentares Especiais, FNDE (2016).

**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 – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

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

6ª Semana		Segunda-feira 11/12	Terça-feira 12/12	Quarta-feira 13/12	Quinta-feira 14/12	Sexta-feira 15/12
L A N C H E	Horários	<b>Peito de Frango em Pouch (EF/EM/EJA) ou Atum em Pouch cozido com Abóbora<sup>R</sup> (Pré/EE)</b> <b>*Arroz integral com Colorau</b>	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Carne moída ao molho (Acém moído ½ pc, Extrato de tomate) <b>*Arroz integral</b> Beterraba <sup>R</sup> cozida	Canjica (Leite)	Baião de três (Arroz, Feijão, Acém moído ½ pc) Farofa de Cebola (Farinha de mandioca)
	Matutino:					
	9h e 9:30.					
	Vespertino:					
	15:30 e 16h.					
	Noturno:					
19h e 19:30.						

Observação: **As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.**

Seguir as orientações complementares previstas na Cartilha para Cardápios Especiais – Diabetes Mellitus, no tocante as substituições e sugestões de marcas dos gêneros a serem adquiridos pela escola, assim como na observação da adição de óleo ou azeite nas preparações. **Ofertar Farelo de Aveia em dias que não for ofertado hortifrutis nas preparações.**

**PEITO DE FRANGO EM POUCH** somente para o Ensino Fundamental, Ensino Médio e Ensino de Jovens e Adultos. **ATUM EM POUCH** para o Pré-escolar e Ensino Especial.

**Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não será entregue:**

**Gama: banana, couve e pepino. Recanto das Emas: repolho roxo, banana, tomate. Planaltina: tomate. São Sebastião: chuchu, tomate e goiaba.**

**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 (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos; 10 a 15% do VET ≥ 16 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos; 27,5% do VET ≥ 16 anos)		Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%	
	PE	4-5 anos	291,49	43,15	53%	11,00	14%	8,81	27%	3,18
	EF 01	6- 10 anos	308,07	45,33	53%	12,20	14%	9,17	27%	3,39
	EF 02	11-15 anos	332,46	48,10	52%	14,22	15%	9,77	26%	3,61
	EM	16-18 anos	332,46	48,10	52%	14,22	15%	9,77	26%	3,61
	EJA 01	19-30 anos	332,46	48,10	52%	14,22	15%	9,77	26%	3,61
	EJA 02	31-60 anos	332,46	48,10	52%	14,22	15%	9,77	26%	3,61

**VET:** Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base no Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com Necessidades Alimentares Especiais, FNDE (2016).

**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 – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

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

7ª Semana		Segunda-feira 18/12	Terça-feira 19/12	Quarta-feira 20/12	Quinta-feira 21/12	Sexta-feira 22/12	
L A N C H E	Horários	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. 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 <b>pedido extra de gêneros alimentícios perecíveis, de acordo com a Nota Técnica nº 01/2021 – SEE/SUAG/DIAE/GPEA (066695935).</b>				<p><b>TÉRMINO DO ANO LETIVO DE 2023</b> Sugestão de cardápio: Cuscuz, Biscoito, Arroz doce</p>	
	Matutino: 9h e 9:30. Vespertino: 15:30 e 16h. Noturno: 19h e 19:30.						

Observação: **As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.**

Seguir as orientações complementares previstas na Cartilha para Cardápios Especiais – Diabetes Mellitus, no tocante as substituições e sugestões de marcas dos gêneros a serem adquiridos pela escola, assim como na observação da adição de óleo ou azeite nas preparações. **Ofertar Farelo de Aveia em dias que não for ofertado hortifrutis nas preparações.**

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 – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

**CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 06/11/2023 a 21/12/2023. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 21/12/2023

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

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).
- **Substitutos de gêneros pão, arroz, macarrão e açúcar:**
  - Para o pão: Pão integral e Cuscuz. Marcas sugeridas: Pullman, Wickbold, Seven Boys OU farinha de milho flocada, da Alimentação Escolar.
  - Para o açúcar: Preferencialmente somente retirar o açúcar. Caso seja necessário uso de adoçante, por motivo de aceitação do aluno, preferir os à base de estévia, sucralose ou eritritol, ou seguir a recomendação médica ou nutricional individualizada. Marcas sugeridas: Stevita, Linea, Finn.
  - Para o Arroz branco/parboilizado: Arroz integral. Tipo 1. Marcas sugeridas: Camil; Tio João; Qualidade; Tio Urbano.
  - Macarrão tradicional: Macarrão integral. Marcas sugeridas: Renata; Fusilli; Adria; Urbano; Barilla; De Massa Caseira.
  - Farelo de Aveia: Nestle, Jasmine, Quacker, Native.
  - Amido: Amido de milho
  - 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 Hortifrutis, Carnes ou Ovo de entregas mais distantes. Utilizar 1 pc por refeição. Armazenar as reservas refrigeradas ou congeladas.**
  - Os biscoitos que ainda restarem nos estoques devem ser acrescidos ao cardápio, mesmo que não esteja previsto, de forma a impedir o seu vencimento na 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.
  - **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.**
- Para sugestões de novas preparações que tenham boa aceitação dos alunos, essas deverão ser comunicadas aos Nutricionistas das Regionais de Ensino, que deverão encaminhar à 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