

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

02 Refeições - Refeição Complementar e Escola Parque: Pré-escolar, Ensino Especial, Ensino Fundamental e Ensino Médio

3ª Semana		Segunda-feira 20/11	Terça-feira 21/11	Quarta-feira 22/12	Quinta-feira 23/11	Sexta-feira 24/11
L A N C H E	Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30.	Cuscuz Leite (Leite, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Leite caramelizado (Leite, Açúcar)	Salada de Frutas com Leite em pó ½ pc (Goiaba 2pc, Banana prata, Melão)	Canjica com Leite caramelizado (Leite, Açúcar)	Pão com Ovos ^R mexidos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
	Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30.	Peito de Frango em Pouch (EF/EM/EJA) ou Atum em Pouch (Pré/EE) (Extrato de tomate) Arroz cozido Chuchu refogado	Galinhada (Arroz, Peito de Frango) Batata doce com casca corada	Carne moída ^R cozida com Batata doce (Acém moído) Arroz cozido Feijão cozido Repolho roxo picado	Peito de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Beterraba crua ralada com Pepino picado Melancia em fatias	Paleta suína assada Arroz cozido Feijão tropeiro (Feijão, Couve, Farinha de mandioca, Colorau) Cenoura crua ralada

Observação: Reservar 1pc de Beterraba, 1pc de Chuchu refrigerados para a próxima segunda-feira.

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

FILÉ 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% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (15% a 30% do VET)	
				g	%	g	%	g	%
				PE	4-5 anos	571,60	94,70	60%	22,47
EF 01	6- 10 anos	634,50	103,43	59%	27,10	15%	13,15	19%	
EF 02	11-15 anos	677,59	110,44	59%	29,37	16%	13,71	18%	
EM	16-18 anos	677,59	110,44	59%	29,37	16%	13,71	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