

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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024**

**04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, Ensino Médio**

1ª Semana	Segunda-feira 08/04	Terça-feira 09/04	Quarta-feira 10/04	Quinta-feira 11/04	Sexta-feira 12/04
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Farofa de Cuscuz com a proteína disponível do dia + Suco	Biscoito Amanteigado Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar) + Frutas picadas (Abacate + Banana ½ pc)	Pão com Atum em pouch ½ pc refogado com Colorau Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com Carne moída ½ pc refogada (Acém moído) Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar)	Pão com Atum em pouch ½ pc refogado com Açafrão Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Ovos Mexidos Baião de dois (Arroz e Feijão) Batata doce corada com Açafrão Chuchu com casca cozido a vapor	Filé de Tilápia ( <b>EF/EM</b> ) ao molho com Cenoura (Extrato de tomate) <b>ou</b> Ovos cozidos ao molho com Cenoura ( <b>Pré/EE</b> ) (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido Inhame corado	Ovos mexidos Arroz cozido com Milho verde Feijão cozido Beterraba crua ralada Pepino picado + Frutas picadas (Mamão ½ pc + Maçã ½ pc)	Galinhada (Arroz, Açafrão, Coxa e sobrecoxa de Frango) Salada de Cenoura ralada e Couve picada	Omelete de forno (Amido) Baião de Dois (Arroz, Feijão) Abóbora cozida Repolho roxo picado Melão picado
<b>LANCHE</b> Horário: 14h e 14:30.	Melão em fatias (R)	Abacaxi picado	Mamão picado	Frutas picadas (Abacate + Banana ½ pc)	Melão picado
<b>JANTAR</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Bobó de Abóbora com Atum em pouch Arroz cozido Beterraba cozida	Ovos cozidos ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Batata doce com casca corada	Arroz cozido Atum em pouch, Cenoura e Açafrão Feijão cozido	Feijão tropeiro (Farinha de mandioca, Ovos mexidos, Couve, Cebola) Arroz com Cenoura cozido	Filé de Tilápia ( <b>EF/EM</b> ) ou assado (Colorau) <b>ou</b> Ovos mexidos com Colorau ( <b>Pré/EE</b> ) Arroz cozido Beterraba cozida Repolho verde ralado

Observação: Reservar ½ pc de Melão, 1 pc de Maçã, 1 pc de Batata inglesa, 1 pc de Chuchu e 1pc de Abóbora e 1 pc de Pepino para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO 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 serão entregues: Paranoá: milho verde e hortelã. Planaltina: milho verde e hortelã. São Sebastião: milho verde e substituir goiaba por ½ pc de abacaxi e substituir chuchu por batata inglesa. 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024**

**04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, Ensino Médio**

2ª Semana	Segunda-feira 15/04	Terça-feira 16/04	Quarta-feira 17/04	Quinta-feira 18/04	Sexta-feira 19/04
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com Ovos mexidos + Suco de Melão <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar) + Frutas picadas (Abacate + Banana ½ pc)	Pão com Atum em pouch ½ pc refogado com Colorau Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com Ovos mexidos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Pão com Atum em pouch ½ pc refogado com Açafrão desfiado e refogado Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Arroz cozido com Ovos mexidos e Colorau Purê de Batata inglesa Chuchu com casca cozido a vapor	Baião de três com Milho verde (Arroz, Feijão, Ovo, Manjericão) Batata doce com casca cozida + Frutas picadas (Banana ½ pc + Mamão ½ pc)	Farofa de Ovos com Couve (Farinha de mandioca) Arroz cozido Feijão cozido Cenoura cozida a vapor	Coxa e sobrecoxa de Frango Macarrão ao molho com Manjericão (Extrato de tomate) Feijão cozido Abóbora cozida Repolho verde ralado Tangerina	Filé de Tilápia (EF/EM) assado com Batata inglesa <b>ou</b> Ovos mexidos e Batata corada (Pré/EE) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Beterraba crua ralada e Pepino com casca picado
<b>LANCHE 1</b> Horário: 14h e 14:30.	Maçã (R)	Banana	Frutas picadas (Abacate + Banana ½ pc)	Tangerina	Banana
<b>LANCHE 2</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Bobó de Abóbora com Atum em pouch Arroz cozido Pepino com casca picado	Arroz com Ovos mexidos (Açafrão) Feijão cozido Couve refogada	Macarrão ao molho com Ovos (Extrato de tomate) Repolho roxo picado + Banana	Farofa de Ovos (Farinha de mandioca, Colorau) Arroz cozido Abóbora refogada	Filé de Tilápia (EF/EM) cozido com Cenoura e Manjericão <b>ou</b> Ovos mexidos com Cenoura e Manjericão (Pré/EE) (Colorau) Arroz cozido

**Observação:** Reservar ½ pc de Abacaxi e 1 pc de Tangerina (refrigerados), 1pc de Chuchu, 1 pc de Inhame e 1pc de Beterraba e 1 pc de Pepino para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO 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 serão entregues: Paranoá:** milho verde e manjericão. **Planaltina:** milho verde e manjericão. **São Sebastião:** milho verde e substituir banana por melão e substituir chuchu por batata inglesa. 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024**

**04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, Ensino Médio**

3ª Semana	Segunda-feira 22/04	Terça-feira 23/04	Quarta-feira 24/04	Quinta-feira 25/04	Sexta-feira 26/04
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com Ovos mexidos + Suco de Abacaxi <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	Frutas picadas (Abacate + Banana + Cacau em pó ½ pc)	Pão com Atum em pouch ½ pc refogado com Açafrão Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar)	Cuscuz + Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar)	Pão com Atum em pouch ½ pc refogado com Colorau Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Arroz cozido com Ovos mexidos Inhame ao molho (Extrato de tomate) Chuchu com casca cozido a vapor	Omelete de forno com Vagem Arroz cozido Feijão cozido Abóbora cozida + Tangerina	Ovos mexidos com Açafrão Arroz cozido Feijão cozido Salada de Repolho verde picado, Cenoura ralada e Maçã ½ pc	Filé de Tilápia ( <b>EF/EM</b> ) assado com Colorau <b>ou</b> Ovos mexidos com Colorau ( <b>Pré/EE</b> ) Arroz cozido Feijão cozido Chuchu cozido Beterraba crua ralada	Coxa e sobrecoxa de Frango refogadas Macarrão ao alho e óleo (Açafrão) Feijão cozido Batata doce com casca assada Couve refogada
<b>LANCHE 1</b> Horário: 14h e 14:30.	Tangerina (R)	Melão picado	Melancia em fatias	Maçã	Banana
<b>LANCHE 2</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Macarrão ao molho com Ovos cozidos (Extrato de tomate) Beterraba cozida Pepino com casca ralado	Arroz cozido com Ovos mexidos e Açafrão Batata doce com casca corada + Tangerina	Omelete de forno com Couve (Amido) Arroz cozido Feijão cozido	Arroz cozido com Ovos mexidos e Cenoura (Colorau) Pepino em fatias	Filé de Tilápia ( <b>EF/EM</b> ) cozido (Pimentão, Colorau) com Pirão de Peixe (Farinha de mandioca) <b>ou</b> Farofa de Ovos (Farinha de mandioca) ( <b>Pré/EE</b> ) Arroz cozido Abóbora cozida

Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi, 1pc de Tangerina (refrigerados), 1pc de Inhame, 1pc de Milho verde (refrigerado) e 1pc de Beterraba e 1pc de Repolho verde para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PAO 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 serão entregues: Paranoá: milho verde e hortelã. Planaltina: milho verde, hortelã e vagem. São Sebastião: milho verde e substituir chuchu por batata inglesa.** 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024**

**04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, Ensino Médio**

4ª Semana	Segunda-feira 29/04	Terça-feira 30/04	Quarta-feira 01/05	Quinta-feira 02/05	Sexta-feira 03/05
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz + Suco de Abacaxi <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	Creme de Abacate com Banana e Cacau em pó ½ pc	<b>FERIADO (DIA MUNDIAL DO TRABALHO)</b>	Pão com Ovos mexidos Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar)	Cuscuz + Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Mamão picado ½ pc
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Galinhada com Milho verde (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Inhame corado	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Manjericão (Colorau) Arroz cozido Tutu de Feijão com Couve (Farinha de mandioca) Cenoura crua ralada		Bobó de Filé de Tilápia com Abóbora e Pimentão <b>(EF/EM)</b> ou Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Abóbora <b>(Pré/EE)</b> Baião de Dois - (Arroz, Feijão) Repolho roxo ralado	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Inhame (Açafrão) Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Pepino com casca em fatias
<b>LANCHE 1</b> Horário: 14h e 14:30.	Tangerina (R)	Melão em fatias		Banana	Abacaxi picado
<b>LANCHE 2</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango refogadas (Colorau) Arroz cozido Beterraba cozida Repolho verde ralado	Macarrão ao molho com Ovos (Extrato de tomate) Feijão cozido Pepino com casca em fatias		Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Cenoura refogada	Ovos mexidos Arroz cozido Farofa de Banana (Farinha de mandioca) Couve refogada

**Observação:** Reservar 1pc de Maracujá, 1 pc de Banana (refrigerados), 1 pc de Beterraba, 1pc de Chuchu e 1 pc de Abóbora e 1 pc de Repolho verde para a próxima semana. Ofertar a preparação com PÃO 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 serão entregues: Paranoá:** manjericão. **Planaltina:** manjericão. **São Sebastião:** substituir banana por abacaxi e substituir chuchu por batata inglesa. 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024**

**04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, Ensino Médio**

5ª Semana	Segunda-feira 06/05	Terça-feira 07/05	Quarta-feira 08/05	Quinta-feira 09/05	Sexta-feira 10/05
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz + Suco de Maracujá <sup>(R)</sup> (Fruta, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Frutas picadas (Banana ½ pc + Mamão ½ pc)	Pão com Ovos mexidos Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar)	Cuscuz + Suco Verde (Abacaxi ½ pc, Limão, Hortelã, Açúcar) + Frutas picadas (Mamão ½ pc + Maçã ½ pc)	Pão com Ovos mexidos Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) (Colorau) Chuchu com casca cozido a vapor Beterraba cozida	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Feijão cozido Salada de Acelga, Tomate e Manjericão	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura (Açafrão) Arroz cozido Feijão cozido Couve refogada	Macarrão ao molho com Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Extrato de tomate) Feijão cozido Couve-flor cozida a vapor Milho verde refogado	Filé de Tilápia ( <b>EF/EM</b> ) ou Coxa e sobrecoxa de Frango ( <b>Pré/EE</b> ) assado Batata inglesa (Colorau) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Repolho roxo e Tomate
<b>LANCHE 1</b> Horário: 14h e 14:30.	Banana (R)	Melancia picada	Frutas picadas (Maçã ½ pc + Melão ½ pc)	Abacaxi picado	Melão em fatias
<b>LANCHE 2</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) Arroz cozido Abóbora refogada Repolho verde em tiras	Ovos mexidos Macarrão ao molho com Manjericão (Extrato de tomate) Batata doce assada	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Purê de Abóbora Alface em tias + Tangerina	Farofa de Ovos mexidos com Cenoura (Farinha de mandioca) Arroz cozido Feijão cozido	Galinhada com Brócolis (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão)

**Observação:** Reservar 1 pc de Maracujá, 1pc de Tangerina (refrigerados), 1 pc de Batata doce, 1pc de Pepino e 1pc de Tomate e 1pc de Repolho verde para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO 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 serão entregues: Paranoá:** milho verde, hortelã, manjericão, acelga e couve-flor. **Planaltina:** milho verde, hortelã, manjericão, acelga, couve-flor, alface, tomate e brócolis. **São Sebastião:** milho verde e substituir chuchu por batata inglesa e couve-flor por berinjela. 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024**

**04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, Ensino Médio**

6ª Semana	Segunda-feira 13/05	Terça-feira 14/05	Quarta-feira 15/05	Quinta-feira 16/05	Sexta-feira 17/05
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz + Suco de Maracujá <sup>(R)</sup> (Fruta, Açúcar)	Frutas picadas (Abacate + Banana + Cacau em pó ½ pc)	Pão com Ovos mexidos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz + Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar)	Pão com Ovos mexidos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo Batata doce com casca assada Pepino picado	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Feijão cozido Salada de Tomate, Abacate, Salsa picados e Limão Alface em Tiras	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Açafrão) Arroz cozido Tutu de Feijão com Couve (Farinha de mandioca) Vagem refogada	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Inhame (Colorau) Baião de Dois (Arroz, Feijão) Repolho roxo picado	Filé de Tilápia ( <b>EF/EM</b> ) ou Coxa e sobrecoxa de Frango ( <b>Pré/EE</b> ) assado Arroz cozido Feijão cozido Purê de Batata doce Brócolis cozido a vapor
<b>LANCHE 1</b> Horário: 14h e 14:30.	Tangerina (R)	Abacaxi picado	Tangerina	Melão em faias	Frutas picadas (Abacate + Banana ½ pc)
<b>LANCHE 2</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) Arroz cozido Salada de Repolho verde e Tomate	Ovos mexidos Arroz cozido Abóbora cozida Tomate picado	Ovos Mexidos Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Acelga em tiras	Arroz cozido com Ovos, Couve e Colorau Feijão cozido	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) + Banana

**Observação:** Reservar 1 pc de Maracujá, 1 pc de Tangerina (refrigerados), 1 pc de Beterraba, 1 pc de Couve-flor refrigerada e 1 pc de Repolho verde refrigerado e 1 pc de Cenoura refrigerado para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO 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 serão entregues: Paranoá:** hortelã, manjerição, acelga e couve-flor. **Planaltina:** hortelã, manjerição, couve-flor, brócolis, alface, acelga, tomate e vagem. **São Sebastião:** substituir banana por abacaxi e substituir chuchu por batata inglesa e couve-flor por berinjela. 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024**

**04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, Ensino Médio**

7ª Semana	Segunda-feira 20/05	Terça-feira 21/05	Quarta-feira 22/05	Quinta-feira 23/05	Sexta-feira 24/05
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz + Suco de Maracujá <sup>(R)</sup> (Fruta, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar) + Banana	Pão com Ovos mexidos Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar)	Cuscuz + Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Açúcar)	Pão com Ovos mexidos Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango refogadas (Colorau) Arroz cozido Beterraba cozida Couve-flor cozido a vapor	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Feijão cozido Beterraba cozida Couve refogada	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata inglesa Arroz cozido Feijão cozido Salada de Acelga e Tomate	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate, Amido) Macarrão ao alho e óleo com Brócolis Feijão cozido Cenoura crua ralada	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Pimentão Arroz cozido Feijão cozido Salada de Repolho verde e Maçã ½ pc ralados
<b>LANCHE 1</b> Horário: 14h e 14:30.	Tangerina (R)	Frutas picadas (Abacate + Banana ½ cp)	Tangerina	Frutas picadas (Banana ½ pc + Abacate)	Mamão em fatias
<b>LANCHE 2</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura (Colorau) Arroz cozido Repolho verde picado	Macarrão ao molho com Ovos cozidos e Brócolis (Extrato de tomate)	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Salada de Alface em tiras com Tomate	Ovos Mexidos Arroz cozido Feijão cozido Farofa de Couve (Farinha de mandioca)	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Batata doce (Colorau) Arroz cozido + Tangerina

**Observação:** Reservar 1 pc de Maracujá, 1pc de Banana (refrigerados), 1 pc de Abóbora, 1 pc de Pepino, 1 pc de Repolho roxo e 1 pc de Cenoura refrigerados para a próxima segunda-feira. Ofertar a preparação com PÃO 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 serão entregues: Paranoá:** hortelã, manjeriço, acelga. **Planaltina:** hortelã, manjeriço, acelga, alface, brócolis e tomate. **São Sebastião:** substituir chuchu por batata inglesa e couve-flor por berinjela. 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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024**

**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	PE	4- 5 anos	899,07	149,28	60%	32,23	13%	19,92	20%
	EF 01	6- 10 anos	1060,06	176,85	60%	36,64	12%	22,85	19%
	EF 02	11-15 anos	1072,65	180,07	60%	38,63	13%	22,19	19%
	EM	16-18 anos	1072,65	180,07	60%	38,63	13%	22,19	19%
2ª Semana	PE	4- 5 anos	925,90	152,73	59%	33,91	13%	20,95	20%
	EF 01	6- 10 anos	1012,54	167,23	59%	38,06	14%	22,18	20%
	EF 02	11-15 anos	1086,94	180,20	60%	40,78	14%	23,36	19%
	EM	16-18 anos	1086,94	180,20	60%	40,78	14%	23,36	19%
3ª Semana	PE	4- 5 anos	806,38	135,24	60%	30,11	13%	17,06	19%
	EF 01	6- 10 anos	876,93	147,30	60%	33,67	14%	17,86	18%
	EF 02	11-15 anos	939,83	158,80	61%	35,98	14%	18,62	18%
	EM	16-18 anos	939,83	158,80	61%	35,98	14%	18,62	18%
4ª Semana	PE	4- 5 anos	860,59	139,19	58%	34,53	14%	17,85	19%
	EF 01	6- 10 anos	980,12	152,88	56%	42,09	15%	20,80	19%
	EF 02	11-15 anos	1078,90	166,25	55%	47,21	16%	22,96	19%
	EM	16-18 anos	1078,90	166,25	55%	47,21	16%	22,96	19%
5ª Semana	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	%

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913



Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar

	<b>PE</b>	4- 5 anos	868,81	144,51	60%	33,56	14%	16,26	17%
	<b>EF 01</b>	6- 10 anos	989,43	158,04	58%	41,18	15%	19,26	18%
	<b>EF 02</b>	11-15 anos	1007,64	153,74	55%	45,03	16%	20,52	18%
	<b>EM</b>	16-18 anos	1007,64	153,74	55%	45,03	16%	20,52	18%
<b>6ª Semana</b> <b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Etapa de Ensino</b>	<b>Faixa Etária</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Carboidrato</b> <b>(55% a 65% do VET)</b>		<b>Proteína</b> <b>(10% a 15% do VET)</b>		<b>Lipídio</b> <b>(15% a 30% do VET)</b>	
				g	%	g	%	g	%
	<b>PE</b>	4- 5 anos	817,55	135,61	60%	31,17	14%	15,90	18%
	<b>EF 01</b>	6- 10 anos	927,44	148,56	58%	37,64	15%	18,57	18%
	<b>EF 02</b>	11-15 anos	1029,90	163,75	57%	42,41	15%	20,46	18%
	<b>EM</b>	16-18 anos	1029,90	163,75	57%	42,41	15%	20,46	18%
	<b>7ª Semana</b> <b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Etapa de Ensino</b>	<b>Faixa Etária</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>Carboidrato</b> <b>(55% a 65% do VET)</b>		<b>Proteína</b> <b>(10% a 15% do VET)</b>		<b>Lipídio</b> <b>(15% a 30% do VET)</b>
g					%	g	%	g	%
<b>PE</b>		4- 5 anos	828,17	132,02	57%	31,44	14%	18,19	20%
<b>EF 01</b>		6- 10 anos	942,69	143,48	55%	38,67	15%	21,48	21%
<b>EF 02</b>		11-15 anos	1039,52	155,66	54%	43,75	15%	23,78	21%
<b>EM</b>		16-18 anos	1039,52	155,66	54%	43,75	15%	23,78	21%
<b>VET:</b> 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024  
PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 08/04/2024 a 24/05/2024  
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 24/06/2024**

**04 Refeições: Pré-escolar, Ensino Fundamental, 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/ovo/pernil *in natura* como acompanhamento para o cuscuz e pão utilizar ½ pc de sal e ½ pc de óleo.
- **Amido:** Amido de milho
- **Atentar-se às entregas das Proteínas. Elas chegarão uma semana antes do consumo. Por esse motivo, o ovo deverá ser armazenado sob refrigeração até o efetivo consumo e as outras carnes deverão ser armazenadas sob congelamento.**
- **Armazenar as reservas de Carnes conforme planejamento do cardápio e de entregas.**
- **R: Reserva de Hortifrutis, Carnes ou Ovos de entregas mais distantes. Utilizar 1 pc por refeição.**
- **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.
- **Caso a unidade escolar tenha leite e milho de canjica em estoque, deverá inserir no cardápio, evitando o armazenamento prolongado de milho de canjica no depósito.**
- **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