

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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- Intolerância ao glúten**

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

1ª Semana	Segunda-feira 27/05	Terça-feira 28/05	Quarta-feira 29/05	Quinta-feira 30/05	Sexta-feira 31/05
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com Ovos mexidos Suco de Abacaxi <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	<b>*Biscoito sem glúten</b> Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar) + Banana	Cuscuz com Ovos mexidos Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar)	<b>FERIADO (CORPUS CHRISTI)</b>	<b>DIA LETIVO MÓVEL</b>
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo Abóbora refogada Pepino fatiado	Macarronada com Carne moída ( <b>*Macarrão sem glúten</b> , Acém, Colorau) Feijão cozido Couve refogada Tomate picado	Filé de Tilápia ( <b>EF/EM</b> ) ou Atum pouch ( <b>Pré/EE</b> ) ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido Pirão (Farinha de mandioca) Inhame corado Repolho verde cru picado		
<b>LANCHE</b> Horário: 14h e 14:30.	<b>*Biscoito sem glúten</b> +Banana <sup>(R)</sup>	Maçã	Melão fatiado		
<b>JANTAR</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Ovos mexidos <b>*Macarrão sem glúten</b> refogado com Açafrão Farofa de Cenoura (Farinha de mandioca) Repolho roxo cru picado	Omelete de forno (Amido) Sopa ( <b>*Macarrão sem glúten</b> , Feijão, Couve) Abacaxi fatiado	Macarronada com Carne moída ( <b>*Macarrão sem glúten</b> , Acém, Extrato de tomate) Repolho verde cru picado		

Reservar ½ pc de Abacaxi, 1pc de Melão, 1 pc de Batata doce, 1 pc de Cenoura, 1pc de Beterraba e 1 pc de Pepino refrigerado para a próxima segunda-feira.

Os itens da Agricultura familiar serão entregues conforme contratos de cada Regional de Ensino. Não serão entregues: Gama: cebolinha, coentro, salsa, repolho, couve, pepino, banana prata (substituto: melão), maracujá (substituto: abacaxi ½ pc). Recanto das Emas: banana prata (substituto: melão).

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

Cardápio sujeito a alterações.

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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- Intolerância ao glúten**

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

2ª Semana	Segunda-feira 03/06	Terça-feira 04/06	Quarta-feira 05/06	Quinta-feira 06/06	Sexta-feira 07/06
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Suco de Abacaxi <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	<b>*Biscoito sem glúten</b> Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar) + Banana	<b>*Pão sem glúten</b> com Carne moída ½ pc refogada (Acém) Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com Ovos mexidos Suco verde (Abacaxi ½ pc, Hortelã, Limão, talos da Couve, Açúcar)	<b>*Pão sem glúten com Ovos</b> mexidos Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Sopa <b>(*Macarrão sem glúten,</b> Acém moído, Cenoura, Batata doce, Colorau)	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas <b>*Macarrão sem glúten</b> refogado com Espinafre e Açafrão Feijão cozido Tomate fatiado	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas (Limão) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao molho com Manjerição (Extrato de Tomate) Feijão cozido Couve refogada Pepino fatiado	Macarronada com Pernil Suíno desfiado, Brócolis e Cenoura <b>(*Macarrão sem glúten)</b> Feijão cozido Tangerina	Carne moída refogada com Abóbora (Pimentão) Arroz cozido Feijão cozido Alface picada temperada com Limão
<b>LANCHE</b> Horário: 14h e 14:30.	Melão fatiado <sup>(R)</sup>	Tangerina	Banana	Melancia fatiada	Banana
<b>JANTAR</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Açafrão) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo Beterraba refogada Pepino com casca fatiado	Omelete de forno (Amido) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao molho (Extrato de tomate) Beterraba crua ralada	Coxa e sobrecoxa de Frango assada com Batata doce <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo com Colorau	Sopa <b>(*Macarrão sem glúten,</b> Feijão, Pernil Suíno, Acelga, Tomate) Banana	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Açafrão, Pimentão) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo Couve refogada

Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi, 1 pc de Batata inglesa, 1 pc de Repolho verde refrigerado, 1pc de Abóbora e 1 pc de Pepino 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: Gama: cebolinha, coentro, salsa, banana prata (substituto: 2 pc melão e 2 pc abacaxi), maracujá (substituto: abacaxi ½ pc), acelga, alface, couve, repolho, pepino, pimentão, hortelã, manjerição e espinafre.

Recanto das Emas: banana prata (substituto: 2 pc melão e 2 pc abacaxi).

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

Cardápio sujeito a alterações.

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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- Intolerância ao glúten**

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

3ª Semana	Segunda-feira 10/06	Terça-feira 11/06	Quarta-feira 12/06	Quinta-feira 13/06	Sexta-feira 14/06
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Suco de Abacaxi <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	Frutas picadas (Abacate + Banana) + Cacau em pó ½ pc e Açúcar	<b>*Pão sem glúten</b> com Ovos mexidos Suco verde (Abacaxi ½ pc, Hortelã, Limão, talos da Couve, Açúcar)	Cuscuz Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar) + Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Melão ½ pc)	<b>*Pão sem glúten</b> com Ovos mexidos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Omelete de forno <b>*Macarrão sem glúten</b> refogado com Colorau Batata inglesa corada Repolho verde em tiras	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Polenta (Fubá ½ pc, Caldo do Frango) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo Feijão cozido Couve refogada Tomate fatiado	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau, Pimentão, Amido) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Cenoura ralada refogada	Bobó de Filé de Tilápia com Abóbora (Limão) (EF/EM) ou Bobó de Coxa e sobrecoxa de Frango desossada (Pré/EE) Arroz cozido com Brócolis Feijão cozido	Ovos mexidos <b>*Macarrão sem glúten</b> refogado com Espinafre e Açafrão Feijão cozido Repolho verde em tiras Beterraba cozida
<b>LANCHE</b> Horário: 14h e 14:30.	Biscoito Amanteigado	Melancia fatiada	Mamão	Banana	Tangerina
<b>JANTAR</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Abóbora <b>*Macarrão sem glúten</b> refogado com Colorau Pepino com casca fatiado	Omelete de forno <b>*Macarrão sem glúten</b> ao molho (Extrato de tomate) Couve refogada	Ovos mexidos <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo e Brócolis Feijão cozido	Coxa e sobrecoxa assada <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo com Açafrão Alface crua picada temperada com Limão Tangerina	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Atum pouch (Pré/EE) cozido com Cenoura <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo

Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi, 1 pc de Maçã, 1 pc de Batata doce, 1 pc de Acelga refrigerada, 1pc de Tomate e 1 pc de Repolho verde 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: Gama: cebolinha, coentro, salsa, abacate (substituto: banana nanica), maracujá (substituto: abacaxi ½ pc), pimentão, acelga, alface, repolho, couve, espinafre e hortelã.

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

Cardápio sujeito a alterações.

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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- Intolerância ao glúten**

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

4ª Semana	Segunda-feira 17/06	Terça-feira 18/06	Quarta-feira 19/06	Quinta-feira 20/06	Sexta-feira 21/06
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Suco de Abacaxi <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	<b>*Biscoito sem glúten</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Banana	<b>*Pão sem glúten</b> com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Tangerina (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz Suco de Tangerina (Fruta ½ pc, Açúcar)	<b>*Pão sem glúten</b> com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Sopa <b>(*Macarrão sem glúten,</b> Pernil Suíno cozido e desfiado, Batata doce, Acelga, Colorau)	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Amido, Colorau) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo Feijão cozido com Abóbora Repolho roxo cru picado	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo com Açafrão Feijão tropeiro (Couve, Farinha de mandioca) Cenoura crua ralada	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango e Manjericão <b>(*Macarrão sem glúten,</b> Extrato de tomate) Feijão cozido Salada de Alface picada e Pepino com casca em fatias temperada com Limão	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Coxa e sobrecoxa de Frango (Pré/EE) assadas com Batata inglesa Arroz cozido com Brócolis Feijão cozido
<b>LANCHE</b> Horário: 14h e 14:30.	Maçã <sup>(R)</sup>	Melão fatiado	Banana	Mamão fatiado	Banana
<b>JANTAR</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango <b>(*Macarrão sem glúten,</b> Açafrão) Salada de Repolho verde cru picado com Tomate	<b>*Macarrão sem glúten</b> com Pernil Suíno desfiado Salada de Acelga crua picada e Tomate fatiado	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau, Pimentão) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo Batata doce corada	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Pernil Suíno (Pré/EE) ao molho (Extrato de tomate) <b>*Macarrão sem glúten</b> com Açafrão Farofa de Couve (Farinha de mandioca) Banana	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango, Tomate e Manjericão <b>(*Macarrão sem glúten)</b> Feijão cozido

Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi, 1 pc de Maçã, 1 pc de Couve-flor refrigerada, 1 pc de Beterraba, 1pc de Abóbora e 1 pc de Repolho verde 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: Gama: Banana prata (substituto: 2 pc abacaxi e 2 pc melão), cebolinha, coentro, salsa, pimentão, acelga, alface, couve, couve-flor, pepino, manjericão e repolho. Recanto das Emas: Banana (substituto: 2 pc abacaxi e 2 pc melão), repolho roxo.

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

Cardápio sujeito a alterações.

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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- Intolerância ao glúten**

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

5ª Semana	Segunda-feira 24/06	Terça-feira 25/06	Quarta-feira 26/06	Quinta-feira 27/06	Sexta-feira 28/06
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Suco de Abacaxi <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	Frutas picadas (Abacate + Banana) + Cacau em pó ½ pc e Açúcar	<b>*Pão sem glúten</b> com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz Suco verde (Abacaxi ½ pc, Hortelã, Limão, talos da Couve, Açúcar) + Melão picado	<b>*Pão sem glúten</b> com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Melancia (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas <b>*Macarrão sem glúten</b> refogado com Colorau e Couve-flor Beterraba refogada	Ovos mexidos <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo e Colorau Feijão cozido Couve refogada Tomate picado	Ovos cozidos Macarrão ao molho <b>(*Macarrão sem glúten</b> , Extrato de tomate) Feijão cozido Salada de Repolho verde cru picado com Tomate picado e Limão	Filé de Tilápia (EF/EM) cozido (Colorau, Pimentão) ou Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Pré/EE) (Pimentão, Colorau) Arroz cozido com Brócolis Feijão cozido Cenoura cozida a vapor	Filé de Tilápia (EF/EM) assado com Batata doce com casca (Colorau) ou Ovos cozidos <b>(Pré/EE)</b> e Batata doce corada (Colorau) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo Feijão cozido Acelga em tiras
<b>LANCHE</b> Horário: 14h e 14:30.	Maçã <sup>(R)</sup>	Melancia fatiada	Banana	Frutas picadas (Mamão + Banana ½ pc)	Banana
<b>JANTAR</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Ovos mexidos Macarronada ao molho <b>(*Macarrão sem glúten</b> , Extrato de tomate) Abóbora refogada Repolho verde cru picado	Macarronada com Pernil Suíno desfiado e Cenoura <b>(*Macarrão sem glúten</b> , Colorau) Feijão cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Açafrão, Pimentão) <b>*Macarrão sem glúten</b> , ao alho e óleo com Brócolis	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho <b>(*Macarrão sem glúten</b> , Açafrão) Alface picada	Bobó de Filé de Tilápia (EF/EM) ou Atum pouch (Pré/EE) com Abóbora <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo

Observação: Reservar ½ pc de Maçã, ½ pc de Melancia, 1 pc Abóbora, 1 pc de Vagem refrigerada, 1pc de Repolho verde e 1 pc de Tomate 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: Gama: abacate (substituto: banana nanica), cebolinha, coentro, salsa, acelga, alface, pimentão, repolho, couve-flor, couve, hortelã e vagem. Recanto das Emas: limão.

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

Cardápio sujeito a alterações.

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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- Intolerância ao glúten**

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

6ª Semana	Segunda-feira 01/07	Terça-feira 02/07	Quarta-feira 03/07	Quinta-feira 04/07	Sexta-feira 05/07
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Suco de Melancia <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	<b>*Biscoito sem glúten</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Maçã	<b>*Pão sem glúten</b> com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Açúcar) + Banana	<b>*Pão sem glúten</b> com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo Polenta (Fubá ½ pc, Caldo do Frango) Vagem refogada Abóbora cozida	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata inglesa <b>*Macarrão sem glúten</b> refogado com Açafrão Feijão cozido Pepino com casca fatiado	Ovos cozidos <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo (Açafrão) Feijão cozido Abóbora refogada Repolho verde em tiras	Filé de Tilápia assado com Batata doce (EF/EM) ou Escondidinho de Batata doce com Atum pouch refogado (Pré/EE) Arroz cozido Feijão cozido com Abóbora	Ovos mexidos com Cenoura ralada <b>*Macarrão sem glúten</b> ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Beterraba cozida
<b>LANCHE</b> Horário: 14h e 14:30.	Maçã <sup>(R)</sup>	Melão picado	Banana	Frutas picadas (Mamão ½ pc + Abacaxi ½ pc)	Mamão fatiado
<b>JANTAR</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Ovos mexidos <b>*Macarrão sem glúten</b> ao molho (Extrato de tomate) Salada de Repolho verde com Tomate fatiado	Pernil suíno refogado (Colorau) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo Feijão cozido Beterraba cozida	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura (Amido, Colorau) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo	Macarronada com Coxa e sobrecoxa ao molho <b>(*Macarrão sem glúten,</b> Açafrão) Repolho verde cru picado Melão fatiado	Coxa e sobrecoxa de Frango assada <b>*Macarrão sem glúten</b> refogado com Colorau Abóbora cozida

Observação: 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: Gama: cebolinha, coentro, salsa, pepino, repolho, hortelã.

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

Cardápio sujeito a alterações.

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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024- Intolerância ao glúten**

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

7ª Semana	Segunda-feira 08/07 Dia letivo móvel	Terça-feira 09/07 Dia letivo móvel	Quarta-feira 10/07 Dia letivo móvel	Quinta-feira 11/07	Sexta-feira 12/07
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 9h.	<b>Cardápio proposto</b> Cuscuz com carne disponível em estoque Suco de fruta <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	<b>*Biscoito sem glúten</b> Suco de fruta <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com carne disponível em estoque Suco de fruta <sup>(R)</sup> (Fruta ½ pc, Açúcar)	<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 <b>pedido extra de gêneros alimentícios perecíveis, de acordo com a Nota Técnica nº 02/2024 – SEE/SUAPE/DIAE/GPAE (137868041).</b></p>	
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30 e 12:30.	Carne disponível em estoque <b>*Macarrão sem glúten</b> ao molho (Extrato de tomate)	Carne disponível em estoque (Amido) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao alho e óleo Feijão cozido	Carne disponível em estoque <b>*Macarrão sem glúten</b> ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido		
<b>LANCHE</b> Horário: 14h e 14:30.	Fruta <sup>(R)</sup>	Fruta <sup>(R)</sup>	Fruta <sup>(R)</sup>		
<b>JANTAR</b> Horário: 15:30 e 16:30.	Carne disponível em estoque (Amido) <b>*Macarrão sem glúten</b> ao molho (Extrato de tomate)	Macarronada com Carne disponível em estoque Feijão cozido	Sopa (Carne disponível em estoque Feijão, <b>*Macarrão sem glúten</b> )		

**Observação:** Utilizar as frutas em estoque ou fazer pedido extra na semana anterior.  
As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.  
Cardápio sujeito a alterações.

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 04 REFEIÇÕES**

	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	%
				<b>1ª Semana</b> Composição nutricional (Média semanal)					
PE	4- 5 anos	521,72	90,66	63%	20,64	14%	9,24	16%	
EF 01	6- 10 anos	547,19	92,42	61%	23,44	15%	9,91	16%	
EF 02	11-15 anos	1013,17	172,70	61%	43,29	15%	17,55	16%	
EM	16-18 anos	1013,17	172,70	61%	43,29	15%	17,55	16%	
<b>2ª Semana</b> Composição nutricional (Média semanal)									
PE	4- 5 anos	865,47	144,24	60%	37,81	16%	15,98	17%	
EF 01	6- 10 anos	962,59	149,62	56%	46,99	18%	19,48	18%	
EF 02	11-15 anos	1067,86	163,09	55%	53,46	18%	21,85	18%	
EM	16-18 anos	1067,86	163,09	55%	53,46	18%	21,85	18%	
<b>3ª Semana</b> Composição nutricional (Média semanal)									
PE	4- 5 anos	838,75	139,67	60%	33,58	14%	17,28	19%	
EF 01	6- 10 anos	938,27	154,24	59%	39,39	15%	18,93	18%	
EF 02	11-15 anos	1024,02	168,59	59%	43,22	15%	20,16	18%	
EM	16-18 anos	1024,02	168,59	59%	43,22	15%	20,16	18%	
<b>4ª Semana</b> Composição nutricional (Média semanal)									
PE	4- 5 anos	867,41	144,18	60%	34,92	14%	17,29	18%	
EF 01	6- 10 anos	995,49	155,81	56%	44,93	16%	21,02	19%	
EF 02	11-15 anos	1096,76	167,86	55%	51,29	17%	23,49	19%	
EM	16-18 anos	1096,76	167,86	55%	51,29	17%	23,49	19%	

**Responsável Técnico**  
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913



5ª 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	770,73	128,53	60%	35,72
EF 01	6- 10 anos	885,55	140,46	57%	45,86	19%	16,86	17%	
EF 02	11-15 anos	858,32	128,85	54%	49,71	21%	17,27	18%	
EM	16-18 anos	858,32	128,85	54%	49,71	21%	17,27	18%	
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	%
				PE	4- 5 anos	867,48	143,93	60%	36,85
EF 01	6- 10 anos	1006,33	158,39	57%	47,35	17%	20,27	18%	
EF 02	11-15 anos	1105,58	170,52	56%	53,65	17%	22,63	18%	
EM	16-18 anos	1105,58	170,52	56%	53,65	17%	22,63	18%	
7ª 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	740,08	117,76	57%	37,37
EF 01	6- 10 anos	861,37	132,19	55%	48,52	20%	17,00	18%	
EF 02	11-15 anos	964,89	148,38	55%	55,16	21%	18,39	17%	
EM	16-18 anos	964,89	148,38	55%	55,16	21%	18,39	17%	

**VET:** Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE.

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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024  
PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 27/05/2024 a 10/07/2024  
PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 19/08/2024**

**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 ou 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.**
- **EXCEPCIONALMENTE durante o período de 08/07 a 10/07 por ser dia letivo móvel, essa Gerência sugeriu algumas preparações compostas com gêneros alimentícios não perecíveis e perecíveis estocados na unidade escolar. Caso a escola não tenha o gênero em estoque poderá realizar pedido extra de gêneros perecíveis para compor as refeições sugeridas.**
- **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.