

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

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

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
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Suco de Abacaxi ^(R) (Fruta ½ pc, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar) + Banana	Pão 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)	Pão com Ovos mexidos Suco de Maracujá (Fruta, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Sopa (Macarrão, Acém moído, Cenoura, Batata doce, Colorau)	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Macarrão refogado com Espinafre e Açafrão Feijão cozido Tomate fatiado	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas (Limão) Macarrão ao molho com Manjericão (Extrato de Tomate) Feijão cozido Couve refogada Pepino fatiado	Macarronada com Pernil Suíno desfiado, Brócolis e Cenoura Feijão cozido Tangerina	Carne moída refogada com Abóbora (Pimentão) Arroz cozido Feijão cozido Alface picada temperada com Limão
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Melão fatiado ^(R)	Tangerina	Banana	Melancia fatiada	Banana
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Açafrão) Macarrão ao alho e óleo Beterraba refogada Pepino com casca fatiado	Omelete de forno (Amido) Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Beterraba crua ralada	Coxa e sobrecoxa de Frango assada com Batata doce Macarrão ao alho e óleo com Colorau	Sopa (Macarrão, Feijão, Pernil Suíno, Acelga, Tomate) Banana	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Açafrão, Pimentão) Macarrão 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 pcabacaxi), maracujá (substituto: abacaxi ½ pc), acelga, alface, couve, repolho, pepino, pimentão, hortelã, manjericão e espinafre.

Recanto das Emas: banana prata (substituto: 2 pcmelão e 2 pcabacaxi).

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

Responsável Técnico
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2024

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
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Suco de Abacaxi ^(R) (Fruta ½ pc, Açúcar)	Frutas picadas (Abacate + Banana) + Cacau em pó ½ pc e Açúcar	Pão 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)	Pão com Ovos mexidos Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Omelete de forno Macarrão refogado com Colorau Batata inglesa corada Repolho verde em tiras	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Polenta (Fubá ½ pc, Caldo do Frango) Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido Couve refogada Tomate fatiado	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau, Pimentão, Amido) Macarrão 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 Macarrão refogado com Espinafre e Açafrão Feijão cozido Repolho verde em tiras Beterraba cozida
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Biscoito Amanteigado	Melancia fatiada	Mamão	Banana	Tangerina
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Abóbora Macarrão refogado com Colorau Pepino com casca fatiado	Omelete de forno Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Couve refogada	Ovos mexidos Macarrão ao alho e óleo e Brócolis Feijão cozido	Coxa e sobrecoxa assada Macarrão 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 Macarrão 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

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

Responsável Técnico
Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

4ª Semana	Segunda-feira 17/06	Terça-feira 18/06	Quarta-feira 19/06	Quinta-feira 20/06	Sexta-feira 21/06
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Suco de Abacaxi ^(R) (Fruta ½ pc, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Banana	Pão com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Tangerina (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz Suco de Tangerina (Fruta ½ pc, Açúcar)	Pão com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Sopa (Macarrão, Pernil Suíno cozido e desfiado, Batata doce, Acelga, Colorau)	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Amido, Colorau) Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido com Abóbora Repolho roxo cru picado	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Macarrão ao alho e óleo com Açafrão Feijão tropeiro (Couve, Farinha de mandioca) Cenoura crua ralada	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango e Manjericão (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
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Maçã ^(R)	Melão fatiado	Banana	Mamão fatiado	Banana
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango (Açafrão) Salada de Repolho verde cru picado com Tomate	Macarronada com Pernil Suíno desfiado Salada de Acelga crua picada e Tomate fatiado	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau, Pimentão) Macarrão ao alho e óleo Batata doce corada	Filé de Tilápia (EF/EM) ou Pernil Suíno (Pré/EE) ao molho (Extrato de tomate) Macarrão com Açafrão Farofa de Couve (Farinha de mandioca) Banana	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango, Tomate e Manjericão 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 pcabacaxi e 2 pcmelão), cebolinha, coentro, salsa, pimentão, acelga, alface, couve, couve-flor, pepino, manjericão e repolho. Recanto das Emas: Banana (substituto: 2 pcabacaxi e 2 pcmelão), 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

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
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Suco de Abacaxi ^(R) (Fruta ½ pc, Açúcar)	Frutas picadas (Abacate + Banana) + Cacau em pó ½ pc e Açúcar	Pão 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	Pão com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Melancia (Fruta ½ pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Macarrão refogado com Colorau e Couve-flor Beterraba refogada	Ovos mexidos Macarrão ao alho e óleo e Colorau Feijão cozido Couve refogada Tomate picado	Ovos cozidos Macarrão ao molho (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 (Pré/EE) e Batata doce corada (Colorau) Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido Acelga em tiras
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Maçã ^(R)	Melancia fatiada	Banana	Frutas picadas (Mamão + Banana ½ pc)	Banana
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Ovos mexidos Macarronada ao molho (Extrato de tomate) Abóbora refogada Repolho verde cru picado	Macarronada com Pernil Suíno desfiado e Cenoura (Colorau) Feijão cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango ao cozidas (Açafrão, Pimentão) Macarrão ao alho e óleo com Brócolis	Macarronada com Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Açafrão) Alface picada	Bobó de Filé de Tilápia (EF/EM) ou Atum pouch (Pré/EE) com Abóbora Macarrão ao alho e óleo

Observação: Reservar 1 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

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
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Suco de Melancia ^(R) (Fruta ½ pc, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Maçã	Pão com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Açúcar) + Banana	Pão com Pernil Suíno ½ pc desfiado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) Macarrão ao alho e óleo Polenta (Fubá ½ pc, Caldo do Frango) Vagem refogada Abóbora cozida	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata inglesa Macarrão refogado com Açafrão Feijão cozido Pepino com casca fatiado	Ovos cozidos Macarrão 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 Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Beterraba cozida
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Maçã ^(R)	Melão picado	Banana	Frutas picadas (Mamão ½ pc + Abacaxi ½ pc)	Mamão fatiado
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Ovos mexidos Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Salada de Repolho verde com Tomate fatiado	Pernil suíno refogado (Colorau) Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido Beterraba cozida	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura (Amido, Colorau) Macarrão ao alho e óleo	Macarronada com Coxa e sobrecoxa ao molho (Açafrão) Repolho verde cru picado Melão fatiado	Coxa e sobrecoxa de Frango assada Macarrão 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

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
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cardápio proposto Cuscuz com carne disponível em estoque Suco de fruta ^(R) (Fruta ½ pc, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Suco de fruta ^(R) (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com carne disponível em estoque Suco de fruta ^(R) (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 pedido extra de gêneros alimentícios perecíveis, de acordo com a Nota Técnica nº 02/2024 – SEE/SUAPE/DIAE/GPAE (137868041).</p>	
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Carne disponível em estoque Macarrão ao molho (Extrato de tomate)	Carne disponível em estoque (Amido) Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido	Carne disponível em estoque Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido		
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Fruta ^(R)	Fruta ^(R)	Fruta ^(R)		
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Carne disponível em estoque (Amido) Macarrão ao molho (Extrato de tomate)	Macarronada com Carne disponível em estoque Feijão cozido	Sopa (Carne disponível em estoque Feijão, Macarrão)		

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	%
1ª Semana 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%
2ª Semana 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%
3ª Semana 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%
4ª Semana 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

Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar

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 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/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.

Responsável Técnico

Juliene J. M. Santos CRN1: 3913