



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS

02 Refeições - Refeição Complementar: Ensino Fundamental 01 e 02, Ensino Médio

| 1ª Semana | | Segunda-feira 07/11 | Terça-feira 08/11 | Quarta-feira 09/11 | Quinta-feira 10/11 | Sexta-feira 11/11 |
|-----------|---|---|---|--|---|---|
| LANÇHE | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | *Biscoito Integral Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) | Cuscuz com Manteiga (1 pc) (Farinha de milho flocada) + Melancia em fatias | *Pão Integral com Queijo muçarela (1 pc) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) | *Biscoito Integral + Frutas Picadas (Melão ½ pc + Mamão ½ pc) | *Pão Integral com Queijo muçarela (1 pc) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) |
| | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Bobó de Peito de Frango com Abóbora Arroz cozido Inhame dourado ao forno | Coxa e sobrecoxa de Frango cozida com Pimentão Arroz cozido Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Abóbora refogada Chuchu cozido com Salsa | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Arroz cozido Feijão cozido Purê de Inhame Couve refogada Maçã | Iscas de Peito de Frango refogadas com Ervas (Cebolinha, Hortelã, Manjericão e Salsa) Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Abóbora cozida Repolho verde em tiras | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batatas Arroz cozido Feijão cozido Pepino com casca picado Beterraba cozida com Cheiro-verde |

Observação: Reservar ½ pc de Melão congelado (higienizar, descascar, cortar em pedaços menores, armazenar em embalagens de primeiro uso e congelar), 1 pc de Batata doce e 1pc de Cenoura para a próxima quarta-feira. Reservar parte do quantitativo de temperos e congelar picados para a próxima semana: Alho, Cebola, Cebolinha, Coentro, Salsa.

*Pão INTEGRAL – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Pullman, Wickbold, Seven Boys.

*Biscoito INTEGRAL de sal e de doce diet (sem açúcar) – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Clube Social, Nesfit, Bauducco/ Jasmine, Vitao, Mãe Terra.

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 |
| | | | | EF 01 | 6- 10 anos | 606,83 | 88,88 | 53% | 28,31 | 17% |
| EF 02 | 11-15 anos | 679,80 | 97,08 | 51% | 32,36 | 17% | 16,87 | 22% | 9,92 | |
| EM | 16-18 anos | 679,80 | 97,08 | 51% | 32,36 | 17% | 16,87 | 22% | 9,92 | |

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



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS

02 Refeições - Refeição Complementar: Ensino Fundamental 01 e 02, Ensino Médio

| 2ª Semana | | Segunda-feira 14/11 | Terça-feira 15/11 | Quarta-feira 16/11 | Quinta-feira 17/11 | Sexta-feira 18/11 |
|-----------|---|-------------------------|--|--|---|--|
| LANCHE | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | DIA LETIVO MÓVEL | FERIADO NACIONAL (Proclamação da República) | Cuscuz com Manteiga (1 pc) (Farinha de milho flocada) + Suco de Melão (Fruta ½ pc) | *Biscoito Integral Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Maçã | *Biscoito Integral Suco de Melão (Fruta ½ pc) |
| | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | | | Peito de Frango refogado Arroz cozido Batata doce com casca assada Cenoura crua ralada | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Feijão cozido Purê de Abóbora Beterraba cozida | Coxa e sobrecoxa de Frango cozida com Cebola e Pimentão Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Batata doce corada Chuchu refogado |

Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi congelado (higienizar, descascar, cortar em pedaços menores, armazenar em embalagens de primeiro uso e congelar), 1pc de Inhame e 1pc de Cenoura para a próxima segunda-feira.

*Pão INTEGRAL – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Pullman, Wickbold, Seven Boys.

*Biscoito INTEGRAL de sal e de doce diet (sem açúcar) – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Clube Social, Nesfit, Bauducco/ Jasmine, Vitao, Mãe Terra.

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 |
| | | | | EF 01 | 6- 10 anos | 599,88 | 88,92 | 53% | 24,43 | 15% |
| EF 02 | 11-15 anos | 675,31 | 99,93 | 53% | 27,87 | 15% | 16,86 | 22% | 8,63 | |
| EM | 16-18 anos | 675,31 | 99,93 | 53% | 27,87 | 15% | 16,86 | 22% | 8,63 | |

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



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS

02 Refeições - Refeição Complementar: Ensino Fundamental 01 e 02, Ensino Médio

| 3ª Semana | | Segunda-feira 21/11 | Terça-feira 22/11 | Quarta-feira 23/11 | Quinta-feira 24/11 | Sexta-feira 25/11 |
|--|---|--|--|---|---|--|
| L A N C H E | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | *Biscoito Integral Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) | *Biscoito Integral Suco de Goiaba (Fruta) + Banana nanica | *Pão Integral com Peito de Frango refogado (½ pc) Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc) | *Biscoito Integral Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Mamão picado | *Pão Integral com Queijo muçarela (1 pc) Suco de Goiaba (Fruta) |
| | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Peito de Frango cozido com Cenoura Arroz cozido Inhame dourado ao forno | Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) Feijão cozido Salada cozida de Cenoura, Chuchu e Cheiro-verde Maçã | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Arroz cozido Feijão cozido Inhame corado Farofa de Cuscuz com Couve (Farinha de milho flocada ½) | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Cenoura crua ralada com Salsa | Filé de Tilápia assado com Batata, Cebola e Pimentão Arroz cozido Feijão cozido Salada de Beterraba crua com Repolho verde em tiras e Cheiro-verde |

Observação: Reservar 1 pc de Goiaba congelada (higienizar, armazenar em embalagens de primeiro uso e congelar), 1 pc de Abóbora, 1pc de Pepino para a próxima segunda-feira.

***Pão INTEGRAL – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Pullman, Wickbold, Seven Boys.**

***Biscoito INTEGRAL de sal e de doce diet (sem açúcar) – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Clube Social, Nesfit, Bauducco/ Jasmine, Vitao, Mãe Terra.**

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 |
| | | | | EF 01 | 6- 10 anos | 634,92 | 97,78 | 55% | 29,02 | 16% |
| EF 02 | 11-15 anos | 706,82 | 106,61 | 54% | 32,86 | 17% | 15,67 | 20% | 11,95 | |
| EM | 16-18 anos | 706,82 | 106,61 | 54% | 32,86 | 17% | 15,67 | 20% | 11,95 | |

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



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS

02 Refeições - Refeição Complementar: Ensino Fundamental 01 e 02, Ensino Médio

| 4ª Semana | | Segunda-feira 28/11 | Terça-feira 29/11 | Quarta-feira 30/11 | Quinta-feira 01/12 | Sexta-feira 02/12 |
|--|---|---|---|--|--|--|
| L A N C H E | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | *Biscoito Integral Suco de Goiaba (Fruta) | *Biscoito Integral Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) + Melão picado (½ pc) | FERIADO LOCAL (Dia do Evangélico) | *Biscoito Integral Suco de Melão (Fruta ½ pc) + Banana nanica | *Pão Integral com Peito de Frango refogado (½ pc) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) |
| | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Bobó de Peito de Frango em Pouch com Abóbora Arroz cozido Pepino com casca picado | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Feijão cozido Batata doce com casca cozida Pepino em fatias | | Macarrão ao molho com Peito de Frango em Pouch e Manjerição (Extrato de tomate) Inhame corado Couve refogada | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura, Pimentão e Salsa Arroz cozido Feijão cozido Repolho verde ralado com Cheiro-verde |

Observação: Higienizar, picar e congelar a Couve recebida em 28/11 para oferta em 01/12. Reservar ½ pc de Abacaxi congelado (higienizar, descascar, cortar em pedaços menores, armazenar em embalagens de primeiro uso e congelar), 1pc de Beterraba, 1 pc de Abóbora para a próxima segunda-feira.

*Pão INTEGRAL – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Pullman, Wickbold, Seven Boys.

*Biscoito INTEGRAL de sal e de doce diet (sem açúcar) – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Clube Social, Nesfit, Bauducco/ Jasmine, Vitao, Mãe Terra.

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 |
| | | | | EF 01 | 6- 10 anos | 525,91 | 80,50 | 55% | 21,34 | 15% |
| EF 02 | 11-15 anos | 576,83 | 86,86 | 54% | 23,84 | 15% | 14,12 | 22% | 8,16 | |
| EM | 16-18 anos | 576,83 | 86,86 | 54% | 23,84 | 15% | 14,12 | 22% | 8,16 | |

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



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS

02 Refeições - Refeição Complementar: Ensino Fundamental 01 e 02, Ensino Médio

| 5ª Semana | | Segunda-feira 05/12 | Terça-feira 06/12 | Quarta-feira 07/12 | Quinta-feira 08/12 | Sexta-feira 09/12 |
|--|---|--|--|--|--|--|
| L A N C H E | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | Cuscuz com Manteiga (1 pc) (Farinha de milho flocada) + Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) | *Biscoito Integral Suco de Goiaba (Fruta) + Maçã | *Pão Integral com Queijo muçarela (1pc) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc) | *Biscoito Integral Suco de Goiaba (Fruta) + Mamão picado | *Pão Integral com Queijo muçarela (1pc) Suco de Goiaba (Fruta) |
| | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | Isca de Peito de Frango refogada Arroz cozido Purê de Abóbora Beterraba cozida | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Inhame Arroz cozido Feijão cozido Salada de Cenoura crua ralada com Salsa e Pimentão | Isclas de Peito de Frango refogadas com Ervas (Hortelã, Cebolinha, Salsa, Coentro e Cebola) Arroz cozido Feijão cozido Abóbora cozida Pepino com casca picado | Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) com Cheiro verde Feijão cozido Beterraba cozida Repolho verde picado Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Melão ½ pc) | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Batata doce com casca assada Chuchu refogado com Cebolinha |

Observação:

*Pão INTEGRAL – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Pullman, Wickbold, Seven Boys.

*Biscoito INTEGRAL de sal e de doce diet (sem açúcar) – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Clube Social, Nesfit, Bauducco/ Jasmine, Vitao, Mãe Terra.

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 |
| | | | | EF 01 | 6- 10 anos | 624,65 | 91,97 | 53% | 28,32 | 16% |
| EF 02 | 11-15 anos | 698,36 | 100,18 | 52% | 32,36 | 17% | 17,50 | 23% | 12,14 | |
| EM | 16-18 anos | 698,36 | 100,18 | 52% | 32,36 | 17% | 17,50 | 23% | 12,14 | |

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 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS

02 Refeições - Refeição Complementar: Ensino Fundamental 01 e 02, Ensino Médio

| 6ª e 7ª Semanas | | Período de 12/12 a 22/12/2022 |
|----------------------------|---|---|
| L A N C H E | Horários Matutino: 8h e 8:30. Vespertino: 16h e 16:30. | <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 ano letivo, como a ocorrência das provas de final de ano, a diminuição significativa da frequência dos estudantes, bem como o início do recesso escolar, 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> |
| A L M O Ç O | Horários: Matutino: 11h e 11:30. Vespertino: 13h e 13:30. | <p>Importante salientar que, caso a Unidade Escolar identifique a necessidade de complementação da alimentação escolar nesse período, deverá 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 01/2021 – SEE/SUAG/DIAE/GPEA (066695935).</p> <p>Importante! Alguns gêneros alimentícios, como por exemplo: farinha de mandioca, arroz parboilizado, leite em pó integral dentre outros gêneros, para algumas modalidades de ensino, não estarão presentes nos cardápios propostos, no entanto, caso ainda estejam presentes nos depósitos das escolas, é importante que haja comunicação com os nutricionistas da Regional de Ensino, a fim de realizarem as devidas adaptações nos cardápios para o consumo imediato e evitar que esses produtos permaneçam armazenados nos depósitos durante o recesso escolar.</p> |

Observação:

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 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 07/11/2022 a 22/12/2022. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 22/12/2022.

02 Refeições - Refeição Complementar: Ensino Fundamental 01 e 02, 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 cuscuz com ovos ou recheio do ***Pão Integral**, utilizar ½ pc de sal e ½ pc de óleo.
- **ORIENTAR OS ALUNOS QUANTO AO CUIDADO NO CONSUMO DO FILE DE PEIXE, OBSERVANDO SEMPRE A PRESENÇA DE ESPINHAS.**
- **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.**
- Quando Frutas estiverem no cardápio às segundas-feiras ou semanas com feriado e ponto facultativo, serão reservas da semana anterior. Para evitar perdas do alimento, a depender do tipo de fruta, será necessário higienizar, identificar e congelar para a semana seguinte.
- **Para sugestões de novas preparações que tenham boa aceitação dos alunos, essas deverão ser comunicadas aos Nutricionistas das Regionais de Ensino, que deverão encaminhar a sugestão para a Gerência Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar, a fim de avaliação e inclusão nos próximos cardápios.**
- **SUGESTÕES PARA VARIAR AS PREPARAÇÕES DE PÃO COM QUEIJO MUÇARELA:**

A escola poderá variar a forma de preparação do ***Pão Integral** com Queijo Muçarela, a depender da disponibilidade de utensílios e equipamentos. Sugere-se ***Pão Integral** com Queijo quente e ***Pão Integral** assado com molho de tomate e Queijo, previstos no Caderno de Receitas atualizado.

As sugestões de receitas comporão arquivo em separado atualizado e encaminhado a cada Distribuição.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913