



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 – INTOLERÂNCIA À LACTOSE**

EDUCAÇÃO INTEGRAL: 04 REFEIÇÕES – Escola Candanga EF1, EF2, EM

1ª Semana	Segunda-feira 07/11	Terça-feira 08/11	Quarta-feira 09/11	Quinta-feira 10/11	Sexta-feira 11/11
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REFEIÇÕES)	<b>*Biscoito sem lactose</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com <b>*Azeite de Oliva</b> (1 pc) (Farinha de milho flocada) + Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)	Pão com <b>*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	<b>*Biscoito sem lactose</b> + Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar) + Banana nanica	Pão com <b>*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9h e 9:30h	<b>*Biscoito sem lactose</b>	Melancia em fatias	Maçã	Mamão em fatias	Melancia em fatias
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	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	Isclas de Peito de Frango refogadas com Ervas (Cebolinha, Hortelã, Manjerição 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
<b>LANCHE</b> Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	Isca de Peito de Frango refogada Arroz cozido Cenoura crua ralada	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango) Beterraba cozida Couve refogada Frutas picadas (Melão ½ pc + Maçã ½ pc)	Filé de Tilápia ao molho com Pimentão (Extrato de tomate) Arroz cozido Batata doce com casca assada Pepino com casca em fatias	Pão com <b>*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura Macarrão ao alho e óleo Feijão cozido Repolho verde ralado Mamão picado

Observação: Reservar ½ pc de Melão sem casca picado e congelado, 1 pc de Cenoura e 1 pc de Batata doce (Integral) e 1 pc de Abóbora (Regular) para a próxima quarta-feira. Reservar parte do quantitativo de temperos e congelar picados para a próxima semana: Alho, Cebola, Cebolinha, Coentro, Salsa e Pimentão.

\*Biscoito SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife, Rancheiro.

\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

\*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

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



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 – INTOLERÂNCIA À LACTOSE**

EDUCAÇÃO INTEGRAL: 04 REFEIÇÕES – Escola Candanga EF1, EF2, EM

2ª Semana	Segunda-feira 14/11	Terça-feira 15/11	Quarta-feira 16/11	Quinta-feira 17/11	Sexta-feira 18/11
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REEIÇÕES)	<b>DIA LETIVO MÓVEL</b>	<b>FERIADO NACIONAL</b> (Proclamação da República)	Cuscuz com *Azeite de Oliva (1 pc) (Farinha de milho flocada) + Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)	*Biscoito sem lactose Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Maçã	*Biscoito sem lactose Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9h e 9:30h			*Biscoito sem lactose	Banana nanica	Abacaxi em fatias
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)			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
<b>LANCHE</b> Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	<b>DIA LETIVO MÓVEL</b>	<b>FERIADO NACIONAL</b> (Proclamação da República)	Bobó de Filé de Tilápia com Abóbora Arroz cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo Salada de Cenoura ralada e Pepino com casca picado Abacaxi em pedaços	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango) Feijão cozido Abóbora cozida Beterraba cozida

Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi congelado, 1 pc de Inhame e 1 pc de Cenoura (Integral) e 1 pc de Batata doce (Regular) para a próxima segunda-feira.

\*Biscoito SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife, Rancheiro.

\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

\*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

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



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 – INTOLERÂNCIA À LACTOSE**

EDUCAÇÃO INTEGRAL: 04 REFEIÇÕES – Escola Candanga EF1, EF2, EM

3ª Semana	Segunda-feira 21/11	Terça-feira 22/11	Quarta-feira 23/11	Quinta-feira 24/11	Sexta-feira 25/11
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REEIÇÕES)	<b>*Biscoito sem lactose</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	<b>*Biscoito sem lactose</b> Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar) + Maçã	Pão com Peito de Frango refogado (½ pc) Suco de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Açúcar)	<b>*Biscoito sem lactose</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Melancia picada	Pão com <b>*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)</b> Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9h e 9:30h	<b>*Biscoito sem lactose</b>	Frutas Picadas (Abacaxi ½ pc + Melão ½ pc)	Melancia em fatias	Banana nanica	Mamão picado
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	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	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 Maçã	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
<b>LANCHE</b> Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	Peito de Frango em cubos ao molho (Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo Batata doce corada	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Arroz cozido Couve refogada Batata doce assada Frutas Picadas (Abacaxi ½ pc + Maçã ½ pc)	Isca de Peito de Frango refogada Arroz cozido Feijão cozido Abóbora cozida Repolho verde ralado	Pão com <b>*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)</b> Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar)	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura e Pimentão Arroz cozido Feijão cozido Pepino em fatias Frutas Picadas (Melão ½ pc + Mamão ½ pc)

Observação: Reservar 1 pc de Goiaba congelada, 1 pc de Abóbora, 1pc de Pepino (Integral) e 1 pc de Beterraba e 1pc de Cebola (Regular) para a próxima segunda-feira.

\*Biscoito SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife, Rancheiro.

\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

\*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

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



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 – INTOLERÂNCIA À LACTOSE**

EDUCAÇÃO INTEGRAL: 04 REFEIÇÕES – Escola Candanga EF1, EF2, EM

4ª Semana	Segunda-feira 28/11	Terça-feira 29/11	Quarta-feira 30/11	Quinta-feira 01/12	Sexta-feira 02/12
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REEIÇÕES)	<b>*Biscoito sem lactose</b> Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar)	<b>*Biscoito sem lactose</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Melão (½ pc)	<b>FERIADO LOCAL</b> (Dia do Evangélico)	<b>*Biscoito sem lactose</b> Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar) + Mamão picado	Pão com Peito de Frango refogado (½ pc) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9h e 9:30h	<b>*Biscoito sem lactose</b>	Maçã		Banana nanica	Melancia em fatias
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	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
<b>LANCHE</b> Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	Peito de Frango acebolado Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Beterraba cozida	Peito de Frango em Pouch, refogado com Cenoura ralada e Pimentão Arroz cozido Couve refogada Frutas picadas (Maçã ½ pc + Mamão ½ pc)	<b>FERIADO LOCAL</b> (Dia do Evangélico)	Pão com <b>*Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva)</b> Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango) Arroz cozido Feijão cozido Abóbora cozida Pepino em fatias

Observação: Higienizar, picar e congelar a Couve recebida em 28/11 para oferta em 01/12 (Integral).

Reservar ½ pc de Abacaxi sem casca picado e congelado, 1 pc de Beterraba, 1 pc de Abóbora (Integral) e 1 pc de Repolho verde (Regular) para a próxima segunda-feira.

\*Biscoito SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife, Rancheiro.

\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

\*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

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



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 – INTOLERÂNCIA À LACTOSE**

EDUCAÇÃO INTEGRAL: 04 REFEIÇÕES – Escola Candanga EF1, EF2, EM

5ª Semana	Segunda-feira 05/12	Terça-feira 06/12	Quarta-feira 07/12	Quinta-feira 08/12	Sexta-feira 09/12
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REFEIÇÕES)	Cuscuz com *Azeite de Oliva (1 pc) (Farinha de milho flocada) + Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	*Biscoito sem lactose Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar) + Maçã	Pão com *Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	*Biscoito sem lactose Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar) + Mamão picado	Pão com *Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva) Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9h e 9:30h	*Biscoito sem lactose	Melão picado	Melancia em fatias	Abacaxi em fatias	Maçã
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	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	Iscas 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	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Batata doce com casca assada Chuchu refogado com Cebolinha
<b>LANCHE</b> Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	Macarrão ao molho com Peito de Frango em Pouch (Extrato de tomate) Repolho verde em tiras	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Arroz cozido Feijão cozido Batata doce corada Couve refogada	Peito de Frango acebolado Arroz cozido Beterraba cozida Repolho verde em tiras Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Maça ½ pc)	Pão com *Peito de Frango refogado (½ pc - Reserva) Suco de Goiaba (Fruta, Açúcar)	Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) Salada de Cenoura crua ralada e Pepino com casca em tiras Mamão em fatias

**Observação:**

\*Biscoito SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife, Rancheiro.

\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

\*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

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 – INTOLERÂNCIA À LACTOSE**

EDUCAÇÃO INTEGRAL: 04 REFEIÇÕES – Escola Candanga EF1, EF2, EM

6ª e 7ª Semanas	Período de 12/12 a 22/12/2022
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:15h e 7:45h. (= 2 REFEIÇÕES)	<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> <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 <b>pedido extra de gêneros alimentícios perecíveis, de acordo com a Nota Técnica nº 01/2021 – SEE/SUAG/DIAE/GPEA (066695935)</b>.</p> <p><b>Importante!</b> Alguns gêneros alimentícios, como por exemplo: amido de milho, farinha de mandioca, arroz parboilizado, <b>leite sem lactose</b>, dentre outros, 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>
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9h e 9:30h	
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30. (= 2 REFEIÇÕES)	
<b>LANCHE</b> Horário: 15:30 e 16:30. (= 1 REFEIÇÃO)	

**Observação:**

\*Biscoito SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Aruba, Liane, NaturalLife, Rancheiro.

\*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

\*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

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





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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022**  
**EDUCAÇÃO INTEGRAL: 04 REFEIÇÕES – Escola Candanga EF1, EF2, EM**

1ª 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	%
	EF 01	6- 10 anos	967,45	155,32	58%	41,43	15%	20,87	19%
	EF 2, EM	11-18 anos	1080,02	167,69	56%	48,07	16%	24,58	20%
2ª 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	%
	EF 01	6- 10 anos	977,57	155,66	57%	39,21	14%	21,80	20%
	EF 2, EM	11-18 anos	1098,46	172,27	56%	45,32	15%	24,64	20%
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	%
	EF 01	6- 10 anos	1046,54	175,62	60%	44,34	15%	19,79	17%
	EF 2, EM	11-18 anos	1158,13	188,75	59%	50,74	16%	23,15	18%
4ª 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	%
	EF 01	6- 10 anos	883,99	149,37	61%	33,43	14%	18,72	19%
	EF 2, EM	11-18 anos	972,20	160,11	59%	38,10	14%	21,50	20%
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	%
	EF 01	6- 10 anos	981,77	159,43	58%	40,70	15%	21,22	19%
	EF 2, EM	11-18 anos	962,95	149,05	56%	43,41	16%	21,65	20%

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



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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

**CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE**

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

EDUCAÇÃO INTEGRAL: 04 REFEIÇÕES – Escola Candanga EF1, EF2, EM

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, utilizar ½ pc de sal e ½ pc de óleo.
- ORIENTAR OS ALUNOS QUANTO AO CUIDADO NO CONSUMO DO **FILÉ 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, 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.**
- **As sugestões de receitas comporão arquivo em separado atualizado e encaminhado a cada Distribuição.**

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913