

Orientações para Cardápio Especial: Diabetes Mellitus – 1º Distribuição

- **Gêneros da Alimentação Escolar que o (a) aluno (a) DEVE EVITAR: Açúcar. E controlar o consumo (porção) de arroz branco, pães, biscoitos, amido, farinha de mandioca e macarrão.**
- Os itens marcados em “**negrito**” no cardápio DEVEM SER ADQUIRIDOS PELA UNIDADE ESCOLAR, pois não fazem parte dos gêneros alimentícios distribuídos pela Secretaria de Estado de Educação do DF.
- **Observar o rótulo dos produtos:** Conferir se os gêneros alimentícios são integrais e isentos/reduzidos em açúcar e farinhas brancas em sua composição.
- **Substitutos:**
 - **Para o pão:** Pão integral e Cuscuz. **Marcas sugeridas:** Pullman, Wickbold, Seven Boys;
 - **Para os biscoitos:** Biscoitos integrais sem açúcar (*diet*) e salgados. **Marcas sugeridas:** Clube Social, Nesfit, Bauducco/ Jasmine, Vitao, Mãe Terra.
 - **Para o açúcar:** Preferencialmente somente retirar o açúcar. Caso seja necessário uso de adoçante, por motivo de aceitação do aluno, preferir os à base de estévia ou sucralose, ou seguir a recomendação médica ou nutricional individualizada. **Marcas sugeridas:** Stevita, Linea, Finn.
- **Estimular o consumo de folhosos e vegetais nos dias de refeições salgadas a fim de aumentar o teor de fibras e melhorar o controle glicêmico (maior per capita);**
- **Nos dias em que não houver reserva de frutas/ hortaliças, para aumentar o teor de fibras, ofertar arroz ou macarrão integrais, ou ainda farelo de aveia.**
- Estocar os alimentos para estudantes com necessidades alimentares especiais de forma isolada e identificados (separados no alto das prateleiras, por exemplo);
- Atentar à validade dos produtos. Após aberto, seguir as orientações da embalagem. Pães podem ser armazenados em geladeira para aumentar a durabilidade;
- SEMPRE preparar a alimentação especial **primeiro**;
- O estudante pode ter necessidade de alimentação adicional em casos de hipoglicemia ou quando gasta muito tempo no deslocamento para a escola ou para casa;
- **Sugere-se adotar na rotina diária o ato de verificar previamente a presença dos alunos que recebem alimentação especial, a fim de evitar a produção desnecessária de refeições no dia.**
- Em caso de dúvida deve-se entrar em contato com os nutricionistas da UNIAE / Coordenação Regional de Ensino

A compra de alimentos com os recursos do PDAF para alunos com necessidades alimentares especiais foi autorizada pela Portaria nº35 de 19/02/2016, de acordo com o Decreto nº 37.349, de 18 de maio de 2016, bem como a Circular nº001/2016 - DIAE, de 24/02/2016. A Unidade Escolar necessitará da cópia do laudo médico com o nome completo do estudante e do profissional de saúde, número do CRM - Conselho Regional de Medicina e do CID – Classificação Internacional de Doenças, descrevendo a patologia e os gêneros a serem adquiridos.