

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

04 Refeições: Pré Escolar

1ª Semana	Segunda-feira 31/07	Terça-feira 01/08	Quarta-feira 02/08	Quinta-feira 03/08	Sexta-feira 04/08
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com Manteiga ^R + Leite, Açúcar	Canjica com Leite caramelizado (Leite, Açúcar) + Tangerina	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com Queijo ^R ralado (Queijo muçarela) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Suco de Morango (Fruta 1 pc, Açúcar) + Mamão
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz, Colorau)	Isclas de Paleta suína refogadas com Cebola e Colorau Arroz cozido Feijão cozido Purê de Abóbora Pepino com casca em fatias	Ovos mexidos Macarrão ao alho e óleo e Açafrão Feijão cozido Salada de Chuchu com Tomate e Cebola	Peito de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Repolho roxo ralado com Ervas (Cebolinha, Manjericão, Salsa)	Peito de Frango desfiado ao molho branco com Cenoura (Amido, Leite ½ pc) Arroz cozido Feijão cozido Alface em tiras
LANCHE Horário: 14h e 14:30.	Biscoito Amanteigado	Salada de Frutas (Abacaxi ½ pc, Banana prata ½ pc, Maçã ½ pc)	Melão em fatias	Banana prata	Melancia em fatias
JANTAR Horário: 15:30 e 16:30.	Estrogonofe Frango (Peito de Frango, Amido, Leite ½ pc, Colorau) Arroz cozido	Farofa de Ovos com Cebola (Farinha de mandioca) Arroz cozido Pepino com casca em fatias Banana nanica assada	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura e Açafrão Arroz cozido Feijão cozido	Escondidinho de Peito de Frango desfiado ao molho de tomate com Batata doce (Extrato de tomate) Arroz cozido	Paleta suína refogada com Cebola e Pimentão Arroz cozido Abóbora cozida Acelga em tiras

Observação:

Reservar ½ pc de Banana prata – congelada, 1 pc de Batata doce, 1pc de Couve – congelada e 1pc de Abóbora, 1 pc de Repolho verde para a próxima segunda-feira. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Julienne J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

04 Refeições: Pré Escolar

2ª Semana	Segunda-feira 07/08	Terça-feira 08/08	Quarta-feira 09/08	Quinta-feira 10/08	Sexta-feira 11/08
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com Manteiga ^R Leite caramelizado (Leite, Açúcar)	Biscoito Rosquinha de coco Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com Queijo ^R (Queijo muçarela) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Salada de Frutas com Leite em pó ½ pc (Banana prata ½ pc, Maça 1pc, Mamão 1pc)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce Arroz cozido com Couve	Iscas de Paleta suína refogadas com Cebola, Pimentão e Colorau Arroz cozido Feijão cozido Beterraba cozida Repolho verde em tiras	Farofa de Ovos com Couve (Ovo, Farinha de mandioca) Arroz cozido com Açafrão Feijão cozido Cenoura refogada	Carne moída ^R refogada (Acém moído) Arroz cozido Feijão cozido Chuchu gratinado (Amido, Leite ½ pc) Tomate meia lua com Ervas (Cebolinha, Salsa)	Carne moída ^R ao molho com Manjeriçao (Acém moído, Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido Abóbora refogada Alface em tiras
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito Rosquinha de coco	Tangerina	Banana prata	Frutas picadas (Banana prata ½ pc + Melão ½ pc)	Melão em fatias
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Peito de Frango-desfiado ao molho branco (Leite ½ pc, Amido) Arroz cozido Salada de Abóbora cozida com Repolho verde	Farofa de Ovos com Couve (Farinha de mandioca) Arroz cozido Feijão cozido	Peito de Frango ao molho (Extrato de tomate, Ervas - Cebolinha, Coentro, Salsa) Arroz cozido Alface picada com Hortelã Banana nanica assada	Canja (Arroz, Peito de Frango desfiado, Cenoura, Colorau)	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Batata doce assada com Colorau Pepino com casca picado

Observação: Reservar 1pc de Cenoura (refrigerada), 1pc de Batata doce e 1pc de Abóbora, 1 pc de Repolho roxo para a próxima segunda-feira. 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 – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

04 Refeições: Pré Escolar

3ª Semana	Segunda-feira 14/08	Terça-feira 15/08	Quarta-feira 16/08	Quinta-feira 17/08	Sexta-feira 18/08
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com Manteiga ^R + Leite, Açúcar	Biscoito Amanteigado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Salada de Frutas com Leite em pó ½ pc (Banana prata ½ pc, Maça 1pc, Mamão 1pc)	Cuscuz com Queijo ^R (Queijo muçarela) Suco Verde (Melão ½ pc, Talos de Couve, Açúcar)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Farofa de Ovos com Cenoura (Farinha de mandioca) Arroz cozido Batata doce cozida	Peito de Frango refogado com Colorau e Cebola Arroz cozido Feijão cozido Purê de Batata doce Alface picada	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa, Açafrão) Feijão cozido Salada de Repolho roxo em tiras com Hortelã	Paleta suína cozida e refogada (Extrato de tomate e Cebola) Arroz cozido Feijão cozido Couve refogada Abóbora cozida	Peito de Frango ao molho branco (Amido e Leite ½ pc) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Tomate, Pimentão e Cebola
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito Amanteigado	Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Melão ½ pc)	Melão em fatias	Melancia em fatias	Mamão picado
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Estrogonofe de Frango (Peito de Frango, Amido, Leite ½ pc e Colorau) Arroz cozido Salada de Abóbora cozida com Repolho roxo	Ovos mexidos com Tomate e Cebola e Manjericão Arroz cozido Banana nanica selada/corada	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho com Pimentão (Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo Beterraba cozida	Iscas de Peito de Frango aceboladas Arroz cozido Farofa de Cenoura (Farinha de mandioca)	Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz, Açafrão) Arroz cozido Batata doce com casca cozida

Observação: Reservar a Couve e os Talos para uso em 17/08.

Reservar 1pc de Cenoura, 1 pc de Pepino, 1 pc de Cebola e 1pc de Couve - congelada, 1pc de Abóbora para a próxima segunda-feira.

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 – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

04 Refeições: Pré Escolar

4ª Semana	Segunda-feira 21/08	Terça-feira 22/08	Quarta-feira 23/08	Quinta-feira 24/08	Sexta-feira 25/08
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com Manteiga ^R + Leite, Açúcar	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Morango (Leite, Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com Queijo ^R (Queijo muçarela) Suco de Melão (Fruta ½ pc, Açúcar)	Salada de Frutas com Leite em pó ½ pc (Banana prata, Mamão, Maçã ½ pc)	Biscoito Amanteigado Suco de Abacaxi (Fruta 1pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Farofa de Ovos (Farinha de mandioca, Colorau) Arroz cozido com Cenoura Pepino com casca em fatias	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Macarrão ao molho branco com Couve (Amido e Leite ½ pc) Feijão cozido	Peito de Frango em cubos cozido com Açafrão Arroz cozido Feijão cozido Salada de Tomate com Pepino e Ervas (Cebolinha, Manjericão e Salsa)	Carne moída ^R molho (Acém moído, Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido Cenoura refogada Repolho roxo ralado	Paleta suína em cubos refogada (Cebola, Colorau) Arroz cozido Feijão cozido com Abóbora Salada de Tomate, Cebola e Pimentão em cubos
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito Amanteigado	Banana prata	Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Morango)	Melão em fatias	Frutas picadas (Melão ½ pc + Morango)
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Peito de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Abóbora cozida Farofa de Couve (Farinha de mandioca)	Omelete de forno (Ovo, Amido, Leite ½ pc, Tomate, Cebola, Cebolinha, Coentro) Arroz cozido	Bobó de Peito de Frango com Abóbora Arroz cozido Couve refogada	Peito de Frango refogado com Pimentão e Colorau Arroz cozido Feijão cozido Alface picado com Hortelã	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango ^R , Cenoura e Açafrão) Arroz cozido Banana prata

Observação:

Reservar 1pc de Batata doce, 1pc de Acelga e **1 pc de Couve – congelada**, 1 pc de Batata inglesa para a próxima semana.

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

Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Julienne J. M. Santos CRN1: 3913

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

04 Refeições: Pré Escolar

5ª Semana	Segunda-feira 28/08	Terça-feira 29/08	Quarta-feira 30/08	Quinta-feira 31/08	Sexta-feira 01/09
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com Manteiga ^R Leite caramelizado (Leite, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc, Açúcar)	Cuscuz com Queijo ^R (Queijo muçarela) Suco de Morango (Fruta 1 pc, Açúcar)	Salada de Frutas com Leite em pó (Maçã ½ pc, Banana prata 1pc, Morango 1pc)	Biscoito Rosquinha de coco Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar) + Morango
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Batata doce com casca corada Acelga picada	Peito de Frango ao molho branco (Leite ½ pc, Amido) Arroz cozido com Cenoura e Colorau Feijão cozido Couve refogada	Farofa de Ovos com Banana (Farinha de mandioca, Banana prata ½ pc) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Repolho Verde com Tomate e Manjerição	Carne moída ^R refogada com Colorau (Acém moído) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Alface com Couve em tiras	Paleta Suína cozida e refogada com Açafrão e Pimentão Arroz cozido Feijão cozido Abóbora refogada Couve-flor cozida a vapor
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito Amanteigado	Melão em fatias	Frutas picadas (Banana prata ½ pc + Abacaxi ½ pc)	Melancia em fatias	Mamão picado
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Macarrão ao molho com Peito de Frango e Couve (Extrato de tomate) Batata assada	Arroz com Ovos mexidos, Tomate e Manjerição Acelga em tiras Banana prata	Iscas de Paleta Suína refogada com Colorau e Cebola Arroz cozido Cenoura crua ralada	Peito de Frango desfiado ao molho branco (Leite ½ pc, Amido) Arroz cozido Salada de Repolho Roxo com Pepino	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Açafrão Arroz cozido Farofa de Couve (Farinha de mandioca)

Observação: Reservar a Couve para uso em 01/09 jantar.

Reservar 1pc de Batata inglesa, 1pc de Vagem e 1pc de Batata doce para a próxima segunda-feira.

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 – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

04 Refeições: Pré Escolar

6ª Semana	Segunda-feira 04/09	Terça-feira 05/09	Quarta-feira 06/09	Quinta-feira 07/09	Sexta-feira 08/09
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz Leite caramelizado (Leite, Açúcar)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	FERIADO DIA DA INDENDÊNCIA DO BRAIL	DIA LETIVO MÓVEL
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Ovos mexidos Arroz cozido Batata inglesa ao molho (Extrato de tomate) Vagem refogada	Galinhada com Couve (Arroz, Peito de Frango em Pouch, Açafrão) Batata doce corada	Peito de Frango refogado com Colorau Arroz cozido Feijão cozido Salada de Repolho verde com Tomate picados		
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito Amanteigado	Melão em fatias	Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Banana nanica ½ pc)		
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Peito de Frango Pouch desfiado ao molho com Batata doce (Extrato de tomate) Arroz cozido	Ovos mexidos com Tomate Arroz cozido Melão em fatias	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Colorau) Beterraba cozida		

Observação: Reservar 1pc de Batata doce, 1pc de Beterraba e 1pc de Abóbora para a próxima segunda-feira. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Julienne J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

04 Refeições: Pré Escolar

7ª Semana	Segunda-feira 11/09	Terça-feira 12/09	Quarta-feira 13/09	Quinta-feira 14/09	Sexta-feira 15/09
DESJEJUM Horário: 8h e 9h.	Cuscuz com Manteiga ^R Leite caramelizado (Leite, Açúcar)	Biscoito Amanteigado Suco Verde (Melão ½ pc, Hortelã, Açúcar) + Banana prata	Cuscuz com Queijo ^R (Queijo muçarela) Suco de Abacaxi (Fruta ½ pc, Açúcar)	Canjica (Leite, Açúcar) + Banana prata	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc, Açúcar)
ALMOÇO Horário: 11:30 e 12:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce e Açafrão Arroz cozido Beterraba cozida	Peito de Frango acebolado Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Vagem cozida Feijão cozido Melão em fatias	Peito de Frango refogado com Tomate, Cebola, Pimentão e Colorau Arroz cozido Feijão cozido Couve-flor gratinada (Amido e Leite ½ pc)	Carne moída ^R refogada com Colorau Arroz cozido Feijão cozido Salada de Repolho roxo com Couve em tiras	Paleta suína cozida e refogada com Pimentão Arroz cozido Feijão Tropeiro (Farinha de mandioca, Couve) Abóbora cozida
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Biscoito Rosquinha de coco	Frutas picadas (Abacaxi ½ pc + Maçã ½ pc)	Frutas picadas (Melão ½ pc + Morango)	Melancia em fatias	Maçã
LANCHE 2 Horário: 15:30 e 16:30.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas (Colorau) Arroz cozido Abóbora cozida	Peito de Frango ao molho branco (Leite ½ pc, Amido) Arroz cozido Salada de Couve com Cenoura crua ralada	Paleta suína cozida e refogada Arroz cozido Tutu de Feijão Tomate picado com Ervas (Coentro, Salsa e Hortelã)	Peito de Frango ao molho com Pimentão e Cebola (Extrato de tomate) Arroz cozido Alface em tiras Banana prata	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Arroz cozido Batata doce assada

Observação:

Reservar 1pc de Batata inglesa, 1pc de Acelga e 1pc de Abóbora e 1 pc de Repolho verde para a próxima segunda-feira.

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 04 REFEIÇÕES

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	%
				1ª Semana	PE	4- 5 anos	914,29	147,88	58%
	EF 01	6- 10 anos	1036,72	164,12	57%	42,61	15%	22,68	20%
	EF 02	11-15 anos	1143,04	180,34	57%	47,60	15%	24,70	19%
	EM	16-18 anos	1143,04	180,34	57%	47,60	15%	24,70	19%
2ª Semana	PE	4- 5 anos	935,60	154,69	60%	35,68	14%	19,51	19%
	EF 01	6- 10 anos	1061,03	171,54	58%	43,87	15%	21,85	19%
	EF 02	11-15 anos	1163,67	186,85	58%	48,94	15%	23,84	18%
	EM	16-18 anos	1163,67	186,85	58%	48,94	15%	23,84	18%
3ª Semana	PE	4- 5 anos	892,06	140,19	57%	36,46	15%	20,35	21%
	EF 01	6- 10 anos	1014,59	154,69	55%	45,14	16%	23,04	20%
	EF 02	11-15 anos	1120,23	169,39	54%	50,79	16%	25,29	20%
	EM	16-18 anos	1120,23	169,39	54%	50,79	16%	25,29	20%
4ª Semana	PE	4- 5 anos	841,96	131,66	56%	34,19	15%	19,69	21%
	EF 01	6- 10 anos	948,79	144,53	55%	41,67	16%	22,01	21%
	EF 02	11-15 anos	1055,56	160,35	55%	47,18	16%	24,03	20%
	EM	16-18 anos	1055,56	160,35	55%	47,18	16%	24,03	20%

Responsável Técnico

Juliane 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	863,80	135,81	57%	34,27
EF 01	6- 10 anos	969,52	148,52	55%	41,51	15%	23,05	21%	
EF 02	11-15 anos	917,11	142,69	56%	44,44	17%	18,82	18%	
EM	16-18 anos	917,11	142,69	56%	44,44	17%	18,82	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	822,02	135,07	59%	27,96
EF 01	6- 10 anos	905,77	147,98	59%	31,76	13%	20,19	20%	
EF 02	11-15 anos	998,27	163,58	59%	35,22	13%	21,66	20%	
EM	16-18 anos	998,27	163,58	59%	35,22	13%	21,66	20%	
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	940,34	153,19	59%	36,37
EF 01	6- 10 anos	1064,55	167,93	57%	44,89	15%	23,11	20%	
EF 02	11-15 anos	1190,67	186,63	56%	51,38	16%	25,52	19%	
EM	16-18 anos	1190,67	186,63	56%	51,38	16%	25,52	19%	

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 – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 31/07/2023 a 15/09/2023. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 16/10/2023.

04 Refeições: Pré Escolar

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 *in natura* como acompanhamento para o cuscuz utilizar ½ pc de sal e 1 pc de óleo (1ml).
- **Atentar-se às entregas de Queijo e Manteiga e utilizar somente 1 pc por refeição. Armazenar as reservas refrigeradas ou congeladas.**
- **Atentar-se às entregas dos Ovos. Eles chegarão uma semana antes do consumo. Por esse motivo, o ovo deverá ser armazenado sob refrigeração até o efetivo consumo.**
- **Armazenar as reservas de Carnes conforme planejamento do cardápio e de entregas.**
- **R: Reserva de Queijo ou Manteiga ou Carne ou Ovo de entregas mais distantes. Utilizar 1 pc por refeição. Armazenar as reservas refrigeradas ou congeladas.**
- **Amido:** Amido de milho.
- **Leite:** Per capita para molhos reduzido de meio (½) para um terço (⅓).
- **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 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.
- **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 compõem o arquivo Caderno de Receitas atualizado e encaminhado a cada Distribuição.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913