

**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

Guia Alimentar

Escolas - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO

Prefeito - Eduardo Cavaliere

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Secretário: Hugo Ribeiro Nepomuceno

SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE

Secretário - Rodrigo de Sousa Prado

Presidente IVISA-RIO - Aline Pinheiro Borges

Coordenadora CTATS - Renata Noronha Marinatti

GERENTE DA UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

Marluce Crispim da Costa Fortunato - CRN 94100043

ELABORAÇÃO - EQUIPE DE NUTRIÇÃO

Renata Flores Coelho Alonso - CRN: 99100180

Elaine Blaso Banal da Silva - CRN: 20001000149

Gisele de Savignon Pereira - CRN: 981004466

Joyce Lima de Jesus Nascimento - CRN: 22100804

Mariana Camille de Melo Moura - CRN: 22100621

Administrativo: Alexandra Cunha Coelho da Rocha - Matrícula: 0220

SUMÁRIO

Apresentação	05
Programa Nacional de Alimentação Escolar	06
Referências que Norteiam o Programa Nacional de Alimentação Escolar	08
Resolução/CD/FNDE N° 04/2026	10
Atribuições Básicas das Unidades Escolares	13
A Dimensão Pedagógica do Programa Nacional de Alimentação Escolar	14
Portaria Interministerial MEC/MS N° 1.010/2006	16
Hortas Escolares	19
Agricultura familiar	20
Alimentação Saudável	22
Recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira, MS 2014	23
Decreto Rio n° 52.842 de 11 de julho de 2023	24
Alimentação do Adolescente	25
Alimentação para crianças com necessidades específicas	27
Bases para a Elaboração do Plano Alimentar	29
Plano Alimentar	30
Composição dos Cardápios	31
Refeições Fornecidas	32
Boas Práticas na Manipulação dos Alimentos	35
Equipamentos, Utensílios e Uniforme dos Manipuladores de Alimentos	36
Recebimento dos Gêneros/Produtos Alimentícios	37
Preparo das Refeições	38
Distribuições das Refeições	39
Descritivo de Gêneros/Produtos Alimentícios	41
Referências Bibliográficas	51
ANEXO 1 - Tabela de Safra e Frequência Mensal de Utilização de Frutas	55
ANEXO 2 - Plano Alimentar para Situações Emergenciais	57
ANEXO 3 - Plano Alimentar - Escolar Parcial	65
ANEXO 4 - Plano Alimentar Escola Turno Único	75
ANEXO 5 - Plano Alimentar Escola Especiais	85
ANEXO 6 - Plano Alimentar Ginásio Educacional Olímpico Anos Iniciais	102
ANEXO 7 - Plano Alimentar Ginásio Educacional Olímpico Anos Finais	112

SUMÁRIO

Anexo 8 - Plano Alimentar Educação GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR	122
Anexo 09 - Plano Alimentar Educação de Jovens e Adultos - EJA	132
Anexo 10 - Comunicados sobre necessidades especiais na alimentação	141
Anexo 11 - Composição Nutricional dos cardápios	144
Anexo 12 - Informativo e POP	189
Contatos	222

APRESENTAÇÃO

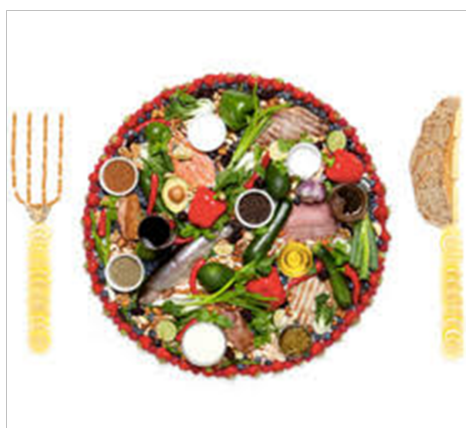
Este Guia Alimentar foi elaborado pela **Unidade de Nutrição Annes Dias (UNAD)**, visando subsidiar, tecnicamente, a Rede Municipal de Ensino da Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro, na execução adequada do Programa Nacional de Alimentação Escolar.

A Unidade de Nutrição Annes Dias coordena tecnicamente ações de Alimentação e Nutrição do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), executado pelas Unidades de ensino públicas cariocas, tendo por atribuição o planejamento, a supervisão e a avaliação da execução do mesmo.

RESOLUÇÃO CD/FNDE Nº 04, de 26/02/2026

Da Alimentação Escolar

Art. 04 “O PNAE (Programa Nacional de Alimentação Escolar) tem por objetivo contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de práticas alimentares saudáveis dos estudantes, por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo. ”



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Ações de Alimentação e Nutrição na Escola

O **Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE)** é considerado um dos maiores programas na área de alimentação escolar do mundo. O **PNAE** é um programa do **Ministério da Educação** destinado aos alunos matriculados na educação básica pública e tem o objetivo de garantir o acesso a uma alimentação saudável, visando a promoção da saúde e o pleno desenvolvimento deste segmento da população, assumindo, como premissa básica a alimentação como Direito Humano.

A promoção de uma alimentação saudável no espaço escolar pressupõe a integração de **ações de estímulo** à adoção de hábitos alimentares saudáveis, por meio de atividades educativas que informem e motivem escolhas individuais; **ações de apoio** para adoção de práticas saudáveis, por meio da oferta de alimentação nutricionalmente equilibrada e **ações de proteção** à alimentação saudável, por meio de medidas que evitem a exposição da comunidade escolar à práticas alimentares inadequadas.

As ações de promoção da saúde estruturadas no âmbito do Ministério da Saúde ratificam o compromisso brasileiro com as diretrizes da Estratégia Global em Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde (OMS/OPAS, 2004), que fomenta a necessidade de promover mudanças socioambientais, em nível coletivo, para favorecer as escolhas saudáveis em nível individual.

A Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN) concretiza o compromisso do Setor Saúde com a garantia do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) e, dentre suas diretrizes, destacam-se a promoção da alimentação saudável, no contexto de modos de vida saudáveis, e o monitoramento da situação alimentar e nutricional da população brasileira.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é uma das estratégias de Segurança Alimentar e Nutricional (SAN) e instrumento para a promoção de práticas alimentares e nutricionais saudáveis junto aos escolares cariocas.



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR *Na Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro*

No Município do Rio de Janeiro, o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) é desenvolvido pela parceria entre a Secretaria Municipal de Educação e a Secretaria Municipal de Saúde, visando a execução adequada do mesmo, em conformidade à legislação e às normas técnicas vigentes.

As ações do PNAE no contexto do ambiente escolar para atendimento a todos os alunos matriculados na rede municipal de ensino, desde a Educação Infantil até o 9º ano, incluindo creches e alguns programas especiais como a Educação de Jovens e Adultos, não se caracterizam e não se encerram apenas pela produção e pela oferta de alimentação segura e saudável nas dimensões nutricional, sanitária, sócio - cultural, ecológica e do direito humano.

O Planejamento Alimentar está, intrinsecamente, relacionado às ações educativas efetivas nas áreas de alimentação e nutrição e de segurança alimentar. Neste sentido, a vertente pedagógica do Programa abarca a implementação de ações educativas (1) em seus aspectos conteudistas, transdisciplinares, intersetoriais e multiprofissionais, (2) no reconhecimento e na valorização dos espaços escolares como ferramentas pedagógicas, dentre elas, destacam-se as Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) das Unidades Escolares, onde são produzidas e oferecidas alimentação aos alunos e (3) na contextualização do tema alimentação/nutrição no Projeto Político Pedagógico de cada Unidade, envolvendo toda a comunidade escolar. Tais ações educativas encontram-se, dentre outras, consubstanciadas na Lei de Diretrizes e Bases da Educação (Lei nº 9394/1996 alterada pela Lei nº 13.666/ 2018), no Marco de Referência de Educação Alimentar e Nutricional para as Políticas Públicas (MDS, 2012) e no Decreto nº 12.365/1993.

Temos, portanto, a caracterização da Alimentação Escolar como atividade-meio e fim, considerando a função precípua da escola na formação crítica e cidadã do aluno.



REFERÊNCIAS QUE NORTEIAM O PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

O Programa Nacional de Alimentação Escolar, executado na rede municipal de ensino, está pautado em referências que norteiam, dentre outros, o planejamento, a implementação e o monitoramento das ações de educação nutricional e a oferta de alimentação segura e saudável, tendo como premissa a promoção da saúde.

- Constituição da República Federativa do Brasil, 1988;
- Guia Alimentar para a População Brasileira, Ministério da Saúde, 2014;
- Guia Alimentar Para Crianças Brasileiras Menores de 2 anos, Ministério da Saúde, 2019;
- Decreto nº 11.821, de 12 de dezembro de 2023 - Presidência da República;
- Lei nº 12.982, de 28 de maio de 2014 - Presidência da República;
- Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009 - Presidência da República;
- Lei nº 15.226 de 30 de setembro de 2024 (altera a Lei 11.947);
- Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006. Lei Orgânica de Segurança Alimentar (LOSAN);
- Política Nacional de Alimentação e Nutrição (PNAN). Ministério da Saúde, 2014;
- Portaria interministerial MEC/MS nº1010 de 8 de Maio de 2006;
- Portaria Nº 2.446 de 11 de novembro de 2014 - Política Nacional de Promoção da Saúde. Ministério da Saúde;
- Estratégia Global de Alimentação, Atividade Física e Saúde, da Organização Mundial da Saúde, que prioriza o fomento ao consumo diário de frutas, legumes e verduras;
- Resolução ANVISA nº 216 de 15 de setembro de 2004;
- Resolução CFN nº 788 e nº 789 de 13 de setembro de 2024;
- Resolução Conselho Nacional dos Direitos da Criança e do Adolescente. (CONANDA) nº 163 de 2014.



REFERÊNCIAS QUE NORTEIAM O PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

(Continuação)

- Resolução/CD/FNDE nº 04, de 26 de fevereiro de 2026;
- Nota Técnica FNDE nº 1879810/2020/COSAN/CGPAE/DIRAE;
- Nota Técnica FNDE nº 1894784/2020/COSAN/CGPAE/DIRAE;
- Nota Técnica FNDE nº 2139545/2020/COSAN/CGPAE/DIRAE;
- Nota Técnica FNDE nº 3049124/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE;
- Nota Técnica FNDE nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE;
- Nota Técnica FNDE nº 2974175/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE;
- Nota Técnica FNDE nº 3228950/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE;
- Nota Técnica FNDE nº 4816230/2025/DIEAN/COSAN/CGPAE/DIRAE;
- Decreto Rio nº 12.365 de 22 de outubro de 1993;
- Decreto Rio nº 22.854/2003;
- Decreto Rio nº 45.585, de 27/12/2018;
- Decreto Rio nº 30.863/2009, de 02/07/2009;
- Decreto Rio nº 52.842, de 11 de julho de 2023;
- Lei Municipal nº 7.987 de 11 de julho de 2023. Institui ações de combate à Obesidade Infantil;
- Portaria IVISA-RIO nº02 de 11 de novembro de 2020.



RESOLUÇÃO/CD/FNDE Nº 04/2026

Dispõe sobre a gestão e a oferta da alimentação escolar aos estudantes da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE e dá outras providências.

Art. 1º Esta Resolução estabelece as normas relativas à gestão e à oferta da alimentação escolar, no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE, pelos estados, pelo Distrito Federal, pelos municípios e pelas Instituições Federais de Ensino - IFEs que ofertam educação básica.

RESOLUÇÃO/CD/FNDE Nº 04, de 26/02/2026 PNAE - Diretrizes

“Art. 5º - O emprego da alimentação saudável e adequada, que compreende o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos estudantes e para a melhoria do rendimento escolar, em conformidade com a faixa etária, o sexo, a atividade física e o estado de saúde, inclusive dos que necessitam de atenção específica.”

Art. 2 - Entende-se por alimentação escolar todo alimento oferecido no ambiente escolar, independentemente de sua origem, durante o período letivo.

Art. 18. Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas

III - no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, por refeição ofertada, para os estudantes matriculados nas escolas localizadas em comunidades indígenas, em áreas remanescentes de quilombos em outros PCT, exceto creches;

IV - no mínimo 20% (vinte por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertada uma refeição, para os demais estudantes matriculados na educação básica, em período parcial;

V - no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

VI - no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia, macronutrientes, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para os estudantes participantes de programas de educação em tempo integral e para os matriculados em escolas de tempo integral.

§ 1º Em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período parcial, os cardápios devem ofertar, obrigatoriamente, no mínimo 280g/estudantes/semana com três porções de fruta in natura, legumes e verduras;

§ 2º Em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período integral, os cardápios devem ofertar, obrigatoriamente, no mínimo, 520g/estudantes/semana de quatro porções de frutas in natura e cinco porções de legumes e verduras;

RESOLUÇÃO/CD/FNDE Nº 04/2026

§ 3º As bebidas à base de frutas não substituem a obrigatoriedade da oferta de frutas in natura.

§ 4º É obrigatória a inclusão de alimentos fonte de ferro heme no mínimo 4 (quatro) dias por semana nos cardápios escolares. No caso de alimentos fonte de ferro não heme, estes devem ser acompanhados de facilitadores da sua absorção, como alimentos fonte de vitamina C.

§ 5º É obrigatória a inclusão de alimentos fonte de vitamina A pelo menos 3 dias por semana nos cardápios escolares.

§ 6º Os cardápios devem, obrigatoriamente, limitar a oferta de:

I – produtos cárneos a, no máximo, duas vezes por mês;

IV – biscoito, bolacha, pão ou bolo a, no máximo, duas vezes por semana quando ofertada uma refeição, em período parcial; a, no máximo, três vezes por semana quando ofertada duas refeições ou mais, em período parcial; e a, no máximo, sete vezes por semana quando ofertada três refeições ou mais, em período integral;

V – doce a, no máximo, uma vez por mês;

VI - preparações doces a, no máximo:

a) duas vezes por mês em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período parcial;

b) uma vez por semana em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período integral;

§ 7º É proibida a oferta de gorduras trans industrializadas em todos os cardápios.

Art. 19 Para as refeições da alimentação dos estudantes com mais de três anos de idade, recomenda-se no máximo:

I – 7% (sete por cento) da energia total proveniente de açúcar simples adicionado;

II – 15 a 30% (quinze a trinta por cento) da energia total proveniente de gorduras totais; III – 7% (sete por cento) da energia total proveniente de gordura saturada;

IV – 600 mg (seiscentos miligramas) de sódio ou 1,5 gramas de sal per capita, em período parcial, quando ofertada uma refeição;

V – 800 mg (oitocentos miligramas) de sódio ou 2,0 gramas de sal per capita, em período parcial, quando ofertadas duas refeições;

VI – 1.400 mg (mil e quatrocentos miligramas) de sódio ou 3,5 gramas de sal per capita, em período integral, quando ofertadas três ou mais refeições.



RESOLUÇÃO/CD/FNDE Nº 04/2026

§ 1º Recomenda-se que os cardápios do PNAE ofereçam diferentes alimentos por semana, de acordo com o número de refeições ofertadas:

I – Mínimo de 10 alimentos in natura ou minimamente processados por semana, para cardápios que forneçam 1 refeição/dia ou atendem a 20% das necessidades nutricionais diárias;

II – Mínimo de 14 alimentos in natura ou minimamente processados por semana, para cardápios que forneçam 2 refeições/dia ou atendem a 30% das necessidades nutricionais diárias;

III – Mínimo de 23 alimentos in natura ou minimamente processados por semana, para cardápios que forneçam 3 ou mais refeições/dia ou atendem a 70% das necessidades nutricionais diárias.

Art. 21. Da aplicação dos recursos repassados no exercício no âmbito do PNAE:

I - no mínimo 85% (oitenta e cinco por cento) devem ser destinados à aquisição de alimentos in natura ou minimamente processados;

II - no máximo 10% (dez por cento) podem ser destinados à aquisição de alimentos processados e de ultraprocessados;

III - no máximo 5% (cinco por cento) podem ser destinados à aquisição de ingredientes culinários processados.

Parágrafo único. Ficam recomendados:

I - a não aquisição de alimentos ultraprocessados ou que façam uso de rotulagem nutricional frontal de alto conteúdo;

II - que o número de diferentes tipos de alimentos in natura ou minimamente processados adquiridos anualmente pelas entidades executoras do PNAE seja de, no mínimo, cinquenta.

Art. 22. É proibida a utilização de recursos financeiros federais do PNAE para aquisição dos seguintes alimentos e bebidas ultraprocessados: refrigerantes; néctar e refrescos artificiais; bebidas ou concentrados à base de xarope de guaraná ou groselha; chás prontos para consumo e outras bebidas similares; cereais com aditivo ou adoçado; balas e similares; confeito; bombom; chocolate em barra e granulado; biscoito ou bolacha recheada; bolo com cobertura ou recheio; barra de cereal com aditivo ou adoçada; gelados comestíveis; gelatina; temperos com glutamato monossódico ou sais sódicos; e maionese e alimentos em pó ou para reconstituição.

Art. 23. A aquisição de alimentos, no âmbito do PNAE, deverá obedecer ao cardápio planejado pelo nutricionista, observando as diretrizes desta Resolução, e deverá ser realizada, sempre que possível, no mesmo ente federativo em que se localizam as escolas, priorizando os alimentos orgânicos e agroecológicos.



ATRIBUIÇÕES BÁSICAS DAS UNIDADES ESCOLARES

- ⇒ Promover ações de Educação Alimentar e Nutricional, visando o estímulo, o apoio e a proteção a adoção de hábitos alimentares saudáveis.
- ⇒ Oferecer alimentação nutricionalmente equilibrada, saudável, de forma a promover um ambiente facilitador de escolhas alimentares mais saudáveis, promovendo e protegendo a saúde, contribuindo para reduzir os riscos relacionados com alimentação inadequada.
- ⇒ Desenvolver bons hábitos e atitudes, visando um ambiente favorável à construção de uma relação saudável da criança com o alimento.
- ⇒ Responsabilizar-se pela garantia do cumprimento de todas as etapas da execução do serviço de alimentação, seguindo as orientações contidas neste **Guia Alimentar**.
- ⇒ Oferecer refeições atraentes e saborosas, em temperatura adequada, preparadas de acordo com as técnicas dietéticas, descritas no **Caderno de Fichas de Preparações** (parte integrante deste Guia Alimentar), de forma a preservar os nutrientes dos alimentos, segundo as orientações do UNAD.
- ⇒ Distribuir as refeições em ambiente e horário adequados, seguindo o Plano Alimentar proposto para o PNAE.
- ⇒ Ajustar, periodicamente, e sempre que necessário, o número de refeições a serem preparadas à necessidade, evitando desperdícios.
- ⇒ Verificar a qualidade dos alimentos a serem utilizados.
- ⇒ Garantir condições adequadas e seguras de higiene dos alimentos, do pessoal, das instalações, dos equipamentos e dos utensílios.
- ⇒ Utilizar somente materiais de limpeza registrados na ANVISA/MS e adequados à finalidade que se destina.
- ⇒ Solicitar, junto à CRE, número adequado de funcionários para atender o Serviço de Alimentação e Nutrição.
- ⇒ Oferecer condições para treinamentos periódicos a fim de capacitar os funcionários envolvidos em todas as etapas da execução do serviço de alimentação.
- ⇒ Zelar pelo fiel cumprimento das normas de segurança e conduta dos funcionários.
- ⇒ Solicitar, junto à CRE, manutenção de área física da Unidade de Alimentação e Nutrição apropriada, segundo legislações vigentes, e reposição de equipamentos, utensílios e uniformes dos manipuladores de alimentos de modo a atender a todas as etapas do processo de produção de refeições.

Atendimento às necessidades nutricionais específicas

Para atendimento a alunos com necessidades especiais de alimentação, a Unidade Escolar deverá encaminhar ao UNAD a prescrição médica ou de nutricionista, atualizada com quadro clínico e demais informações conforme Comunicado **S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD Nº 01 e 02 / 2026**.

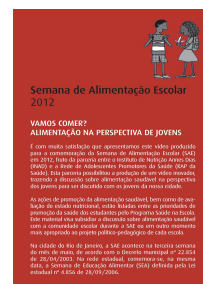
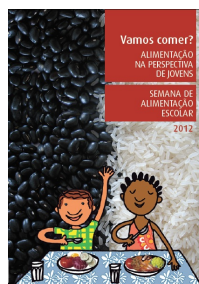
A DIMENSÃO PEDAGÓGICA DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

- ⇒ Os Parâmetros Curriculares Nacionais orientam sobre a necessidade de que os conceitos de saúde e sobre o que é saudável, além da valorização de hábitos e estilos de vida, sejam discutidos no ambiente escolar. Sendo assim, o tema de alimentação e nutrição deve estar incorporado no contexto escolar, com ênfase na alimentação saudável e na promoção da saúde, reconhecendo a escola como um espaço propício para a formação de hábitos saudáveis e à construção da cidadania.

Art. 15. Lei Nº 11.947/2009

Compete ao Ministério da Educação propor ações educativas que perpassem pelo currículo escolar, abordando o tema alimentação e nutrição e a inclusão da educação alimentar e nutricional no processo ensino aprendizagem dentro da perspectiva do desenvolvimento de práticas saudáveis de vida e segurança alimentar e nutricional.

- ⇒ O Professor possui um papel estratégico na formação do aluno, sendo fundamental sua atuação em ações educativas que promovam hábitos alimentares saudáveis e a valorização do PNAE junto aos alunos, inclusive no momento das refeições.
- ⇒ Para subsidiar ações educativas, abordando o tema alimentação e nutrição, estão disponíveis nos sites <https://saude.prefeitura.rio/semana-de-alimentacao-escolar/> materiais que auxiliam no processo ensino aprendizagem .



A DIMENSÃO PEDAGÓGICA DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

- ⇒ O Professor pode fazer conexões entre os conteúdos abordados em sala de aula e as refeições que são servidas, entre outras ações, referindo-se aos aspectos culturais, ecológicos, nutricionais e sanitários da alimentação. Acompanhar o momento da refeição, conferir valor e respeito aos alimentos servidos, apoiar os manipuladores de alimentos na rotina de organização do refeitório, bem como nas ações para inclusão dos novos alimentos no repertório de alimentação dos alunos.
- ⇒ O Gestor tem presença fundamental nas ações que envolvem o PNAE desde a compra de gêneros alimentícios até a distribuição da refeição para o aluno, passando pela inserção do tema Alimentação e Nutrição no projeto Político-Pedagógico da Unidade, organização da estrutura física do local, formação dos profissionais, logística do Programa e o monitoramento das atividades para promoção da alimentação saudável.
- ⇒ O Manipulador de Alimentos, em suas atividades diárias, tem a função de estimular a aceitação das refeições saudáveis mediante o contato direto e pessoal com os alunos. O cheiro agradável da comida, a boa aparência do refeitório e a forma de servir são aspectos aos quais este profissional deve ficar atento, pois influenciam a adesão ao PNAE.

Ações de Educação Alimentar e Nutricional

(Resolução CD/FNDE Nº 04/2026)

“Art. 14 § 1º Para fins do PNAE, será considerada Educação Alimentar e Nutricional - EAN o conjunto de ações formativas, de prática contínua e permanente, transdisciplinar, intersectorial e multiprofissional, que objetiva estimular a adoção voluntária de práticas e escolhas alimentares saudáveis que colaborem para a aprendizagem, o estado de saúde do estudante e a qualidade de vida do indivíduo.

§ 4º As ações de EAN devem ser planejadas, executadas e documentadas com o objetivo de se tornarem um processo permanente e promotor de mudança de hábitos, integradas ao Projeto Político Pedagógico - PPP, da escola.

§ 5º As ações de EAN devem ser planejadas e desenvolvidas com a colaboração integrada de diversos atores do PNAE, assegurando que as referidas ações sejam sustentáveis e alinhadas com as necessidades específicas da comunidade escolar.

PORTARIA INTERMINISTERIAL MEC/MS Nº 1.010 /2006

A Portaria Interministerial MEC/MS nº 1010 de 08/05/2006, fruto de parceria dos Ministérios da Educação e da Saúde, institui as diretrizes para a promoção da alimentação saudável nas escolas, definindo cinco eixos prioritários.

1. Ações de Educação Alimentar e Nutricional, considerando os hábitos alimentares como expressão de manifestações culturais regionais e nacionais.

- Incorporar o tema “alimentação saudável” no Projeto Político Pedagógico da escola.
- Desenvolver oficinas de culinária.
- Estimular a participação dos profissionais da creche em cursos e treinamentos de atualização relativos ao tema alimentação saudável.
- Elaborar e publicar materiais educativos.

2. Estímulo à produção de hortas escolares para a realização de atividades com os alunos e a utilização dos seus produtos na alimentação ofertada na escola.

- Estimular práticas agrícolas ambientalmente sustentáveis, valorizando o cuidado com a terra e com a água, buscando impactos sociais e ambientais positivos e visando a preservação dos recursos naturais.
- Propiciar vivências de práticas agrícolas.



PORTARIA INTERMINISTERIAL MEC/MS Nº 1.010 /2006

3. Estímulo à implantação de boas práticas de manipulação de alimentos nos locais de produção e fornecimento de serviços alimentares para o ambiente escolar.

- Garantir condições adequadas e seguras de higiene dos alimentos, pessoal, das instalações, dos equipamentos e utensílios.
- Garantir número adequado de funcionários para atender o Serviço de Alimentação e Nutrição, para a execução do PNAE.
- Oferecer condições para treinamentos periódicos a fim de capacitar os funcionários envolvidos em todas as etapas do serviço de alimentação. Garantir área física apropriada e equipada (utensílios e equipamentos) de modo a atender a estocagem, pré-preparo dos alimentos e distribuição das refeições.
- Controlar a qualidade dos alimentos que serão utilizados.



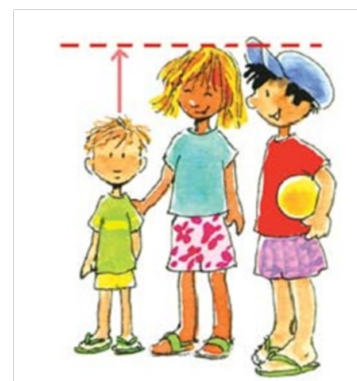
4. Restrição ao comércio e à promoção comercial de alimentos e preparações com altos teores de gordura saturada, gordura trans, açúcar livre e sal e incentivo ao consumo de frutas, legumes e verduras em ambientes escolares.



- Criar instrumentos legais que regulamentem a venda, o consumo e a propaganda de alimentos no ambiente escolar.
- Oferecer refeições equilibradas nutricionalmente, priorizando alimentos “in natura”, principalmente as frutas, legumes e verduras.

5. Monitoramento da situação nutricional dos alunos.

- Desenvolver pesquisas com alunos que contribuam com o planejamento e avaliação das intervenções que se façam necessárias.



PORTARIA INTERMINISTERIAL MEC/MS Nº 1.010 /2006

A Portaria nº1010/2006 estabelece 10 PASSOS essenciais para promover a alimentação saudável nas escolas:



1º passo: A escola deve definir estratégias, em conjunto com a comunidade escolar, para favorecer escolhas saudáveis.

2º passo: Reforçar a abordagem de promoção de saúde e da alimentação saudável nas atividades curriculares da escola.

3º passo: Desenvolver estratégias de informação às famílias dos alunos para a alimentação saudável no ambiente escolar, enfatizando sua corresponsabilidade e a importância de sua participação neste processo.

4º passo: Sensibilizar e capacitar profissionais envolvidos com alimentação na escola para produzir e oferecer alimentos mais saudáveis, adequando os locais de produção e fornecimento de refeições às boas práticas para serviços de alimentação e garantindo a oferta de água potável.

5º passo: Restringir a oferta, a promoção comercial e a venda de alimentos ricos em gordura, açúcares e sal.

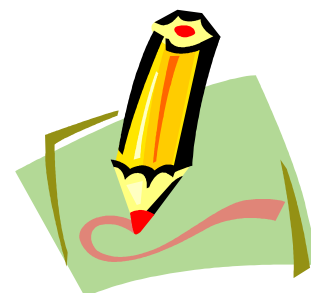
6º passo: Desenvolver opções de alimentos e refeições saudáveis na escola.

7º passo: Aumentar a oferta e promover o consumo de frutas, legumes e verduras, com ênfase nos alimentos regionais.

8º passo: Auxiliar os serviços de alimentação da escola na divulgação de opções saudáveis por meio de estratégias que estimulem essas escolhas.

9º passo: Divulgar a experiência da alimentação saudável para outras escolas, trocando informações e vivências.

10º passo: Desenvolver um programa contínuo de promoção de hábitos alimentares saudáveis, considerando o monitoramento do estado nutricional dos escolares, com ênfase em ações de diagnóstico, prevenção e controle dos distúrbios nutricionais.



HORTAS ESCOLARES



A horta no ambiente escolar tem como objetivo incentivar a educação ambiental e despertar no indivíduo o senso crítico, científico, social e cultural contribuindo para a manutenção e preservação do meio ambiente.

Por meio da horta é possível propiciar conhecimentos e habilidades que permitem produzir, descobrir, selecionar e consumir os alimentos de forma adequada, saudável e segura e assim adotar práticas alimentares mais saudáveis, fortalecendo culturas alimentares e o aproveitamento integral dos alimentos. Esses conhecimentos podem ser socializados na escola e transportados para a vida familiar dos educandos, por meio de estratégias de formação sistemática e continuada, como mecanismo capaz de gerar mudanças na cultura alimentar, ambiental e educacional.

O cultivo de hortas escolares pelos alunos e a utilização dos alimentos produzidos na alimentação ofertada na escola, contribuem para o incentivo ao consumo e aceitação, além do estímulo a práticas agrícolas ambientalmente sustentáveis, reconhecendo práticas inovadoras e positivas de cultivo, valorizando o cuidado com a terra e com a água, buscando impactos sociais e ambientais positivos e a preservação dos recursos naturais do nosso planeta.

Dessa forma, é possível reduzir a geração de resíduos que vão para os aterros sanitários; valorizar o resíduo orgânico gerado por meio de compostagem; implementar práticas baseadas no conceito de economia circular; e fomentar o protagonismo dos alunos no processo de ensino-aprendizagem das práticas sustentáveis.

Cultivado	Sugestão de incorporação em preparações
Cebolinha, salsa, alecrim	Omeletes, sopas, frango, peixes, carnes, saladas e massas
Coentro	Peixes e sopas
Hortelã	Carnes, frango, saladas, sucos, chás e canja
Manjericão, manjerona, tomilho	Sopas, molhos, massas, saladas, carnes, omeletes, batatas e vegetais
Chuchu, abóbora, abobrinha, cenoura, quiabo, berinjela, beterraba	Saladas, refogados, sopas
Couve, alface, chicória, rúcula, almeirão, taioba, brócolis, repolho, espinafre, bertalha, beldroega, ora-pró-nobis, capuchinha, palma, hibisco, azedinha	Saladas, refogados
Tomate, pepino, pimentão	Saladas, molhos
Mamão, goiaba, acerola, maracujá,	Sobremesas, batidos com leite
Melancia, melão	Sobremesas, sucos
Aipim, batata-doce	Cozidos, refogados
Entre outros ...	



AGRICULTURA FAMILIAR **Lei Nº 15.226 de 2025**

- ⇒ A Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009, foi alterada pela Lei nº 15.226/2025, que estabeleceu em 45% o percentual mínimo para aquisição de gêneros alimentícios diretamente da agricultura familiar e do empreendedor familiar rural, do valor repassado a estados, municípios e Distrito Federal pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) para o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).
- ⇒ Entendendo o PNAE como uma significativa estratégia de segurança alimentar e nutricional, compreende-se a importância da aquisição de gêneros da agricultura familiar promovendo o fomento da economia local e o consumo de alimentos variados, frescos, predominantemente in natura ou minimamente processados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições, os hábitos alimentares saudáveis e o desenvolvimento sustentável, em consonância à Lei nº 11.947/2009 e à Resolução CD/FNDE Nº 04/2026.

Agricultura Familiar (Lei nº 15.226/2025, altera a Lei nº 11.947/2009)

“Art. 14. Do total dos recursos financeiros repassados pelo FNDE no âmbito do PNAE, no mínimo 45% (quarenta e cinco por cento) deverão ser utilizados na aquisição de gêneros alimentícios diretamente da agricultura familiar e do empreendedor familiar rural ou de suas organizações, priorizando-se os assentamentos da reforma agrária, as comunidades tradicionais indígenas, as comunidades quilombolas e os grupos formais e informais de mulheres.

§ 2º A observância do percentual previsto no caput será disciplinada pelo FNDE e poderá ser dispensada quando presente uma das seguintes circunstâncias:

- I– impossibilidade da emissão do documento fiscal correspondente;
- II– inviabilidade do fornecimento regular e constante dos gêneros alimentícios;
- III– condições higiênico-sanitárias inadequadas.”

AGRICULTURA FAMILIAR **Lei Nº 15.226 de 2025**

- ⇒ A Prefeitura do Rio de Janeiro vêm se empenhando quanto a elaboração de Chamadas Públicas com o objetivo de Incorporar à alimentação fornecida aos escolares através do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), gêneros alimentícios provenientes da agricultura familiar.

Agricultura Familiar (Lei nº 15.226/2025, altera a Lei nº 11.947/2009)

“Art. 13

§ 1º Os gêneros alimentícios que possuem obrigatoriedade de determinação de prazo de validade adquiridos no âmbito do PNAE deverão ter, na ocasião da entrega, prazo restante de validade igual ou superior à metade do período entre sua data de fabricação e sua data final de validade, **ficando dispensável dessa obrigatoriedade os alimentos adquiridos da Agricultura Familiar e do empreendedor familiar rural e de suas organizações”**



ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL



Uma alimentação saudável é aquela que atende todas as necessidades do organismo. A alimentação além de ser a fonte de nutrientes, envolve diferentes aspectos culturais, sociais, emocionais e sensoriais. A escolha dos alimentos, a forma de prepará-los e os momentos das refeições definem o comportamento ou hábito alimentar das pessoas.

Guia Alimentar para a População Brasileira, Ministério da Saúde, 2014

O Guia Alimentar para População Brasileira traz uma nova classificação dos alimentos.



QUATRO RECOMENDAÇÕES E UMA REGRA DE OURO

- Faça de alimentos in natura ou minimamente processados a base de sua alimentação.
- Utilize óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias.
- Limite o uso de alimentos processados, consumindo-os, em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias.
- Evite alimentos ultraprocessados.

A REGRA DE OURO

Prefira sempre alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados.



A hidratação adequada otimiza os processos biológicos e mantém o bom funcionamento do organismo.

⇒ **A Unidade Escolar deverá garantir ponto de água filtrada e fresca para atendimento aos alunos e funcionários.**

Recomendações do Guia Alimentar para a População Brasileira, Ministério da Saúde, 2014



⇒ **Faça de alimentos in natura ou minimamente processados a base de sua alimentação.**

Alimentos in natura ou minimamente processados, em grande variedade e predominantemente de origem vegetal, são a base de uma alimentação nutricionalmente balanceada, saborosa, culturalmente apropriada e promotora de um sistema alimentar socialmente e ambientalmente sustentável.

⇒ **Utilize óleos, gorduras, sal e açúcar em pequenas quantidades ao temperar e cozinhar alimentos e criar preparações culinárias.**

Desde que utilizados com moderação em preparações culinárias com base em alimentos in natura ou minimamente processados, óleos, a alimentação sem torná-la nutricionalmente desbalanceada.

⇒ **Limite o uso de alimentos processados, consumindo-os, em pequenas quantidades, como ingredientes de preparações culinárias ou como parte de refeições baseadas em alimentos in natura ou minimamente processados.**

Os ingredientes e métodos usados na fabricação de alimentos processados – como conservas de legumes, compotas de frutas, queijos e pães – alteram de modo desfavorável a composição nutricional dos alimentos dos quais derivam.

⇒ **Evite alimentos ultraprocessados.**

Devido a seus ingredientes, alimentos ultraprocessados – como biscoitos recheados, “salgadinhos de pacote”, refrigerantes e “macarrão instantâneo” – são nutricionalmente desbalanceados. Por conta de sua formulação e apresentação, tendem a ser consumidos em excesso e a substituir alimentos in natura ou minimamente processados. Suas formas de produção, distribuição, comercialização e consumo afetam de modo desfavorável a cultura, a vida social e o meio ambiente.

⇒ **Prefira sempre alimentos in natura ou minimamente processados e preparações culinárias a alimentos ultraprocessados.**

Opte por água, leite e frutas no lugar de refrigerantes, bebidas lácteas e biscoitos recheados; não troque a “comida feita na hora” (caldos, sopas, saladas, molhos, arroz e feijão, macarronada, refogados de legumes e verduras, farofas, tortas) por produtos que dispensam preparação culinária (“sopas de pacote”, “macarrão instantâneo”, pratos congelados prontos para aquecer, sanduíches, frios e embutidos, maioneses e molhos industrializados, misturas prontas para tortas) e fique com sobremesas caseiras, dispensando as industrializadas.

DECRETO RIO Nº 52.842 DE 11 DE JULHO DE 2023

O Decreto Rio nº 52.842/2023 regulamenta a Lei Municipal 7.987, de 11 de julho de 2023, que institui ações de combate à obesidade infantil, proibindo a venda e a oferta de alimentos ultraprocessados em escolas públicas e privadas do município do Rio de Janeiro.

A obesidade infantil é considerada um grave problema de saúde pública. O consumo de alimentos e bebidas ultraprocessadas aumenta o risco de obesidade, e pode acarretar em outros problemas para a saúde dos escolares. Para a promoção do bem-estar infantil, a alimentação adequada e saudável deve ser estimulada dentro do ambiente escolar.

Os alimentos ultraprocessados são formulações cuja fabricação envolve várias etapas técnicas de processamento exclusivamente industrial possuindo um elevado número de ingredientes sintetizados.

De acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira, os alimentos ultraprocessados, conforme determina a Lei supracitada são aqueles que possuem em sua composição cinco ou mais ingredientes, especialmente: as gorduras vegetais hidrogenadas, os óleos interesterificados, o amido modificado, o xarope de frutose, os isolados proteicos, os agentes de massa, os espessantes, e emulsificantes, os corantes, os aromatizantes, e os realçadores de sabor. Alguns exemplos: requeijão, sucos concentrados, biscoito doce, biscoito salgado, doces e guloseimas, bebidas adoçadas, achocolatado, refrigerantes, bebidas lácteas.

Será permitida apenas a oferta desses alimentos em situações emergenciais ou excepcionais, conforme estabelecido no PNAE – Programa Nacional de Alimentação Escolar. Ainda, fica incluído como item do currículo escolar no Município a Educação Alimentar e Nutricional - EAN, que deverá abordar o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida na perspectiva da segurança alimentar e nutricional.

A Unidade Escolar pode afixar cartazes estimulando o consumo de alimentos in natura e minimamente processado, e incentivar a aquisição de gêneros alimentícios produzidos no âmbito local pela agricultura familiar e pelos empreendedores familiares rurais.

Segundo o artigo 6º das normas estabelecidas, o descumprimento desta norma pode acarretar em notificação e advertência, pois é considerada uma infração de natureza sanitária.

ALIMENTAÇÃO DO ADOLESCENTE

A adolescência é uma fase da vida onde ocorrem grandes transformações biológicas e psicossociais, refletidas por mudanças corporais, como crescimento acentuado, ganhos de massa muscular e óssea, e mudanças comportamentais, que também afetam as necessidades nutricionais.

Alterações no comportamento alimentar podem ocorrer devido à influência de amigos, propaganda e atividades sociais; portanto, práticas alimentares saudáveis são importantes desde a infância.

O rápido crescimento, aliado a um estilo de vida acelerado e práticas alimentares pouco saudáveis, pode resultar em deficiências de cálcio, vitamina A, vitamina C e ferro.

Escolhas alimentares adequadas conjugada com atividade física regular, diminuem o risco de ocorrência de doenças crônicas, como obesidade, diabetes, hipertensão arterial, artrite e doenças cardíacas.

Sendo assim, o Guia alimentar para a população brasileira de 2014 e o Ministério da Saúde recomenda como medida preventiva aos fatores de risco, as seguintes dicas:

10 Dicas para uma alimentação saudável na adolescência

- Procure realizar pelo menos três refeições principais ao longo do dia como: café da manhã + almoço + jantar.
- Evite pular o café da manhã, pois ele lhe dará energia para começar bem o dia. Portanto, tente acordar um pouco mais cedo para que consiga realizar essa refeição com calma e tranquilidade. Opte pelo consumo de frutas, sucos de fruta in natura, pães integrais, leites, queijos, iogurte entre outros.
- Dê preferência ao longo do dia para consumo de lanches saudáveis e nutritivo que trarão saúde ao seu corpo. Se possível, prepare um lanche em casa e leve com você em uma bolsa térmica. Algumas opções de lanches rápidos: bolo de fruta in natura (laranja, maçã ou banana são ótimas opções, pois são naturalmente doces), sanduíche natural com frango e cenoura, salada de fruta, torta de legumes de liquidificador entre outros.
- Opte por alimentos in natura e minimamente processados como arroz, feijão, verduras, frutas, legumes, carne (bovina, pescado, aves) e fibras. Uma dica de ouro é sempre montar um prato colorido, nutritivo e com comida de verdade.
- Evite o consumo de ultraprocessados como macarrão instantâneo, lasanha industrializada, sucos em pó ou em caixa (néctar), biscoito doces recheados, guloseimas, refrigerantes e fast-foods. Evite embutidos como salsicha, linguiça, salame, mortadela e preparações fritas, pois esses apresentam alto teor de sódio, açúcares e gorduras saturadas que causam danos à saúde.

ALIMENTAÇÃO DO ADOLESCENTE

- Evite pular o café da manhã, pois ele lhe dará energia para começar bem o dia. Portanto, tente acordar um pouco mais cedo para que consiga realizar essa refeição com calma e tranquilidade. Opte pelo consumo de frutas, sucos de fruta in natura, pães integrais, leites, queijos, iogurte entre outros.
- Dê preferência ao longo do dia para consumo de lanches saudáveis e nutritivo que trarão saúde ao seu corpo. Se possível, prepare um lanche em casa e leve com você em uma bolsa térmica. Algumas opções de lanches rápidos: bolo de fruta in natura Faça uma atividade física regularmente, pois isso é essencial para manutenção da saúde óssea e a regulação dos níveis de insulina no sangue, portanto, vá a parque ao ar livre, procure algum esporte ou hobby que te dê prazer, como por exemplo: andar de bicicleta, pular corda, jogar bola, correr ou caminhar.
- Beba bastante água ao longo do dia, tenha sempre uma garrafinha de água por perto. Esse hábito é fundamental para auxiliar na formação das fezes e evitar constipação.
- Evite com assistindo a televisão/celular. Se possível sente-se à mesa com os demais e mastigue adequadamente, coma com atenção e saboreie os alimentos, curta esse momento.



Caso haja dúvida se algum alimento é saudável ou não, leia sempre o rótulo dos produtos e veja a lista de ingredientes e a tabela nutricional dos mesmos. Opte de preferência pela compra e o consumo de alimentos com MENOR lista de ingredientes. O mais adequado é que esses ingredientes sejam conhecidos e naturais. Portanto, evite alimentos com excesso de aditivos, corantes artificiais, açúcares e gorduras saturadas, pois o seu consumo a longo prazo é altamente prejudicial à saúde.

A alimentação é o que possibilita seu corpo se manter vivo, por isso, cuide-se.

ALIMENTAÇÃO PARA CRIANÇAS COM NECESSIDADES ESPECÍFICAS PREPARO DE LEITE EM PÓ E FÓRMULAS ESPECIAIS

Antes do preparo do Leite ou Fórmula

- Lavar as mãos com sabão e água limpa;
- Lavar o copo e a tampa, a colher e o medidor com detergente neutro e água limpa;
- Depois ferver em água limpa todas as partes separadas por 5 minutos;
- Verificar a validade do leite/formula na embalagem;
- Antes de abrir, lavar e secar a embalagem;
- Identificar a embalagem do produto com a etiqueta de identificação.

Lata: não deixar a lata aberta, não guardar dentro da lata a colher e/ou medidor (quando

ETIQUETA DE IDENTIFICAÇÃO		
Nome da criança:		
Turma:	Data de abertura:	Validade após aberto:

for o caso). Após o uso, guardar a lata em lugar seco, limpo, ventilado e onde não pegue sol.

Sachê: abrir com faca ou tesoura limpa e após aberto, fechar bem e guardar em lugar seco, limpo, ventilado e onde não pegue sol. As latas e sachês ainda não usados deverão ser guardados em lugar seco, limpo, ventilado e onde não pegue sol

No caso de preparo de refeições de crianças com alergia ou intolerância à substâncias alimentares (lactose, proteína do leite de vaca, corantes, glúten ou à quaisquer outras substâncias), os utensílios (panela, jarra, caneca, colher, etc), os equipamentos (copo do liquidificador) e esponja de higienização devem ser de uso exclusivo para este fim, evitando-se assim o contato com a molécula que causa a alergia/intolerância alimentar.

Como preparar o Leite em pó ou Fórmula

- Utilizar sempre água potável e fervida. A quantidade de água deverá ser medida utilizando o copo medidor. Juntar o pó à água conforme orientação do fabricante no rótulo. Para a fórmula infantil, utilize o medidor que vem dentro da lata. Aumentar ou diminuir a quantidade do leite ou fórmula durante o preparo pode causar diarreia, constipação, desnutrição ou obesidade.
- Identifique o utensílio que será **usado para servir** com etiqueta de identificação. Prepare o leite/fórmula somente na hora que a criança for se alimentar e na quantidade necessária para uma refeição. Sirva logo após o preparo. Se a criança não tomar todo o leite, jogue fora o que sobrou.
- Para atendimento à criança com necessidade nutricional específica, preparar o leite ou a fórmula infantil de acordo com a indicação descrita no Documento de Adaptação enviado pela Unidade de Nutrição Annes Dias à Direção da unidade de ensino nos casos prescritos.

ALIMENTAÇÃO PARA CRIANÇAS COM NECESSIDADES ESPECÍFICAS

SÉRIE PNAE - NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS

Alergias Alimentares – AA

Alimentos e ingredientes que devem ser evitados:

Alergia ao ovo

- Ovo;
- Clara (egg white);
- Gema (egg yolk);
- Albumina;
- Conalbumina;
- Flavoproteína;
- Fosvilina;
- Globulina;
- Grânulo;
- Lecitina;
- Lipoproteína de baixa densidade;
- Lipovitela;
- Lisozima (EI 105);
- Lítetina;
- Maionese;
- Merengue;
- Ovalbumina;
- Ovo em pó;
- Ovoglobulina;
- Ovomucina;
- Ovomucóide;
- Ovaltransferina;
- Ovovitela;
- Plasma;
- Simplesse;
- Sólidos de ovo;
- Vitelina.

Alergia ao amendoim

- Amendoim; comum no Brasil;
- Proteína hidrolisada de amendoim;
- Castanhas artificiais ou naturais (risco de traços);
- Gordura vegetal (menos
- Óleo de amendoim;
- Farinha de amendoim;
- Marzipan;
- Manteiga de amendoim;
- Chili.

Alergia às castanhas

- Amêndoa;
- Pecã;
- Óleos vegetais, como o de amêndoa;
- Avelã;
- Pistache;
- Marzipan;
- Castanha de coju;
- Macadâmia;
- Castanha do Brasil (ou conhecida do Pará);
- Noz;
- Pinol;
- Glanduia.

Alergia ao látex (síndrome látex-fruta)

- Abacate;
- Abacaxi;
- Acerola;
- Ameixa;
- Banana;
- Batata;
- Castanha portuguesa;
- Chermoula;
- Damasco;
- Espinafre;
- Figo;
- Kiwi;
- Lichia;
- Mamão papaia;
- Mandioca;
- Manga;
- Maracujá;
- Melão;
- Pêssego;
- Pimentão;
- Tomate;
- Trigo sarraceno;
- Uva.

Para mais informações

Consenso Brasileiro sobre Alergia Alimentar. (SBP, ASBAI, 2007). www.asbai.org.br.
Guia prático de diagnóstico e tratamento da APLV mediada pela imunoglobulina E. (SBAN, 2012). www.asbai.org.br.
Cartilha da alergia alimentar. (Põe no Rótulo, Proteste, 2014). www.poenorotulo.com.br.
Conhecendo a alergia ao leite de vaca: série creches e escolas. www.alergiaaoleitedevaca.com.br.

Alergia às Proteínas do Leite - APLV

- Leite;
- Leite em pó;
- Leite condensado;
- Creme de leite;
- Manteiga (gordura de manteiga, óleo de manteiga, éster de manteiga);
- Caseína;
- Caseinato de amônia, cálcio, magnésio, potássio ou sódio;
- Composto lácteo;
- Fermento lácteo;
- Fosfato de lactoalbumina;
- Gordura anidra de leite;
- Lactatos;
- Lactoalbumina;
- Lactoferrina;
- Lactoglobulina;
- Lactose, lactulose e lactulona;
- Leiteinho;
- Mistura láctea;
- Proteína do leite;
- Proteína do soro;
- Proteína láctea;
- Proteínas do soro;
- Corante, sabor ou aroma de baunilha, caramelo, coco, leite, manteiga, margarina, queijo (podem conter traços – consultar o fabricante);
- Sólidos do leite;
- Soro de leite;
- Traços de leite;
- Whey protein.

Alergia à soja

- Lecitina;
- Farinha de soja;
- Proteína isolada de soja;
- Proteína texturizada;
- Gordura vegetal;
- Proteínas do soro;
- B-amilase;
- Lipoxigenase;
- Glicina;
- Conglicina;
- Globulinas;
- Hemaglutinina;
- Isoflavonas;
- Urease;
- Inibidor de tripsina;
- Alimentos à base de soja (edamame, tao-cho, natto, tao-si, taojjo, tempeh, teriyaki, tofu, shoyo, yuba, sulf).

Óleo de soja e derivados (o óleo de soja é considerado virtualmente isento de proteína da soja e, portanto, potencialmente seguro para alérgicos à soja. Como sua restrição tem implicações econômicas e sociais, deve-se avaliar a necessidade em conjunto com o médico).

Alergia ao trigo

- Farelo de trigo;
- Farinha de trigo;
- Flocos de trigo;
- Gérmen de trigo;
- Semente de trigo;
- Sémola de trigo;
- Semolina de trigo.

PROGRAMA
NACIONAL DE
ALIMENTAÇÃO
ESCOLAR
PNAE

WWW.FNDE.GOV.BR 0800-616161

Essas orientações gerais não substituem prescrições individuais do médico, nutricionista ou outro profissional.

FNDE

MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO



BASES PARA ELABORAÇÃO DO PLANO ALIMENTAR

O Planejamento Alimentar elaborado para atendimento aos escolares é pautado nas diretrizes de uma alimentação saudável, equilibrada, adequada à faixa etária, variada e saborosa.

Foram considerados os seguintes fatores:

- Faixa etária dos alunos;
- Recomendações nutricionais;
- Composição nutricional dos gêneros alimentícios;
- Adequação dos cardápios, aos parâmetros propostos para a alimentação saudável e para a alimentação escolar;
- Avaliações da execução e da oferta das refeições;
- Testes de aceitabilidade realizados com os escolares;
- Hábitos alimentares;
- Tempo de permanência do aluno na Unidade Escolar;
- Safra de hortaliças e frutas;
- Oferta de gêneros alimentícios da agricultura familiar;
- Custo-benefício da utilização de determinados gêneros alimentícios.



“ Os cardápios da alimentação escolar devem ser elaborados por Nutricionista, tendo como base a utilização de alimentos in natura ou minimamente processados, de modo a respeitar as necessidades nutricionais, os hábitos alimentares, a cultura alimentar da localidade e pautar-se na sustentabilidade, sazonalidade e diversificação agrícola da região e na promoção da alimentação adequada e saudável.”

RESOLUÇÃO CD/FNDE Nº 04/2026

PLANO ALIMENTAR

As Unidades Escolares devem seguir o Planejamento Alimentar e os respectivos cardápios planejados pela Unidade de Nutrição Annes Dias e disponíveis em anexo a este Guia Alimentar.

Compõe o Plano Alimentar dois planejamentos, um para ser utilizado de janeiro a abril e de outubro a dezembro, correspondente ao “Verão”; e outro para ser utilizado de maio a setembro, correspondente ao “Inverno”, com cardápios distribuídos em quatro semanas (A, B, C e D), com dias específicos.

De acordo com o tempo de permanência do aluno na escola são ofertadas diferentes tipos de refeições, adequadas ao horário em que são servidas em atendimento às necessidades nutricionais dos escolares.

O horário de distribuição das refeições deve ser adequado ao alimento e ao tipo de refeição (*Resolução nº 06/2020, art. 17, §4º*). Inadequações no horário, desrespeitam a cultura alimentar, podendo afetar o estado nutricional do aluno, levando à obesidade e/ou carências nutricionais.



O horário de fornecimento das refeições é primordial para uma boa adesão e melhoria da aceitabilidade dos cardápios.

Devido a ampla extensão da rede de ensino da nossa cidade, as CRE devem obedecer a escala, a seguir, evitando assim intercorrências no abastecimento de gêneros alimentícios no mercado

CRE	1ª semana	2ª semana	3ª semana	4ª semana
1ª, 2ª e 3ª	A	B	C	D
4ª, 5ª, 6ª e 11ª	B	C	D	A
7ª e 8ª	C	D	A	B
9ª, 10ª	D	A	B	C

Número de refeições preparadas/servidas

As Unidades Escolares devem, semanalmente, e sempre que necessário, avaliar o número de refeições servidas, e de sobremesa a fim de ajustar o número utilizado para o cálculo de pedido de gêneros/produtos alimentícios, evitando desperdícios.

O número de refeições a serem servidas deverá estar sempre adequado à real necessidade do dia, devendo variar de acordo com a aceitação de cada cardápio, o dia da semana e o período do ano. O controle sistemático e adequado das refeições preparadas e servidas evita desperdícios, faltas desnecessárias e viabiliza o atendimento nutricional adequado.



CÓDIGOS DOS CARDÁPIOS

Cada cardápio possui um código que o identifica no SISGEN – Sistema de Gêneros Alimentícios



COMPOSIÇÃO DOS CARDÁPIOS

- ⇒ Os cardápios são, diariamente, compostos por alimentos fontes dos diferentes nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento dos escolares.
- ⇒ São disponibilizadas fichas de preparação, com técnicas que garantam a preservação dos nutrientes dos alimentos, de forma atrativa, saborosa e que incentivam a boa aceitação dos alunos. .

	Alimentos que compõem os cardápios
CEREAL	Arroz, massas alimentícias, farinhas (amido de milho, mandioca, trigo, fubá, flocação de milho, aveia), pães (careca, milho), canjica, tapioca, espiga de milho
LEGUMINOSA	Feijão cores (preto, carioca, fradinho)
PROTEINA	Carne bovina, fígado bovino, frango (file, coxa e sobrecoxa), peixe, ovos, leite, iogurte natural
HORTALIÇA	<p>A Acelga, alface, brócolis, couve, couve-flor, pepino, repolho, tomate, abobrinha, berinjela</p> <p>B Abóbora, beterraba, cenoura, chuchu, quiabo, vagem</p> <p>C Aipim, batata, batata-doce, inhame</p>
FRUTA	Abacate, abacaxi, banana, caqui, laranja, maçã, mamão, maracujá, melancia, melão, tangerina, suco de fruta integral
Gorduras e Temperos	Alho, azeite, cebola, cebolinha, cheiro-verde, coentro, hortelã, louro, manjeriço, óleo de soja, orégano, pimentão, sal, salsa.

Sobremesa - FRUTAS

- A fruta é servida diariamente como sobremesa.
- Semanalmente, deverá ser servida, no mínimo, três variedades de frutas como sobremesa, de acordo com a safra e a frequência estipulada.
- Preferencialmente, servir abacaxi, mamão, laranja ou tangerina nos dias em que os cardápios forem compostos por ovos, para aumentar a biodisponibilidade do ferro nestas refeições.



Planejamento para os meses de maio a setembro – “Inverno”

Nos meses de junho e julho poderá ser utilizado milho em espiga e canjica, cada um, uma vez por mês, em substituição a fruta da sobremesa. Para os alunos das Unidades Escolares que fornecem os lanches II, III ou IV, deverá ser utilizado somente o milho em espiga, visto que a canjica já faz parte do cardápio destes lanches.

REFEIÇÕES FORNECIDAS

As refeições planejadas devem ser fornecidas em horário compatível com o tipo de refeição a ser servida, ao horário biológico e social dos alunos, respeitada a cultura alimentar.

O horário de oferecimento das refeições é primordial para uma boa adesão e aceitabilidade dos cardápios.

DESJEJUM/ REFEIÇÃO LÁCTEA	Deverão ser servidas na entrada, no horário do início da manhã, com intervalo de no mínimo 2 horas antes do horário do almoço, uma vez que a biodisponibilidade do cálcio é prejudicada quando da ingestão conjunta com alimentos fonte de ferro.
LANCHE ESPECIAL	Deverá ser servido no horário da manhã, para os alunos das unidades de ensino especial, com intervalo de no mínimo 2 horas antes do horário do almoço, uma vez que, a biodisponibilidade do cálcio é prejudicada quando da ingestão conjunta com alimentos fonte de ferro (Almoço).
COLAÇÃO	Deverá ser servida no horário da manhã, no intervalo entre o desjejum e o almoço, para os alunos do Primário Educacional Olímpico (PEO) e Ginásio Educacional Olímpico (GEO).
LANCHE I LANCHE II (com forno) ou LANCHE III (sem forno) LANCHE IV	Deverão ser servidos no horário da tarde, com intervalo de no mínimo 2 horas entre as refeições, uma vez que a biodisponibilidade do cálcio é prejudicada quando da ingestão conjunta com alimentos fonte de ferro (Almoço).
LANCHE V	Deverá ser servida no horário da manhã, tarde ou noite, de acordo com o horário de aula presencial dos alunos do EJA.
ALMOÇO	Deverá ser servido após às 10h30 , em horário compatível a esta refeição, próximo ao da saída, para os alunos do 1º turno (Manhã) e próximo ao da entrada, para os alunos do 2º turno (Tarde).
CEIA DE NATAL	Deverá ser servida na primeira ou segunda semana de dezembro,
*LANCHE PARA ATIVIDADES EXTERNAS	Planejado para ser utilizado quando os alunos participarem de atividades curriculares externas.
*LANCHE PARA COMPETIÇÃO	Planejado para ser utilizado quando os alunos do Ginásio Educacional Olímpico (GEO), participarem de competições externas.

As refeições fornecidas deverão ser compatíveis com o tipo de atendimento.

REFEIÇÕES FORNECIDAS

- Os alunos com atendimento em turno parcial **manhã**, deverão receber as seguintes refeições: Refeição láctea e Almoço;
- Os alunos com atendimento em turno parcial **tarde**, deverão receber as seguintes refeições: Almoço e Lanche I;
- Os alunos com atendimento em **Turno Único (Integral) e Escola Cívico Militar**, deverão receber as seguintes refeições: Desjejum, Almoço e Lanche IV;
- Os alunos com atendimento em **Escolas Especiais**, deverão receber as seguintes refeições: Lanche Especial e Almoço;
- Os alunos com atendimento em **Escolas Ginásio Educacional Olímpico anos iniciais**, deverão receber as seguintes refeições: Desjejum, Colação, Almoço e Lanche IV;
- Os alunos com atendimento em **Ginásio Educacional Olímpico anos finais**, deverão receber as seguintes refeições, quando houver forno: Desjejum, Colação, Almoço e Lanche II;
- Os alunos com atendimento em **Ginásio Educacional Olímpico anos finais**, deverão receber as seguintes refeições, quando não houver forno: Desjejum, Colação, Almoço e Lanche III;
- Os alunos com atendimento em **EJA**, com período de 2 horas, deverão receber a seguinte refeição: Almoço;
- Os alunos com atendimento em **EJA**, com período de 4 horas no **turno manhã**, deverão receber as seguintes refeições: Refeição Láctea e Almoço;
- Os alunos com atendimento em **EJA**, com período de 4 horas no **turno tarde**, deverão receber as seguintes refeições: Almoço e Lanche V.

REFEIÇÕES FORNECIDAS

CARDÁPIO DE PÁSCOA (Cardápio 497 - Refeição 65)	Planejado para ocorrer na semana anterior à Páscoa, em substituição a um cardápio de almoço.
CARDÁPIO JUNINO (Cardápio 462 - Refeição 74)	Planejado para ocorrer nos meses de junho e julho, poderá ser utilizado o cardápio Junino, uma vez por mês, em substituição ao cardápio de almoço e de sobremesa está planejado, em substituição a fruta, a canjica e o milho verde.
CARDÁPIO QUILOMBOLA (Cardápio 735 - Refeição 67)	Planejado para ocorrer no mês de novembro na Semana da Consciência Negra em substituição a um cardápio de almoço.
*REFEIÇÃO EMERGENCIAL	Destina-se às Unidades Escolares que não disponham de manipuladores em número suficiente para o preparo dos cardápios planejados. Poderá ser servida em substituição à refeição almoço por período curto.
CARDÁPIO DE ANIVERSÁRIO (Cardápio 109 - Refeição 66)	Planejado para ocorrer em comemorações de aniversário, em substituição ao cardápio do lanche, uma vez por mês.
CARDÁPIO FESTIVO - LANCHE (Cardápio 110 - Refeição 68)	Planejado para ocorrer em datas festivas (como dia das crianças), em substituição ao cardápio do lanche.
CARDÁPIO FESTIVO ALMOÇO	Planejado para ocorrer em datas festivas (como dia das crianças), em substituição ao cardápio do almoço.
LANCHES EMERGENCIAIS	
Destinados às Unidades Escolares que possuam limitações de infraestrutura e/ou recursos humanos para o preparo dos cardápios das refeições. Estas refeições são de caráter estritamente provisório, de uso restrito, para curto período de tempo, já que sua composição nutricional atende parcialmente as necessidades nutricionais em relação ao Planejamento Alimentar.	
*LEP - LANCHE EMERGENCIAL PREPARADO	Destina-se às Unidades Escolares que possuem condições restritas para manipulação de alimentos.
*LESP - LANCHE EMERGENCIAL SEMI-PREPARADO	Destina-se às Unidades Escolares que possuem condições mínimas para manipulação de alimentos.
*LEI - LANCHE EMERGENCIAL INDIVIDUAL	Quando as unidades escolares tiverem limitações de infraestrutura ou recursos humanos para o preparo dos cardápios das refeições planejadas.

BOAS PRÁTICAS NA MANIPULAÇÃO DOS ALIMENTOS

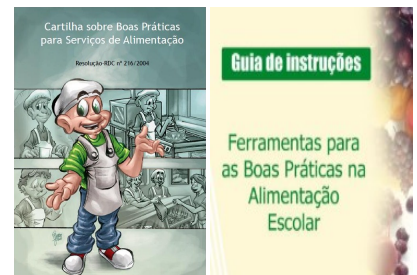
As orientações quanto as boas práticas na manipulação de alimentos, incluindo aquisição, estocagem, armazenamento, pré-preparo e preparo dos gêneros alimentícios, distribuição das refeições, uniformes, higiene pessoal dos manipuladores, assim como as condições de infraestrutura, materiais, equipamentos e a rotina no serviço de alimentação e nutrição estão disponíveis nos seguintes materiais:

- ⇒ Resolução RDC nº 216, de 15/09/2004 e alterações vigentes - Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. Disponível em: <https://www legisweb.com.br/legislacao/?id=268621>
- ⇒ Manual do Preparador e Manipulador de Alimentos - <http://189.28.128.100/nutricao/docs/geral/manualPreparadorAlimentosInad.pdf>
- ⇒ Cartilha sobre Boas Práticas para Serviços de Alimentação Resolução - RDC nº 216/2004 - <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/alimentos/manuais-guias-e-orientacoes/cartilha-boas-praticas-para-servicos-de-alimentacao.pdf/view>
- ⇒ Informativos, descritivos de equipamentos, de utensílios, de uniformes e de equipamentos de proteção individual (EPI). Os Descritivos e os Instrutivos com as especificações técnicas detalhadas, foram encaminhadas à SME/CAE e também podem ser solicitados à UNAD.
- ⇒ Portaria “N” S/IVISA-RIO nº 002, de 11 de novembro de 2020.— <https://vigilanciasanitaria.prefeitura.rio/wp-content/uploads/sites/84/2023/05/Portaria-N-I-VISA-Rio-002-11.11.2020.pdf>
- ⇒ Manual de Boas Práticas na Alimentação Escolar — <https://gov.br/fnde/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/manuais-e-ecartilhas-praticas-de-fabricacao-de-alimentos>



Link de acesso aos cursos IVISA/RIO:

<https://vigilanciasanitaria.prefeitura.rio/cursos-gratuitos/>



RESOLUÇÃO/CD/FNDE Nº 04, de 26/02/2026

Art. 42 - Cabe às EEx ou às UEx adotar medidas de controle higiênico sanitário que garantam condições físicas e processos adequados às boas práticas de manipulação e processamento de alimentos na aquisição, no transporte, na estocagem, no preparo/manuseio e na distribuição de alimentos aos alunos atendidos pelo Programa.

EQUIPAMENTOS, UTENSÍLIOS E UNIFORME DOS MANIPULADORES DE ALIMENTOS

A utilização de equipamentos, utensílios e uniformes adequados contribuem para a segurança dos alimentos, refeições e manipuladores, garantindo a qualidade do alimento, evitando desperdício, acidentes de trabalho, otimizando o tempo disponível para o preparo, proporcionando a execução de refeições seguras e de qualidade.

Para subsidiar as aquisições de equipamentos e utensílios, uniformes e equipamentos de proteção individual (EPI) para as Unidades Escolares, a UNAD elaborou material com especificações técnicas detalhadas, de acordo com as Normas Técnicas vigentes, características ergonômicas, estrutura física e número de refeições servidas. Para o uso adequado dessas ferramentas, foram elaborados também Instrutivos com o objetivo de orientar às aquisições e utilização dos mesmos.

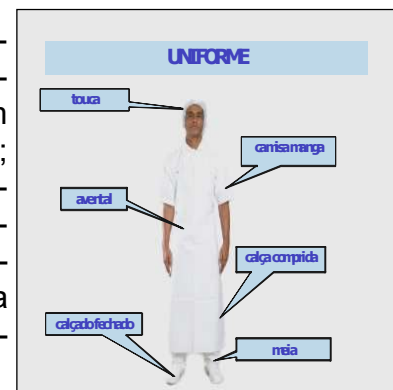
- Descritivo de equipamentos
- Descritivo de utensílios
- Descritivo de uniformes e equipamentos de proteção individual (EPI).

EQUIPAMENTOS E UTENSÍLIOS

São as principais ferramentas de trabalho em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), que possibilitam a execução das tarefas, contribuindo para melhoria da produtividade no trabalho e obtenção de refeições de qualidade higiênico-sanitária seguras.

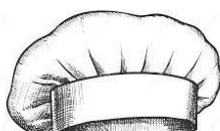
UNIFORME

O uso de uniforme adequado e completo (I - camisas ou camisas de cor clara, com manga e em tecido leve; II - calças compridas de cores variadas, desde que sejam em tom claro e tecido leve; III - avental impermeável de cor clara; IV - calçados fechados, impermeáveis e dotados de antiderrapante; V - protetor para o cabelo em tecido ou descartável) tem como objetivo padronizar o vestuário dos manipuladores de acordo com as atividades desenvolvidas, favorecer a manutenção das condições de higiene na manipulação de alimentos e proteger a saúde e segurança do funcionário.



EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPI)

A utilização de EPI visa garantir a realização das tarefas com segurança, protegendo-os contra riscos de acidentes e/ou doenças do trabalho, contribuindo para a manutenção da saúde.



RECEBIMENTO DOS GÊNEROS/PRODUTOS ALIMENTÍCIOS

O recebimento de gêneros/produtos alimentícios em condições adequadas e seguras, é fundamental para garantir a qualidade das refeições servidas. Para tanto, torna-se necessário a observância dos procedimentos para o recebimento dos mesmos, descritos no Termo de Referência, parte integrante do Edital. Além destes, orientamos a consulta aos seguintes documentos no ato do recebimento:

- ⇒ Descritivo de Gêneros/Produtos Alimentícios – detalha as características do alimento, o tipo de embalagem e o conteúdo líquido.
- ⇒ As orientações em relação ao recebimento e armazenamento dos alimentos descritas nos diversos documentos que subsidiam a execução do PNAE (Guia Alimentar, Caderno de Fichas de Preparações, Informativos, Comunicados e Quantitativos gerados pelo SISGEN).
- ⇒ Sempre que ocorrer qualquer irregularidade na entrega de alimentos notificar a CRE para ciência e encaminhamentos necessários.
- ⇒ Diante de qualquer não conformidade em relação ao veículo ou ao funcionário que entrega os gêneros alimentícios, que comprometa a qualidade do alimento, é importante que a entrega seja recusada, solicitando a reposição nas condições adequadas.
- ⇒ A quantidade de gêneros armazenados na despensa deverá ser compatível com a necessidade semanal. Os gêneros excedentes deverão ser abatidos do total gerado pelo SISGEN nos pedidos subsequentes.
- ⇒ No período que antecede às Férias Escolares, atentar para o quantitativo de gêneros pedidos no SISGEN, para que não permaneçam gêneros armazenados na despensa durante o período do Recesso.

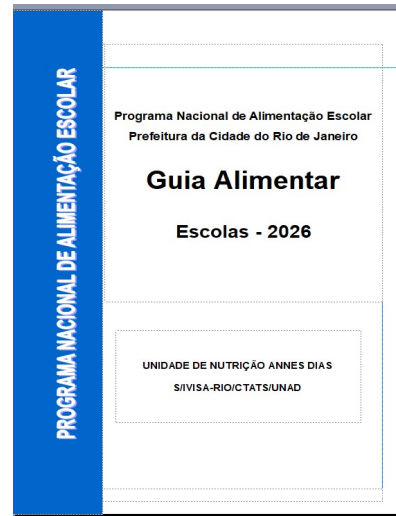


A falta de padrão de qualidade dos alimentos no recebimento, expõe a Unidade à aquisição de gêneros alimentícios inadequados para a produção das refeições, os quais serão, somente no momento do pré-preparo, reconhecidos como impróprios, acarretando riscos de contaminação e de prejuízos financeiros. (SILVA NETO, 2006).

PREPARO DAS REFEIÇÕES

O **Caderno de Fichas de Preparações – 2026**, parte integrante do Guia Alimentar, subsidia as Unidades Escolares no pré-preparo, preparo e distribuição das refeições.

Técnicas corretas, garantem a qualidade da preparação e a preservação dos nutrientes presentes nos alimentos.



- ⇒ A Ficha de Preparação contém informações quanto as quantidades dos ingredientes e à técnica de preparo visando garantir o rendimento, a apresentação, a qualidade da preparação e a preservação dos nutrientes presentes nos alimentos.
- ⇒ A quantidade per capita de cada alimento que compõe as preparações, assim como a porção de alimento preparado a ser servido, estão discriminados de acordo com a faixa etária, conforme as necessidades nutricionais estabelecidas.
- ⇒ A quantidade per capita cadastradas no segmento 10 refere-se ao adulto, devendo ser utilizado o porcionamento do segmento 40, descrito nas fichas de preparação, considerando o Decreto nº 12.365/1993.
- ⇒ As demais orientações contidas no Caderno de Fichas de Preparações, visam nortear as Boas Práticas de Manipulação dos Alimentos.

COC		L Leite batido com manga e banana		L Leite batido com banana, biscoito salgado		GAL	
QUANTIDADES PARA 10							
Ingredientes	Porção 1		Porção 2		Porção 40		Porção 40
	L Leite com manga e banana	L Leite com banana	L Leite com manga e banana	L Leite com banana	L Leite com manga e banana	L Leite com banana	
L Leite	100ml	140 ml	100ml	100ml	200ml	200ml	
Banana	20g	40g	20g	20g	20g	20g	
Banana	15g		15g		21g		
leite	15g	25g	25g	25g	11g	15g	
Biscoito salgado			21g		21g		40g
Porção para 1	10ml	2 unid	20ml	4 unid	20ml	2 unid	

L Leite batido com manga e banana
 -Lave, descasque e corte a banana, retirando as partes impróprias ao consumo.
 -Bata, no liquidificador, a banana picada, o leite e o açúcar até obter uma mistura homogênea.

L Leite batido com banana
 -Lave, descasque, retire o núcleo e corte a manga, retirando as partes impróprias ao consumo.
 -Bata, no liquidificador, a manga picada, o leite e o açúcar até obter uma mistura homogênea.

BISCOITO SALGADO
 -Servir o biscoito emparelhado ou guardado com o auxílio de pegador.

DISTRIBUIÇÃO DAS REFEIÇÕES

↪ Distribuição das refeições

- Para garantia da segurança e da conservação dos alimentos, os cardápios devem ser preparados o mais próximo possível do horário das refeições, com antecedência máxima de 3 horas e mantidos em temperatura acima de 60°C (preparações quentes), e abaixo de 5°C (preparações frias). Para a distribuição, as preparações deverão ser dispostas em cubas apropriadas aos balcões térmicos.
- Os alimentos para distribuição deverão ser colocados em cubas, em quantidades menores e reabastecidos conforme a necessidade, não devendo ser sobrepostas;
- As preparações devem ser servidas com utensílios adequados ao tipo de preparação, de acordo com o Descritivo e Instrutivo de Utensílios elaborados pelo UNAD, devidamente higienizados em bom estado de conservação;
- Seguir o porcionamento estipulado nas Fichas de Preparações garantindo que o aluno receba a quantidade de cada preparação de acordo com sua faixa etária;
- Para garantir a oferta das quantidades adequadas, orientamos que seja inicialmente pesada a porção de cada alimento;
- É vedada a organização antecipada das preparações no prato e sua consequente exposição à temperatura ambiente;
- As frutas deverão ser devidamente higienizadas e servidas em pratos de sobremesas nas porções estabelecidas.
- Todas as preparações deverão ser oferecidas garantindo apresentação, sabor, consistência e temperatura adequadas.
- Para o controle de qualidade da alimentação servida, a Unidade Escolar deverá seguir as orientações elaboradas pelo UNAD sobre recepção, armazenamento de gêneros, preparo da refeição, higiene do manipulador e do ambiente, dentre outras, que estão contidas nos diversos documentos que subsidiam a execução do PNAE (Guia Alimentar, Caderno de Fichas de Preparação, Informativos e Comunicados), os quais são elaborados e/ou atualizados, de acordo com a necessidade.



Tempo médio de 20 minutos, por criança,
para a realização das refeições.

DISTRIBUIÇÃO DAS REFEIÇÕES



O ato de comer representa um prazer. É agradável apreciar a apresentação dos alimentos no prato, sentir seu aroma, sua textura e seu sabor. Uma alimentação torna-se equilibrada quando garantimos todos os nutrientes necessários à saúde em quantidades adequadas.

⇒ Refeitório

- As refeições deverão ser servidas em ambiente tranquilo e prazeroso, que ofereça conforto, em local que atenda aos requisitos de limpeza, arejamento e iluminação;
- Manter um fluxo adequado de entrada e saída dos alunos para recebimento das refeições;
- Provido de lavatório, de dispensers abastecidos com sabonete líquido e com papel toalha não reciclado para os alunos realizarem a higiene das mãos, e coletor de resíduo com tampa e acionamento por pedal;
- Acesso a água filtrada e fresca. Deverão ser disponibilizados, próximo ao bebedouro, copos/canecas acondicionados em caixa organizadora com tampa e outra caixa organizadora para depósito dos copos /canecas usados para posterior higienização;
- Mesas e cadeiras adequadas à faixa etária e em número suficiente, providas de tampo liso e material impermeável;
- Evitar ornamentos como enfeites, plantas e toalhas próximo ao balcão de distribuição e áreas próximas ao consumo; pois estes representam risco de contaminação aos alimentos;
- Dispor de lixeira com pedal e tampa, provida de saco de lixo, para o descarte de eventuais restos de alimentos dos pratos. Esta deve estar localizada próximo ao local de devolução dos utensílios sujos, evitando a contaminação cruzada entre o fluxo de recebimento dos alimentos e o descarte dos restos.

De acordo com a resolução vigente, os cardápios deverão estar disponíveis para toda a comunidade escolar em lugar visível e acessível.



Utensílios, como talheres e copos/canecas, não devem ser de uso compartilhado durante as refeições.

DESCRITIVOS DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

Cód.	Gêneros	UC
I - 8905 - CARNES, AVES E PEIXES		
89.05.01 - CARNE BOVINA		
01.007-36	FÍGADO BOVINO, CONGELADO, DEVENDO SER FORNECIDO EM EMBALAGEM PLÁSTICA ATÓXICA, RESISTENTE, TRANSPARENTE, DEVIDAMENTE ROTULADA DE ACORDO COM A LEGISLAÇÃO VIGENTE, SENDO CADA PEÇA INDIVIDUALMENTE ACONDICIONADA, COM NO MÁXIMO 3KG.	KG
01.008-17	CARNE BOVINA PATINHO, SEM OSSO, COM O MÁXIMO DE 10% DE GORDURA, CONGELADA, DEVENDO SER FORNECIDA EM EMBALAGEM PLÁSTICA ATÓXICA, RESISTENTE, TRANSPARENTE, DEVIDAMENTE ROTULADA DE ACORDO COM A LEGISLAÇÃO VIGENTE, SENDO CADA PEÇA INDIVIDUALMENTE ACONDICIONADA, COM NO MÁXIMO 3KG.	KG
89.05.03 - CARNE DE AVES		
03.003-10	CARNE, FRANGO (COXA/SOBRECOXA), COM OSSO, CONGELADA, DEVENDO SER FORNECIDA ACONDICIONADA EM EMBALAGEM PLÁSTICA ORIGINAL ATÓXICA, RESISTENTE, TRANSPARENTE, DEVIDAMENTE ROTULADA DE ACORDO COM A LEGISLAÇÃO VIGENTE, COM NO MÁXIMO 3KG.	KG
03.021-00	CARNE, FRANGO (COXA/SOBRECOXA), SEM OSSO, SEM PELE, CONGELADA, DEVENDO SER FORNECIDA ACONDICIONADA EM EMBALAGEM PLÁSTICA ORIGINAL ATÓXICA, RESISTENTE, TRANSPARENTE, DEVIDAMENTE ROTULADA DE ACORDO COM A LEGISLAÇÃO VIGENTE, COM NO MÁXIMO 3KG.	KG
03.007-43	CARNE, FRANGO (FILÉ DE PEITO), SEM OSSO, SEM PELE, CONGELADA, DEVENDO SER FORNECIDA ACONDICIONADA EM EMBALAGEM PLÁSTICA ORIGINAL ATÓXICA, RESISTENTE, TRANSPARENTE, DEVIDAMENTE ROTULADA DE ACORDO COM A LEGISLAÇÃO VIGENTE, COM NO MÁXIMO 3KG.	KG
89.05.04 - PEIXES		
04.029-02	PEIXE (TILÁPIA), EM FILÉ, SEM PELE, SEM ESPINHA, CONGELADO, DEVENDO SER FORNECIDO ACONDICIONADO EM EMBALAGEM PLÁSTICA ATÓXICA, RESISTENTE, DEVIDAMENTE ROTULADA DE ACORDO COM A LEGISLAÇÃO VIGENTE, COM 800G	KG

DESCRITIVOS DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

Cód.	Gêneros	UC
II - 8910 - OVOS E LATICÍNIOS, 8940 - DIETÉTICOS		
89.10.08 - OVOS		
08.004-18	OVO, GALINHA, BRANCO, CLASSE A , TIPO MEDIO, PESANDO NO MINIMO 60G UNIDADE , DE ACORDO C/ A RISSPOA/M.A, RESOLUCAO N.5 DE 5/7/91 CIPOA/MA.S/ SUJIDADES,FUNGOS, COR, ODOR E SABOR ANORMAIS. PROVENIENTE DE AVICULTOR COM INSPECAO OFICIAL,SEM TRINCOS E QUEBRADURAS NA CASCA. EM BANDEJAS DE PAPELAO FORTE, COM 30 UNID, PROTEGIDOS POR PVC, COM DATA DA EMBALAGEM E VALIDADE, CARIMBO DO SIF E NOME DO PRODUTOR. TRANSPORTADO EM CAIXAS DE PAPELAO COM NO MINIMO 10 BANDEJAS.TRANSPORTADO EM VEICULO FECHADO E REFRIGERADO, TEMPERATURA ENTRE 04 E 10°C.	UN
08.005-07	OVO, GALINHA, CAIPIRA, CLASSE A , TIPO MEDIO, PESANDO NO MINIMO 60G UNIDADE , DE ACORDO C/A RISSPOA/M.A, RESOLUCAO N 5 5/7/91 CIPOA/MA. SEM SUJIDADES, FUNGOS, COR, ODOR E SABOR ANORMAIS. PROVENIENTE DE AVICULTOR COM INSPECAO OFICIAL, SEM TRINCOS E QUEBRADURAS NA CASCA. EM BANDEJAS DE PAPELAO FORTE, COM 20 UNIDPROTEGIDOS POR PVC, COM DATA DA EMBALAGEM E VALIDADE, CARIMBO DO SIF E NOME DO PRODUTOR. TRANSPORTADO EM CAIXAS DE PAPELAO COM NO MINIMO 10 BANDEJAS.TRANSPORTADO EM VEICULO FECHADO E REFRIGERADO, TEMPERATURA ENTRE 04 E 10°C.	UN
89.10.09 - LEITE		
09.001-29	LEITE EM PÓ DESNATADO, INSTANTÂNEO, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 300G.	UN
09.002-00	LEITE, PÓ INTEGRAL, INSTANTÂNEO, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL, COM NO MÍNIMO 400G.	UN
09.008-03	LEITE INTEGRAL, UAT (UHT) ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL CARTONADA ASSÉPTICA, COM 1 LITRO.	UN
09.025-04	LEITE DE VACA EM PÓ, INSTANTÂNEO, SEM LACTOSE, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MINIMO 300G	UN
89.10.10 - DERIVADOS DO LEITE		
10.005-04	MANTEIGA EXTRA, COM SAL, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL, COM 200G.	UM
10.034-49	QUEIJO PROCESSADO UHT, TRADICIONAL, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ALUMINIZADA ORIGINAL COM 08 UNIDADES, COM NO MÍNIMO 17G CADA.	UM
10.030-15	IOGURTE NATURAL, INTEGRAL, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL, COM NO MÍNIMO 150G.	UM
10.035-20	IOGURTE DESNATADO, SEM LACTOSE, EMBALAGEM ORIGINAL DE NO MÍNIMO 170G	UN
10.032-87	IOGURTE, POLPA DE FRUTAS, DIVERSOS SABORES, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL, GARRAFA PLÁSTICA, COM NO MÍNIMO 900G.	UN
89.40.32 - DIETÉTICOS		
32.016-42	ADOÇANTE DIETÉTICO, LÍQUIDO, EDULCORANTE ESTEÁLIA, EM EMBALAGEM ORIGINAL, COM NO MÍNIMO 25ML.	UN

DESCRITIVOS DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

Cód.	Gêneros	UC
CONTINUAÇÃO	89.40.33 - DIETÉTICOS	
33.030-54	FÓRMULA INFANTIL ESPECIAL, ISENTA DE FENILALANINA, 1 A 8 ANOS, PÓ, ISENTA DE FENILALANINA, CONTENDO UMA MISTURA DE AMINOÁCIDOS, APRESENTANDO EM 100G DO PRODUTO O MÍNIMO DE 60G DE PROTEÍNA, ENRIQUECIDA DE VITAMINAS, MINERAIS E ELEMENTOS TRAÇOS, DESTINADA A CRIANÇAS DE 1 A 8 ANOS, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 500G.	UN
33.059-36	PÓ, ELEMENTAR, NUTRICIONALMENTE COMPLETA, COM 100% DE AMINOACIDOS LIVRES, 100%DE MALTODEXTRINA, 100% DE OLEOS VEGETAIS, COM ADICAO DE VITAMINAS, MINERAIS EOLIGOELEMENTOS, DESTINADA A CRIANCAS DE 1 A 10 ANOS, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MINIMO 400G.	UN
33.059-36	PO, ELEMENTAR, NUTRICIONALMENTE COMPLETA, COM 100% DE AMINOACIDOS LIVRES, 100% DE MALTODEXTRINA, 100% DE OLEOS VEGETAIS, COM ADICAO DE VITAMINAS, MINERAIS EOLIGOELEMENTOS, DESTINADA A CRIANCAS DE 1 A 10 ANOS, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MINIMO 400G.	UN
33.138-74	ALIMENTO DIETETICO, SOJA, EM PO, A BASE DE MISTURA DE PROTEINA ISOLADA DE SOJA C/ SACAROSE, ISENTO DE LACTOSE, C/ ADICAO DE VITAMINAS E MINERAIS, CONTENDO AATÉ 65 KCAL P/ 100 ML DO PRODUTO ALIMENTICIO RECONSTITUIDO, COM, NO MINIMO,ATE 130 MG DE CALCIO E NO MAXIMO ATÉ 115 MG DE SODIO EM 100 KCAL,ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 300G.	UN
	89.40.34 - DIETÉTICOS	
34.003-35	COMPLEMENTO ALIMENTAR ,PÓ, LÁCTEO COM SACAROSE, EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 400G.	UN
34.030-08	COMPLEMENTO ALIMENTAR, SEM LACTOSE, PÓ, FÓRMULA NUTRICIONALMENTE COMPLETA PARA USO PEDIÁTRICO, POLIMÉRICA, NORMOCALÓRICA (1,0-1,2KCAL/ML), COM SACAROSE, ISENTO DE LACTOSE E GLÚTEN, COM ADIÇÃO DE VITAMINAS E MINERAIS, ATENDENDO ÀS RECOMENDAÇÕES DIÁRIAS (RDA) PARA CRIANÇAS DE 1 A 10 ANOS DE IDADE, COM OU SEM SABOR, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 400G.	UN
34.102-17	PÓ, À BASE DE PROTEÍNA ISOLADA DE SOJA, PARA CRIANÇAS (A PARTIR DOS 3 ANOS), COM 60 A 70 KCAL/100 ML DE FÓRMULA RECONSTITUÍDA E COM A SEGUINTE COMPOSIÇÃO POR 100 KCAL: DE 2,0 A 3,0 G DE PROTEÍNA; DE 4,0 A 5,0 G DE GORDURA; DE 500 A 900 MG DE ÁCIDO LINOLÉICO; DE 12,0 A 14,0 G DE CARBOIDRATOS (100% MALTODEXTRINA), ISENTA DE SACAROSE E LACTOSE, MÁXIMO DE 3,0 MG DE FERRO, COM ADIÇÃO DE VITAMINAS E MINERAIS, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 800G.	UN

DESCRITIVOS DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

Cód.	Gêneros	UC
CONTINUAÇÃO	89.40.34 - DIETÉTICOS	
34.102-17	PÓ, À BASE DE PROTEÍNA ISOLADA DE SOJA, PARA CRIANÇAS (A PARTIR DOS 3 ANOS), COM 60 A 70 KCAL/100 ML DE FÓRMULA RECONSTITUÍDA E COM A SEGUINTE COMPOSIÇÃO POR 100 KCAL: DE 2,0 A 3,0 G DE PROTEÍNA; DE 4,0 A 5,0 G DE GORDURA; DE 500 A 900 MG DE ÁCIDO LINOLÉICO; DE 12,0 A 14,0 G DE CARBOIDRATOS (100% MALTODEXTRINA), ISENTA DE SACAROSE E LACTOSE, MÁXIMO DE 3,0 MG DE FERRO, COM ADIÇÃO DE VITAMINAS E MINERAIS, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 800G.	UM
37.007-20	SUPLEMENTO ALIMENTAR, EM PO, A BASE DE AMINOACIDOS LIVRES, HIPERLIPIDICO, COM OLEOS VEGETAIS, ADICIONADO DE VITAMINAS E MINERAIS, ISENTO DE GLUTEN, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MINIMO 400G.	UM
89.55. 43.008-44	LEITE DE ARROZ, PÓ, À BASE DE ARROZ, SEM LACTOSE, SEM GLÚTEN, ENRIQUECIDO COM VITAMINAS E MINERAIS, CONTENDO 1500MG DE CÁLCIO EM 100G DO PRODUTO, ISENTO DE LACTOSE E GLÚTEN, SABOR BAUNILHA, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 500G.	UN
90.006-30	ALIMENTO PO, 100% AMINOACIDOS LIVRES, COM AMIDO PRE-GELATINADO, 100% OLEOS VEGETAIS, ISENTO DE FIBRAS, COM ADIÇÃO DE VITAMINAS E MINERAIS, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MINIMO 400G.	UM

DESCRITIVOS DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

Cód.	Gêneros	UC
III - 8915 - LEGUMINOSAS, CEREAIS, HORTALIÇAS E FRUTAS		
89.15.11 - LEGUMINOSAS E CEREAIS		
11.005-45	MILHO, CANJICA GRUPO ESPECIAL SUBGRUPO DESPELICULADO, CLASSE BRANCA, TIPO 2, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM PLÁSTICA ORIGINAL COM 500G.	UN
11.012-74	TRIGO, QUIBE, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 500G.	UN
11.016-06	ARROZ POLIDO, CLASSE LONGO FINO, TIPO 1, EM EMBALAGEM ORIGINAL. COM 1 KG.	KG
11.017-89	ARROZ PARBOILIZADO, SUBGRUPO PARBOILIZADO POLIDO, CLASSE LONGO FINO, TIPO 1, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 1KG.	KG
11.018-60	FEIJÃO PRETO, GRUPO 1, CLASSE PRETO, TIPO 1, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 1KG.	UN
11.020-84	FEIJÃO CARIOCA GRUPO 1, CLASSE CORES, TIPO 1, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 1KG.	UN
11.032-18	FEIJÃO FRADINHO, GRUPO 2, TIPO 3, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM PLÁSTICA ORIGINAL COM 500G, CONTENDO A DESCRIÇÃO DAS CARACTERÍSTICAS DO PRODUTO.	UN
11.031-37	PROTEINA TEXTURIZADA, SOJA ESCURA, GRÂNULOS PEQUENOS, EMBALAGEM PLÁSTICA ORIGINAL COM 250G.	UN

DESCRITIVOS DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

Cód.	Gêneros	UC
89.15.12 - HORTALIÇAS		
12.002-56	ABÓBORA MADURA, COM PESO MÁXIMO DE 5KG A UNIDADE.	KG
12.003-37	ABOBRINHA EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 200 E 300G).	KG
12.072-69	ACELGA, EXTRA.	KG
12.005-07	AIPIM EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 300E 400G).	KG
12.006-80	ALFACE, LISA, EXTRA.	KG
12.007-60	ALHO GRUPO BRANCO OU ROXO.	KG
12.009-22	BATATA DOCE EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 150 E 300G).	KG
12.010-66	BATATA LAVADA EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 150 E 300G).	KG
12.011-47	BERINJELA, EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 150G. E 350G).	KG
12.013-09	BETERRABA EXTRA, SEM RAMA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 200 E 300G).	KG
12.014-90	BRÓCOLIS, EXTRA.	KG
12.015-70	CEBOLA EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 120 E 200G).	KG
12.016-51	CENOURA EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 150 E 250G).	KG
12.017-32	CHEIRO VERDE EXTRA.	KG
12.019-02	CHUCHU, EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 200 E 300G).	KG
12.020-38	COENTRO, EXTRA.	KG
12.021-19	COUVE COMUM, EXTRA.	KG
12.022-08	COUVE-FLOR EXTRA, SEM RAMA, COM PESO MÍNIMO DE 1KG A UNIDADE.	KG
12.023-80	VAGEM MANTEIGA EXTRA.	KG
12.025-42	TOMATE EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 120 E 200G).	KG
12.026-23	INHAME, EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 150G. E 250G).	KG
12.029-76	MILHO VERDE , ESPIGA, TAMANHO MÉDIO.	KG
12.031-90	PEPINO, EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 150 e 250G).	KG
12.032-71	PIMENTÃO VERDE EXTRA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 120 E 200G).	KG
12.033-52	QUIABO, EXTRA.	KG
12.034-33	REPOLHO EXTRA (PESO ENTRE 500 E 1000G).	KG
16.034-58	REPOLHO ROXO EXTRA (PESO ENTRE 500 E 1000G).	KG
12.073-40	SALSA, EXTRA	KG
12.074-20	MANJERICÃO, EXTRA.	KG
12.036-03	HORTELÃ, EXTRA.	KG
12.037-86	LOURO, VERDE.	KG

DESCRITIVOS DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

Cód.	Gêneros	UC
	89.15.13 - FRUTAS	
13.001-29	ABACATE EXTRA, COM PESO MÉDIO DE 600G A UNIDADE.	KG
13.003-90	BANANA D' ÁGUA, EXTRA, COM PESO MÉDIO DE 140G A UNIDADE.	KG
13.004-71	BANANA PRATA EXTRA, COM PESO MÉDIO DE 120G A UNIDADE	KG
13.005-52	CAQUI EXTRA, COM PESO MÉDIO DE 140G A UNIDADE.	KG
13.006-33	MAMÃO FORMOSA, EXTRA, COM PESO MÉDIO DE 2KG A UNIDADE.	KG
13.010-10	LARANJA PÊRA, EXTRA, COM PESO MÉDIO DE 150 G A UNIDADE.	KG
13.011-09	LARANJA SELETA, EXTRA, COM PESO MÉDIO DE 200G A UNIDADE.	KG
13.012-81	LIMÃO TAITI , TIPO EXTRA, COM PESO MÉDIO DE 80G A UNIDADE.	KG
13.013-62	MAÇÃ NACIONAL EXTRA, NÃO ÁCIDA, COM PESO MÉDIO DE 120G A UNIDADE.	KG
13.015-24	TANGERINA MURKOTE, COM PESO MÉDIO DE 150G A UNIDADE.	KG
13.016-05	TANGERINA PONKAN, COM PESO MÉDIO DE 200G A UNIDADE.	KG
13.018-77	MELANCIA EXTRA, COM PESO ENTRE 5KG E 10KG,A UNIDADE.	KG
13.019-58	MELÃO EXTRA, COM PESO MÁXIMO DE 3KG A UNIDADE.	KG
13.022-53	MARACUJÁ, AMARELO, EXTRA, COM PESO MÉDIO DE 100G A UNIDADE.	KG
13.031-44	ABACAXI, EXTRA, SEM RAMA LATERAL, COM COROA, TAMANHO MÉDIO (PESO ENTRE 1,5 E 1,8KG).	KG
IV - 8920 - FARINHAS, MASSAS, BISCOITOS E PRODUTOS PANIFICADOS		
	89.20.16 - FARINHAS, AMIDOS, FLOCOS E CORRELATOS	
16.053-60	AVEIA, FLOCOS, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 200G.	UN
16.009-96	AMIDO, MILHO, EMBALAGEM ORIGINAL COM 500G	UN
16.012-91	FUBÁ, MILHO EXTRA, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 1KG.	UN
16.013-72	TAPIOCA, GRANULADA, TIPO 1, EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 500G.	UN
16.016-15	FERMENTO QUÍMICO, EM PÓ, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL 100G	UN
16.020-00	FARINHA TRIGO, TIPO 1, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM PLÁSTICA ORIGINAL COM 1KG .	UN

DESCRITIVOS DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

Cód.	Gêneros	Un
IV - 8920 - FARINHAS, MASSAS, BISCOITOS E PRODUTOS PANIFICADOS		
16.022-63	FARINHA DE MANDIOCA, TIPO 1, SECA, FINA, BRANCA, CRUA, EMBALAGEM ORIGINAL COM 1KG	UN
16.065-01	FARINHA DE MILHO FLOCADA, EMBALAGEM ORIGINAL COM 500G	UN
16.054-40	AVEIA, FLOCOS FINOS, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 200G.	UN
16.052-89	AVEIA, FARINHA, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 200G.	UN
89.20.17 - MASSAS		
17.006-05	MASSA ALIMENTÍCIA, PARAFUSO COM OVOS, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 500G.	UN
17.007-88	MASSA ALIMENTÍCIA, ESPAGUETE, COM OVOS, Nº 8 OU 9, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 500G.	UN
17.008-69	MASSA ALIMENTÍCIA, PADRE NOSSO, COM SEMOLINA, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 500G.	UN
17.017-50	MASSA ALIMENTÍCIA, LETRINHAS/ALFABETO COM OVOS, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 500G.	UN
17.018-30	MASSA ALIMENTÍCIA, GRAVATA COM OVOS, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 500G	UN
17.020-55	MASSA ALIMENTÍCIA, ARROZ, SEM GLÚTEN, SEM OVOS, EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 500G.	UN
89.20.18 - BISCOITOS		
18.016-22	BISCOITO SALGADO, INTEGRAL, COM NO MÍNIMO 150G, COM PACOTES DE NO MÍNIMO 25G.	UN
18.018-94	BISCOITO DOCE, TIPO ROSQUINHA, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 350G.	UN
18.028-66	BISCOITO DOCE, TIPO MARIA, EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 20G.	UN
18.029-47	BISCOITO DOCE, SEM GLUTEN E SEM LACTOSE, SEM RECHEIO, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 100G.	UN
18.030-80	BISCOITO DE POLVILHO, DOCE, ISENTO DE GLUTEN E LACTOSE, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 100G.	UN
18.031-61	BISCOITO DE POLVILHO, SALGADO, ISENTO DE GLUTEN E LACTOSE, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 100G	UN
18.041-33	BISCOITO DE ARROZ, CONTENDO SOMENTE ARROZ E SAL IODADO, ISENTO DE GLÚTEN, LACTOSE E OVOS, EM EMBALAGEM COM NO MÍNIMO 80G.	UN

DESCRITIVOS DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

Cód.	Gêneros	Un
89.20.19 - PRODUTOS PANIFICADOS		
19.015-03	PÃO CARECA, COM PESO DE 50G A UNIDADE, DEVENDO SER FORNECIDO EM EMBALAGEM PLÁSTICA COM NOMAXIMO 20 UNIDADES, CONTENDO INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS, INGREDIENTES, NOME E ENDEREÇO DO FABRICANTE, DATA DE FABRICAÇÃO E VALIDADE.	KG
19.016-86	PÃO CARECA, COM PESO DE 30G A UNIDADE, DEVENDO SER FORNECIDO EM EMBALAGEM PLÁSTICA COM NOMAXIMO 30 UNIDADES, CONTENDO INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS, INGREDIENTES, NOME E ENDEREÇO DO FABRICANTE, DATA DE FABRICAÇÃO E VALIDADE.	KG
19.026-58	BROA, MILHO, COM PESO MÍNIMO DE 50G, DEVENDO SER FORNECIDA EM EMBALAGEM PLÁSTICA COM NO MÁXIMO 20 UNIDADES, CONTENDO INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS, INGREDIENTES, NOME E ENDEREÇO DO FABRICANTE, DATA DE FABRICAÇÃO E VALIDADE.	KG
19.027-39	TORRADA SALGADA, INTEGRAL, EM EMBALAGEM ORIGINAL, INDIVIDUAL, COM PESO MÍNIMO DE 14 GRAMAS, COM NO MÁXIMO 130MG DE SÓDIO POR PORÇÃO.	Un
V - 8925 E 8955- AÇUCARES, DOCES E PRODUTOS SOLÚVEIS		
20.001-39	AÇÚCAR REFINADO ESPECIAL, ACONDICIONADO EM EMBALAGEM PLÁSTICA ORIGINAL, COM 1 KG.	KG
24.004-04	UVA PASSA ESCURA SEM SEMENTE, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 200G.	UN
42.009-71	CAFÉ SOLÚVEL, GRANULADO, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 100G.	UN

DESCRITIVOS DE GÊNEROS ALIMENTÍCIOS

Cód.	Gêneros	Un
VI - 8945 - ÓLEOS, 8950 - CONDIMENTOS E PRODUTOS CORRELATOS		
89.45.37 - ÓLEOS, GORDURAS COMESTÍVEIS		
37.001-11	AZEITE DE OLIVA, PURO, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 500ML.	UN
37.002-00	ÓLEO, SOJA, REFINADO, TIPO 1, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 900ML.	UN
37.004-64	ÓLEO, MILHO, REFINADO, TIPO 1, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 900ML.	UN
89.50.39 / 89.50.40 / 89.50.41 - CONDIMENTOS E CORRELATOS		
39.001-78	SAL REFINADO, IODADO, EM EMBALAGEM PLÁSTICA, ORIGINAL, COM 1KG.	UN
39.005-00	ORÉGANO EM EMBALAGEM ORIGINAL, COM NO MÍNIMO 3G.	UN
39.008-44	CANELA, CASCA EM EMBALAGEM ORIGINAL, COM NO MÍNIMO 10G.	UN
39.009-25	CANELA EM PÓ EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 10G.	UN
39.010-69	CRAVO, ÍNDIA EM GRÃO, EM EMBALAGEM ORIGINAL, COM NO MÍNIMO 10G.	UN
40.003-91	POLPA, TOMATE TRADICIONAL, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 520G .	UN
41.005-07	VINAGRE ÁLCOOL, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 750ML.	UN
41.008-50	VINAGRE DE MAÇÃ, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM 500ML.	UN
VII - 8960 - BEBIDAS NÃO ALCOÓLICAS		
44.017-38	SUCO DE FRUTA INTEGRAL, SEM ADIÇÃO DE AÇUCARES, DE CORANTES OU DE CONSERVANTES ARTIFICIAIS, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 200ML	UN
44.018-19	SUCO DE FRUTA INTEGRAL, SEM ADIÇÃO DE AÇUCARES, DE CORANTES OU DE CONSERVANTES ARTIFICIAIS, EM EMBALAGEM ORIGINAL COM NO MÍNIMO 1000ML	UN
45.002-05	ÁGUA MINERAL, NATURAL, SEM GÁS, ACONDICIONADA EM EMBALAGEM PLÁSTICA ORIGINAL, COM NO MÍNIMO 500ML.	UN

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília, DF: Senado Federal: Centro Gráfico, 1988.

_____. **Lei nº 11.346, de 15 de setembro de 2006**. Cria o Sistema Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional - SISAN com vistas a assegurar o direito humano à alimentação adequada e dá outras providências. Diário Oficial da União 2006

_____. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**.: Ministério da Saúde , Brasília, DF, 2014.

_____. Ministério da Saúde. **Cadernos de Atenção Básica: Manejo da Obesidade**. Nº 38 - Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica e obesidade, Brasília, DF, 2014.

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Resolução/ CD/ FNDE nº 04 de 26 de fevereiro de 2026**.

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Nota Técnica FNDE nº 1879810/2020/COSAN/CGPAE/DIRAE..**

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Nota Técnica FNDE nº 1894784/COSAN/CGPAE/DIRAE..**

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Nota Técnica FNDE nº 2139545/2020/COSAN/CGPAE/DIRAE..**

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Nota Técnica FNDE nº 2810740/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE..**

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Nota Técnica FNDE nº 2974175/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE..**

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Nota Técnica FNDE nº 3228950/2022/COSAN/CGPAE/DIRAE..**

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Nota Técnica FNDE nº 4816230/2022/DIEAN/COSAN/CGPAE/DIRAE..**

_____. Ministério da Educação. **Lei nº 11.947 de 16 de junho de 2009**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação Básica.

_____. Ministério da Educação. **Lei nº 12.982 de 28 de maio de 2014: Altera a Lei nº 11.947 de 16 de junho de 2009**, para determinar o provimento de alimentação escolar adequada aos alunos portadores de estado ou condição de saúde específica. Diário Oficial da União, Brasília—DF, 29 de maio 2014a.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

_____. Ministério da Educação. **Lei nº 15.226 de 30 de setembro de 2025:** Altera a Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009, para dispor sobre o prazo de validade dos gêneros alimentícios adquiridos no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) e para estabelecer em 45% o percentual mínimo para aquisição de gêneros alimentícios diretamente da agricultura familiar e do empreendedor familiar rural no âmbito desse programa.

_____. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Resolução nº 216, de 15 de setembro de 2004.** Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação

_____. Ministério da Saúde. **Alimentação do Adolescente.** Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição-Região Sudeste (CECAN-Sudeste)/ENSP/FIOCRUZ/MS, 2007.

_____. Ministério da Saúde **Caderneta de Saúde da Criança.** Brasília, DF, 2024 Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_crianca_menina_passaporte_cidadania_7ed.pdf
Acesso em 2026.

_____. Ministério da Saúde **Caderneta de Saúde da Criança:** Passaporte da Cidadania Brasília, DF, 2025. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderneta_crianca_menino_passaporte_cidadania_7ed.pdf. Acesso em setembro 2025.

_____. Ministério da Saúde./Ministério da Educação. **Portaria interministerial nº1010 de 8 de maio de 2006.** Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas, de educação infantil, fundamental e nível médio, das redes públicas e privadas, em âmbito nacional.

_____. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. **Marco de referência de educação alimentar e nutricional para as políticas públicas.** Brasília: MDS; 2012

_____. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.446 de 11 de novembro de 2014.** Redefine a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS).

_____. Ministério da Saúde. Universidade do estado do Rio de Janeiro. Instrutivo para o cuidado da criança com sobrepeso e obesidade no âmbito da Atenção Primária à Saúde. 2022.

_____. Ministério da Saúde. Atlas da obesidade infantil no Brasil. Brasília, : Ministério da Saúde; 2019.

_____. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção Primária à Saúde. Programa Crescer Sustentável 2019-2020. Instrutivo. 2019.

_____. Resolução RDC/ANVISA Nº 429, DE 08/10/2020. **Dispõe sobre a rotulagem nutricional de alimentos Embalados.** Diário Oficial da União, Brasília, DF, 08/10/2020.

_____. Resolução CONANDA Nº 163, DE 13/03/2014. **Dispõe sobre a abusividade do direcionamento de publicidade e de comunicação mercadológica à criança e ao adolescente.** Diário Oficial da União, Brasília, DF, 13/03/2014.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

_____. Decreto nº 11.821, de 12 de dezembro de 2023. Dispõe sobre os princípios, os objetivos, os eixos estratégicos e as diretrizes que orientam as ações de promoção da alimentação adequada e saudável no ambiente escolar. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 12/12/2023.

_____. Ministério da Saúde. Universidade do estado do Rio de Janeiro. Instrutivo para o cuidado da criança com sobrepeso e obesidade no âmbito da Atenção Primária à Saúde. 2022.

_____. Ministério da Saúde. Atlas da obesidade infantil no Brasil. Brasília, : Ministério da Saúde; 2019.

_____. Ministério da Saúde. Secretária de Atenção Primária à Saúde. Programa Crescer Sustentável 2019-2020. Instrutivo. 2019.

_____. Ministério da Saúde. Manual de apoio para atividades técnicas do nutricionista no âmbito do PNAE/Programa Nacional de Alimentação Escolar. 2018.

_____. Ministério da Saúde. **Portaria de Consolidação nº 2 de 28 de setembro de 2017**. Consolidação das normas sobre as políticas nacionais de saúde do Sistema Único de Saúde (SUS).

_____. Ministério da Saúde. NEPA-UNICAMP- **Tabela Brasileira de Composição de Alimentos**, Campinas, 4ª edição revisada e ampliada; 2011.

_____. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção da Saúde. – Brasília : Ministério da Saúde, 2019. 265 p. :

_____. Ministério da Saúde/Secretaria de Atenção à Saúde/Departamento de Atenção Básica. **Guia Alimentar para População Brasileiras** , 2ª edição. Brasília, 2014.

_____. Ministério da Saúde/Secretaria de Atenção à Saúde/Departamento de Atenção Básica. **Manual Operacional para profissionais de Saúde e Educação. Promoção da alimentação saudável nas escolas**. Série A. Normas e Manuais Técnicos. Brasília, DF, 2008

_____. Resolução CFN nº 788/2024. **Dispõe sobre as atribuições do nutricionista na atuação em Alimentação e Nutrição no Âmbito Escolar e dá outras providências,**

_____. Resolução CFN nº 789/2024. **Dispõe sobre a responsabilidade técnica e formação do quadro técnico assim como estabelece as diretrizes sobre parâmetros numéricos mínimos para atuação em Alimentação e Nutrição de Alimentação Escolar (PNAE) nos estados, no distrito federal e nos municípios e dá suas providências.**

_____. Conselho Nacional de Saúde . **Resolução CNS nº 408 de 11/12/2008** Diretrizes para a promoção da alimentação saudável com impacto na reversão da epidemia de obesidade e prevenção das doenças crônicas não transmissíveis.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

SÃO PAULO. **Decreto 2619/11 de 06 de dezembro de 2011**. Regulamento de Boas Práticas e de Controle de condições sanitárias e técnicas das atividades relacionadas à importação, exportação, extração, produção, manipulação, beneficiamento, acondicionamento, transporte, armazenamento, distribuição, embalagem, reembalagem, fracionamento, comercialização e uso de alimentos, águas minerais e de fontes, bebidas, aditivos e embalagens para alimentos.

CASTRO, I. R. R. et al. **A culinária na promoção da alimentação saudável: delineamento e experimentação de método educativo dirigido a adolescentes e a profissionais da rede de saúde e educação**. Revista de Nutrição, Campinas, v. 20; p. 571-588, 2007. Disponível em: www.scielo.br/pdf/rn/v20n6/a01v20n6.pdf

FRANCO, G, **Tabela de Composição Química de Alimentos**. 9ª ed, São Paulo, Ed. Atheneu.

ILARA, C.H, et al. **Manual para Escolas: A Escola promovendo hábitos alimentares saudáveis – Horta**, Universidade de Brasília - Faculdade de Ciências da Saúde Departamento de Nutrição, Brasília, 2011

KRAUSE, M.M., **Alimentos, Nutrição e Dietoterapia**. São Paulo, 12ª Ed., Ed. Elsevier; 2010.

PINHEIRO, A. B. C et al. **Tabela para avaliação de consumo alimentar em medidas caseiras**. Rio de Janeiro: 5ª ed , Ed. Atheneu, 2004.

OMS/OPAS. **Estratégia Global para Promoção da Alimentação Saudável, Atividade Física e Saúde**. Organização Mundial de Saúde e a Organização Panamericana de Saúde aprovaram, 2004.

PCRJ/SMS/INAD. **Projeto Com Gosto de Saúde**. Disponível em www.rio.rj.gov.br/web/sms/exibeconteudo?id=2815334

SENAI. **Série Qualidade e Segurança Alimentar**. Projeto APPCC Indústria. 2ª ed. Brasília, SENAI/DN, 2000. Convênio CNI/SENAI/SEBRAE.

SILVA JÚNIOR, Eneo Alves. **Manual de controle higiênico-sanitário em alimentos**. 6ª Ed. São Paulo: Livraria Varela, 2007

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL - Vídeo Horta na Escola . CECANE UFRGS . Disponível em www.ufrgs.br/cecane/galeria/ver/34

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO. **Ideias para promover alimentação saudável na escola, 2008**. Campus Baixada Santista. Centro Colaborador em Alimentação e Nutrição Escolar- Região Sudeste.

**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

Guia Alimentar

PLANO ALIMENTAR - ANEXO 1

Tabela de safra e frequência mensal de utilização das frutas - 2026

Este material é parte integrante do Guia Alimentar
do Programa Nacional de Alimentação Escolar
destinado às Escolas Municipais da
Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO /CTATS/UNAD

**TABELA DE SAFRA E FREQUÊNCIA MENSAL
DE UTILIZAÇÃO DAS FRUTAS**

	Frutas	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
1	Abacate												
2	Abacaxi												
3	Banana prata												
4	Caqui												
6	Laranja pêra												
7	Laranja seleta												
8	Maçã												
9	Mamão formosa												
11	Melancia												
12	Melão												
13	Tangerina Murkote												
14	Tangerina Ponkan												
21	Laranja lima												

SAFRA - As frutas foram distribuídas obedecendo à época da safra.

FREQUENCIA - Deverá ser utilizada na mesma quantidade no desjejum, almoço e no lanche IV.

**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

Guia Alimentar

PLANO ALIMENTAR - ANEXO 2

Para situações emergenciais - 2026

Este material é parte integrante do Guia Alimentar
do Programa Nacional de Alimentação Escolar
destinado às Escolas Municipais da
Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

**UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS
S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD**

Programa de Nacional Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar para Situações Emergenciais- Escolar - 2026

Estes cardápios destinam-se a situações emergenciais que contingencialmente impliquem em número insuficiente de manipuladores de alimentos para a execução de todas as etapas de preparo dos cardápios padronizados.

A utilização destes deverá ser em caráter provisório, já que sua composição nutricional atende parcialmente às necessidades nutricionais em relação aos cardápios padronizados.

REFEIÇÕES EMERGENCIAIS - ALMOÇO				
Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro				
	Semana A	Semana B	Semana C	Semana D
2ª feira	Cod. 552 Arroz Ovo cozido ou mexido Abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 509 Arroz Omelete ou ovo mexido Salada beterraba cozida Sobr. fruta	Cod. 497 Arroz Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 446 Arroz com cenoura Ovo mexido Batata em camadas Sobr. fruta
3ª feira	Cod. 575 Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata Sobr. fruta	Cod. 464 Arroz com cenoura Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobr. fruta	Cod. 492 Arroz Frango ensopado Repolho sauté Sobr. fruta	Cod. 513 Arroz Isclas de carne refogada Abóbora refogada ou assada Sobr. fruta
4ª feira	Cod. 495 Arroz com repolho Feijão com carne Sobr. fruta	Cod. 380 Arroz Frango com quiabo Purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 541 Arroz com cenoura Isclas de fígado Batata assada ou sauté Sobr. fruta	Cod. 566 Arroz Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta
5ª feira	Cod. 555 Risoto de frango Salada de beterraba cozida Sobr. fruta	Cod. 422 Feijão Arroz de carreteiro (arroz com carne e couve) Farofa de cenoura Sobr. fruta	Cod. 415 Arroz Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha Sobr. fruta	Cod. 514 Macarronada a bolonhesa (macarrão com carne moída) Com chuchu Sobr. fruta
6ª feira	Cod. 426 Arroz Feijão carioca Carne refogada Farofa de couve Sobr. fruta	Cod. 393 Espaguete Frango com abobrinha ou salada de abobrinha Sobr. fruta	Cod. 440 Arroz com couve Picadinho de carne Farofa Sobr. fruta	Cod. 564 Arroz com cenoura Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta

Programa de Nacional Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar para Situações Emergenciais- Escolar - 2026

Estes cardápios destinam-se a situações emergenciais que contingencialmente impliquem em número insuficiente de manipuladores de alimentos para a execução de todas as etapas de preparo dos cardápios padronizados.

A utilização destes deverá ser em caráter provisório, já que sua composição nutricional atende parcialmente às necessidades nutricionais em relação aos cardápios padronizados.

REFEIÇÕES EMERGENCIAIS - ALMOÇO				Período: Maio a Setembro
	Semana A	Semana B	Semana C	Semana D
2ª feira	Cod. 552 Arroz Ovo cozido ou mexido Abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 485 Arroz Omelete de legumes Salada de chuchu com manjeriçã Sobr. fruta	Cod. 497 Arroz Escondidinho de peixe (purê de batata e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 555 Risoto de frango (arroz, frango, vagem e cenoura) Salada de beterraba cozida Sobr. fruta
3ª feira	Cod. 465 Arroz de carreteiro Sobr. fruta	Cod. 600 Canja Sobr. fruta	Cod. 514 Macarronada a bolonesa (espaguete Com carne moída) Com chuchu Sobr. fruta	Cod. 552 Arroz Ovo cozido ou mexido Abóbora refogada Sobr. fruta
4ª feira	Cod. 555 Risoto de frango Salada de beterraba cozida Sobr. fruta	Cod. 495 Arroz com repolho Feijão com carne Sobr. fruta	Cod. 532 Feijão Frango refogado Fusili colorido (cenoura e brócolis) Isclas de frango Sobr. fruta	Cod. 574 Arroz Carne colorida Batata doce assada Sobr. fruta
5ª feira	Cod. 574 Arroz Carne colorida Batata doce assada Sobr. fruta	Cod. 575 Arroz Feijão Frango com cenoura com salada de batata Sobr. fruta	Cod. 519 Arroz com cenoura Isclas de fígado ao molho Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 564 Arroz com cenoura Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta
6ª feira	Cod. 415 Arroz Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha Sobr. fruta	Cod. 480 Feijão Macarronada Colorida (berinjela, cenoura, ovo, carne moída) Sobr. fruta	Cod. 613 Sopa de legumes com Frango (batata doce, batata, cenoura, Repolho, massa letrinha) Sobr. fruta	Cod. 495 Arroz com repolho Feijão com carne Sobr. fruta

Programa de Nacional Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar para Situações Emergenciais- Escolar - 2026

Estes cardápios destinam-se a **situações em que não for possível servir a refeição almoço** no horário destinado à sua distribuição.

As Unidades Escolares que precisarem fornecer o almoço antes das 10h deverão substituir esta refeição pelos Lanches II ou III. A necessidade desta substituição deverá ser notificada a Coordenadoria Regional de Educação (CRE) com exposição de motivos.

A utilização destes deverá ser em caráter provisório, já que sua composição nutricional atende parcialmente às necessidades nutricionais em relação aos cardápios padronizados.

REFEIÇÕES EMERGENCIAIS - LANCHE II E III				
Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro				
	Semana A		Semana B	
	Lanche II	Lanche III (sem uso de forno)	Lanche II	Lanche III (sem uso de forno)
2ª feira	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Cód. 51 Canjica Fruta	Cód. 51 Canjica Fruta
3ª feira	Cód. 97 Leite batido com maçã e banana. Assado de milho com cenoura e a- bobrinha Fruta	Cód. 137 Leite batido com io- gurte natural, maçã e banana Fruta	Cód. 127 Suco de laranja com cenoura Pão careca com pasti- nha de tomate e oréga- no Fruta	Cód. 127 Suco de laranja com cenoura Pão careca com pas- tinha de tomate e oré- gano Fruta
4ª feira	Cód. 99 Leite com café Bolo de laranja Fruta	Cód. 83 Leite batido com ba- nana Pão com manteiga Fruta	Cód. 165 Leite com café Bolo de banana Fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Cód. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	Cod. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, ce- noura, maçã e cebo- la Fruta	Cód. 83 Leite batido com bana- na Pão com manteiga Fruta	Cód. 83 Leite batido com ba- nana Pão com manteiga Fruta
6ª feira	Cód. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexi- do Fruta	Cód. 73 Leite batido com ma- çã Pão com ovo mexido Fruta	Cód. 149 Suco de maracujá Assado de frango Fruta	Cod. 176 Leite com café Pão com ovo e ce- noura Fruta

Programa de Nacional Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar para Situações Emergenciais- Escolar - 2026

Estes cardápios destinam-se a **situações em que não for possível servir a refeição almoço** no horário destinado à sua distribuição.

As Unidades Escolares que precisarem fornecer o almoço antes das 10h deverão substituir esta refeição pelos Lanches II ou III. A necessidade desta substituição deverá ser notificada a Coordenadoria Regional de Educação (CRE) com exposição de motivos.

A utilização destes deverá ser em caráter provisório, já que sua composição nutricional atende parcialmente às necessidades nutricionais em relação aos cardápios padronizados.

REFEIÇÕES EMERGENCIAIS - LANCHE II E III				
Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro				
	Semana C		Semana D	
	Lanche II	Lanche III (sem uso de forno)	Lanche II	Lanche III (sem uso de forno)
2ª feira	Cod. 167 Leite com café Bolo de fubá Fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Cod. 59 Arroz doce Fruta	Cod. 59 Arroz doce Fruta
3ª feira	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta	Cod. 99 Leite com café Bolo de laranja Fruta	Cód. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Cod. 149 Suco de maracujá Assado de frango Fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 97 Leite batido com maçã e banana Assado de milho com cenoura e abobrinha Fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 163 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão careca com manteiga Fruta	Cód. 163 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão careca com manteiga Fruta	Cód. 151 Limonada com hortelã Pão com omelete Fruta	Cód. 151 Limonada com hortelã Pão com omelete Fruta
6ª feira	Cód. 158 Suco de maracujá Quibe de forno Salada de alface e tomate Fruta	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com manteiga Fruta	Cod. 155 Suco de maracujá Escondidinho de frango Fruta	Cod. 128 Limonada com hortelã Lanchinho de carne moída Fruta

Programa de Nacional Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar para Situações Emergenciais- Escolar - 2026

Estes cardápios destinam-se a **situações em que não for possível servir a refeição almoço** no horário destinado à sua distribuição.

As Unidades Escolares que precisarem fornecer o almoço antes das 10h deverão substituir esta refeição pelos Lanches II ou III. A necessidade desta substituição deverá ser notificada a Coordenadoria Regional de Educação (CRE) com exposição de motivos.

A utilização destes deverá ser em caráter provisório, já que sua composição nutricional atende parcialmente às necessidades nutricionais em relação aos cardápios padronizados.

REFEIÇÕES EMERGENCIAIS - LANCHE II E III				
Período: Maio a Setembro				
	Semana A		Semana B	
	Lanche II	Lanche III (sem uso de forno)	Lanche II	Lanche III (sem uso de forno)
2ª feira	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Cod. 51 Canjica Fruta	Cod. 51 Canjica Fruta
3ª feira	Cod. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	Cod. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	Cod. 158 Suco de maracujá Quibe de forno Salada de alface e tomate Fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Cod. 99 Leite com café Bolo de laranja Fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 149 Suco de maracujá Assado de frango Fruta	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 128 Limonada com hortelã Lanchinho de carne moída Fruta	Cod. 128 Limonada com hortelã Lanchinho de carne moída Fruta
6ª feira	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta	Cod. 165 Leite com café Bolo de banana Fruta	Cod. 174 Leite com café Pão careca com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta

Programa de Nacional Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar para Situações Emergenciais- Escolar - 2026

Estes cardápios destinam-se a **situações em que não for possível servir a refeição almoço** no horário destinado à sua distribuição.

As Unidades Escolares que precisarem fornecer o almoço antes das 10h deverão substituir esta refeição pelos Lanches II ou III. A necessidade desta substituição deverá ser notificada a Coordenadoria Regional de Educação (CRE) com exposição de motivos.

A utilização destes deverá ser em caráter provisório, já que sua composição nutricional atende parcialmente às necessidades nutricionais em relação aos cardápios padronizados.

PERÍODO: Período: Maio a Setembro				
	Semana C		Semana D	
	Lanche II	Lanche III (sem uso de forno)	Lanche II	Lanche III (sem uso de forno)
2ª feira	Cod. 99 Leite com café Bolo de laranja Fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Cod. 59 Arroz doce Fruta	Cod. 59 Arroz doce Fruta
3ª feira	Cod. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	Cod. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	Cód. 158 Suco de maracujá Quibe de forno Salada de alface e tomate Fruta	Cod. 173 Leite batido com abacate Fruta
4ª feira	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 167 Leite com café Bolo de fubá Fruta	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta
5ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cód. 83 Leite batido com banana ,e aveia Pão com manteiga Fruta
6ª feira	Cod. 157 Suco de maracujá Escondidinho de carne Fruta	Cod. 162 Leite batido com banana Pão careca com patê de frango, feijão fradinho, cenoura e tomate Fruta	Cod. 151 Limonada com hortelã Pão com omelete Fruta	Cod. 151 Limonada com hortelã Pão com omelete Fruta

Programa de Nacional Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar para Situações Emergenciais- Escolar - 2026

Estes cardápios destinam-se às Unidades Escolares que não disponham de condições estruturais adequadas para o preparo dos cardápios padronizados. A utilização destes deverá ser de caráter provisório, já que sua composição nutricional atende parcialmente às necessidades nutricionais em relação aos cardápios padronizados.

LANCHES EMERGENCIAIS (LEP, LESP E LEI)				Período: Janeiro a dezembro		
	SEMANAS A/C			SEMANAS B/D		
	Preparado (LEP)	Semi-preparado (LESP)	Individual (LEI)	Preparado (LEP)	Semi-preparado (LESP)	Individual (LEI)
2ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 76 Iogurte (900ml) Biscoito doce Queijo processado Fruta	Cod. 78 Suco integral (individual) Biscoito doce (individual) Queijo processado Fruta	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 76 Iogurte (900ml) Biscoito doce Queijo processado Fruta	Cod. 78 Suco integral (individual) Biscoito doce (individual) Queijo processado Fruta
3ª feira	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 148 Suco de frutas (1 litro) Torrada Queijo processado Fruta	Cod. 170 Suco integral (individual) Torrada Queijo processado Fruta	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 77 Iogurte (900ml) Biscoito salgado Geléia de fruta Fruta	Cod. 79 Suco integral (individual) Biscoito salgado (individual) Geléia de fruta Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 76 Iogurte (900ml) Biscoito doce Queijo processado Fruta	Cod. 78 Suco integral (individual) Biscoito doce (individual) Queijo processado Fruta	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 148 Suco de frutas (1 litro) Torrada Queijo processado Fruta	Cod. 170 Suco integral (individual) Torrada Queijo processado Fruta
5ª feira	Cod. 120 Suco integral Pão com manteiga Fruta	Cod. 77 Iogurte (900ml) Biscoito salgado Geléia de fruta Fruta	Cod. 79 Suco integral (individual) Biscoito salgado (individual) Geléia de fruta Fruta	Cod. 120 Suco integral Pão com manteiga Fruta	Cod. 76 Iogurte (900ml) Biscoito doce Queijo processado Fruta	Cod. 78 Suco integral (individual) Biscoito doce (individual) Queijo processado Fruta
6ª feira	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 76 Iogurte (900ml) Biscoito doce Queijo processado Fruta	Cod. 78 Suco integral (individual) Biscoito doce (individual) Queijo processado Fruta	Cod. 76 Iogurte (900ml) Biscoito doce Queijo processado Fruta	Cod. 77 Iogurte (900ml) Biscoito salgado Geléia de fruta Fruta	Cod. 79 Suco integral (individual) Biscoito salgado (individual) Geléia de fruta Fruta
Frutas	Banana, laranja, caqui, maçã e tangerina		Banana e tangerina	Banana, laranja, caqui, maçã e tangerina		Banana e tangerina

**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

PLANO ALIMENTAR - ANEXO 3

Escolas - 2026

Turno parcial

Este material é parte integrante do Guia Alimentar
do Programa Nacional de Alimentação Escolar
destinado às Escolas Municipais da
Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escola-Parcial - 2026

SEMANA A		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 560 Arroz Feijão Omelete ou ovo mexido Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobr. fruta	Cod. 62 Leite batido com maçã, banana e aveia
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 470 Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobr. fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de Tapioca
4ª feira	Cod. 62 Leite batido com maçã, banana e aveia	Cod. 426 Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga
5ª feira	Cod. 71 Mingau de aveia	Cod. 450 Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão
6ª feira	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escola-Parcial - 2026

SEMANA B		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia
3ª feira	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão
4ª feira	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 357 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana
6ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 394 Espaguete à Primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escola-Parcial - 2026

SEMANA C		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia
3ª feira	Cod. 71 Mingau de aveia	Cod. 508 Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobr. fruta	Cód. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana
4ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 443 Arroz Feijão Isclas de fígado aceboladas Batata assada ou sauté Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de Tapioca
6ª feira	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 437 Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escola-Parcial - 2026

SEMANA D		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 420 Arroz com cenoura e passas Feijão Ovo mexido Batata em camadas Sobr. fruta	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)
4ª feira	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 500 Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Feijão Carne moída Sobr. fruta	Cod. 72 Leite batido com maracujá e banana
6ª feira	Cód. 72 Leite batido com maracujá e banana	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Isca de fígado Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escola-Parcial - 2026

SEMANA A		Período: Maio a setembro	
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 451 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de Tapioca
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga
4ª feira	Cod. 173 Leite batido com abacate	Cod. 406 Arroz Feijão Frango oriental (cenoura, abobrinha e couve-flor) Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga
5ª feira	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta	Cod. 173 Leite batido com abacate
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escola-Parcial - 2026

SEMANA B		Período: Maio a setembro	
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural , maçã e banana
3ª feira	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 453 Arroz Feijão Frango à caçadora (frango com cenoura Aipim sauté Sobr. fruta	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia
4ª feira	Cód. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 494 Arroz Feijão Carne colorida (carne, cenoura e ovo) Batata doce assada Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)
6ª feira	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)	Cod. 505 Arroz Feijão Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha Sobr. fruta	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escola-Parcial - 2026

SEMANA C		Período: Maio a setembro	
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Cód. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cod. 173 Leite batido com abacate
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga
4ª feira	Cod. 173 Leite batido com abacate	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de Tapioca
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Isclas de fígado Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)
6ª feira	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)	Cod. 563 Arroz Feijão Frango ao molho Vagem refogada Beterraba cozida Sobr. fruta	Cód. 133 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escola-Parcial - 2026

SEMANA D		Período: Maio a setembro	
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 815 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de couve Sobr. fruta	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga
4ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 411 Arroz Feijão Carne refogada Purê de inhame Sobr. fruta	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão
5ª feira	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga
6ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga	Cod. 532 Feijão Fussilli colorido (cenoura e brócolis) Frango refogado Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escola-Parcial - 2026

Ceia de Natal	Lanche para atividades externas
<p>Cod. 85</p> <p>Arroz à grega</p> <p>Feijão carioca</p> <p>Frango ao molho de laranja</p> <p>Batata sauté ou assada</p> <p>Salada de alface e tomate</p> <p>Salada de frutas</p> <p>Suco de uva</p>	<p>Cod. 143</p> <p>Suco de frutas individual</p> <p>Biscoito individual salgado</p> <p>Queijo processado UHT</p> <p>Fruta</p> <p>Água mineral (500ml)</p>



**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

PLANO ALIMENTAR - ANEXO 4

Escolas - 2026

Turno Único

Este material é parte integrante do Guia Alimentar
do Programa Nacional de Alimentação Escolar
destinado às Escolas Municipais da
Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - TURNO ÚNICO - 2026

SEMANA A		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com maçã, banana e aveia Fruta	Cod. 560 Arroz Feijão Omelete ou ovo mexido Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobr. fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 470 Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobr. fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 426 Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobr. fruta	Cod. 175 Leite com café Pão com pastinha de to- mate e orégano Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 450 Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 133 Leite batido com bana- na Pão com manteiga Fruta	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - TURNO ÚNICO - 2026

SEMANA B		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 51 Canjica Fruta
3ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 357 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobr. fruta	Cod. 174 Leite com café Pão com frango, Cenoura, maçã e cebola Fruta
5ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 394 Espaguete à Primavera (abobrinha, brócolis e repolho) Feijão Frango guisado Sobr. fruta	Cód. 176 Leite com café Pão com ovo e cenoura Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - TURNO ÚNICO - 2026

SEMANA C		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 508 Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobr. fruta	Cod. 162 Leite batido com banana Pão com patê de frango, feijão fradinho, cenoura, tomate e salsa Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 443 Arroz Feijão Iscas de fígado aceboladas Batata assada ou sauté Sobr. fruta	Cód. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 437 Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobr. fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - TURNO ÚNICO - 2026

SEMANA D		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 72 Leite batido com maracujá e banana Fruta	Cod. 420 Arroz com cenoura e passas Feijão Ovo mexido Batata em camadas Sobr. fruta	Cód. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
3ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cod. 59 Arroz doce Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 500 Feijão Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Carne moída Sobr. fruta	Cod. 177 Leite batido com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
6ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Isca de fígado Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME

Plano Alimentar - Escolar - Turno Único - 2026

SEMANA A		Período: Maio a setembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Cod. 451 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Cód.146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cód. 102 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 406 Arroz Feijão Frango oriental (cenoura, abo- brinha e couve-flor) Sobr. fruta	Cod. 175 Leite com café Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta	Cod. 177 Leite com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
6ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com bana- na) Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolar - Turno Único - 2026

SEMANA B		Período: Maio a setembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 59 Arroz doce Fruta
3ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 453 Arroz Feijão Frango à caçadora (frango com cenoura) Aipim sauté Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Cód. 173 Leite batido com abacate Fruta	Cod. 494 Arroz Feijão Carne colorida (carne, cenoura e ovo) Batata doce assada Sobr. fruta	Cod. 174 Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta
5ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 505 Arroz Feijão Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha Sobr. fruta	Cód. 176 Leite com café Pão com ovo e cenoura Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME

Plano Alimentar - Escolar - Turno Único - 2026

SEMANA C		Período: Maio a setembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cod. 51 Canjica Fruta
3ª feira	Cód. 133 Leite batido banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta	Cod. 162 Leite batido com bana- na Pão com patê de fran- go, feijão fradinho, to- mate e salsa Fruta
4ª feira	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia Fruta	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cod. 177 Leite batido com bana- na Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Iscas de fígado Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 168 Smoothie de banana (Leite batido com bana- na) Pão com ovo mexido Fruta
6ª feira	Cod. 173 Leite batido com abaca- te Fruta	Cod. 563 Arroz Feijão Frango ao molho Vagem refogada Beterraba cozida Sobr. fruta	Cod. 174 Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME

Plano Alimentar - Escolar - Turno Único - 2026

SEMANA D		Período: Maio a setembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 815 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de couve Sobr. fruta	Cod. 62 Leite batido com bana- na, maçã e aveia Fruta
4ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 411 Arroz Feijão Carne refogada Purê de inhame Sobr. fruta	Cod. 177 Leite batido com bana- na Pão com ovo e cenou- ra Fruta
5ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com bana- na) Fruta
6ª feira	Cód. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Cód. 532 Feijão Fusilli colorido (cenoura e bró- colis) Frango refogado Sobr. fruta	Cod. 177 Leite batido com bana- na Pão com ovo e cenou- ra Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolar - Turno Único - 2026

Ceia de Natal	Lanche para atividades externas
<p>Cod. 85</p> <p>Arroz à grega</p> <p>Feijão carioca</p> <p>Frango ao molho de laranja</p> <p>Batata sauté ou assada</p> <p>Salada de alface e tomate</p> <p>Salada de frutas</p> <p>Suco de uva</p>	<p>Cod. 143</p> <p>Suco de frutas individual</p> <p>Biscoito individual salgado</p> <p>Queijo processado UHT</p> <p>Fruta</p> <p>Água mineral (500ml)</p>



**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

Guia Alimentar

PLANO ALIMENTAR - ANEXO 5

Escolas Especiais - 2026

Este material é parte integrante do Guia Alimentar
do Programa Nacional de Alimentação Escolar
destinado às Escolas Municipais da
Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

SEMANA A		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro
	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 560 Arroz Feijão Omelete ou ovo mexido Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobr. fruta
3ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga	Cod. 470 Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobr. fruta
4ª feira	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 426 Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobr. fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 450 Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobr. fruta
6ª feira	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

SEMANA B		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro
	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Cod. 100 Leite batido com maçã	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta
3ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta
4ª feira	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 357 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobr. fruta
5ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta
6ª feira	Cod. 71 Mingau de aveia	Cod. 394 Espaguete à Primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobr. fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

SEMANA C		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro
	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta
3ª feira	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 508 Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobr. fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga	Cod. 443 Arroz Feijão Isclas de fígado aceboladas Batata assada ou sauté Sobr. fruta
5ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 437 Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobr. fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

SEMANA D		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro
	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 420 Arroz com cenoura e passas Feijão Ovo mexido Batata em camadas Sobr. fruta
3ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana , maçã e aveia	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta
4ª feira	Cod. 71 Mingau de aveia	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta
5ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga	Cod. 500 Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e tomate) Feijão Carne moída Sobr. fruta
6ª feira	Cod. 72 Leite batido com maracujá e banana	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Isca de fígado Purê de batata Sobr. fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

SEMANA A		Período: Maio a setembro
	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 451 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta
3ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta
4ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 406 Arroz Feijão Frango oriental (cenoura, abobrinha e couve - flor) Sobr. fruta
5ª feira	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta
6ª feira	Cod. 173 Leite batido com abacate	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

SEMANA B		Período: Maio a setembro
	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta
3ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga	Cod. 453 Arroz Feijão Frango à caçadora (frango com cenoura) Aipim sauté Sobr. fruta
4ª feira	Cod. 173 Leite batido com abacate	Cod. 494 Arroz Feijão Carne colorida (carne, cenoura e ovo) Batata doce assada Sobr. fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta
6ª feira	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 505 Arroz Feijão Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha Sobr. fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

SEMANA C		Período: Maio a setembro
	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta
3ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta
5ª feira	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Iscas de fígado Purê de batata Sobr. fruta
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 563 Arroz Feijão Frango ao molho Vagem refogada Beterraba cozida Sobr. fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

SEMANA D		Período: Maio a setembro
	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta
3ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana , maçã e aveia	Cod. 815 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de couve Sobr. fruta
4ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 411 Arroz Feijão Carne refogada Purê de inhame Sobr. fruta
5ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta
6ª feira	Cod. 173 Leite batido com abacate	Cod. 532 Feijão Fusilli colorido (cenoura e brócolis) Frango refogado Sobr. fruta

Sugestões de adaptações nos cardápios para atendimento à necessidades especiais na alimentação

As sugestões de modificações na consistência e fracionamento dos alimentos/preparações visam possibilitar as adequações dos cardápios para atendimento aos alunos com necessidades específicas na alimentação.

Alimentos	Sugestões de adaptações na forma de preparo, quando necessário			
Abóbora	Amassar	Picar	Purê	Creme
Abobrinha	Amassar	Picar	Creme	Ralar
Aipim	Amassar	Creme		
Arroz	Cozinhar bem	Amassar	Bater no feijão	Papa
Banana	Amassar	Picar	Cozinhar/Assar	Bater no leite
Batata doce ou inglesa	Amassar	Creme	Purê	
Berinjela	Amassar	Creme		
Beterraba	Amassar	Picar	Creme	
Brócolis	Bater com feijão			
Carne	Moer	Picar	Desfiar	Creme
Cenoura	Amassar	Picar	Ralar	Purê
Chuchu	Amassar	Picar	Creme	
Couve	Bater com feijão			
Couve-flor	Bater com feijão	Creme		
Feijão	Amassar	Bater	Coar	
Fígado	Picar	Moer	Creme	
Frango	Desfiar	Picar	Moer	Creme
Laranja/tangerina/melancia/abacaxi	Picar	Suco		
Macarrão	Amassar	Bater com feijão		
Maçã	Ralar	Suco/Creme	Cozinhar/Assar	Bater no leite
Mamão	Picar	Amassar	Bater no leite	Creme
Ovo	Amassar	Picar	Omelete	Mexido
Quiabo	Bater com feijão			
Repolho	Bater com feijão	Moer		
Vagem	Bater com feijão			

Atendimento às necessidades nutricionais específicas

Para atendimento a alunos com necessidades especiais de alimentação, a Unidade Escolar deverá encaminhar à Unidade Nutrição e Segurança Alimentar Annes Dias a prescrição médica ou de nutricionista, atualizada com quadro clínico e demais informações conforme Comunicado nº 01/2026.

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

As sugestões de modificações na consistência e fracionamento dos alimentos/preparações visam possibilitar as adequações dos cardápios para atendimento aos alunos com necessidades específicas na alimentação.

Adaptações para necessidades especiais na alimentação					
Semana A					
Período: Janeiro a Abril/Outubro a Dezembro					
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche especial	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod.133 Papa de leite batido com banana e pão	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 114 Papa de leite com café e pão	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana
Semana B					
Lanche especial	Cod. 100 Leite batido com maçã	Cod.133 Papa de leite batido com banana e pão	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 71 Mingau de aveia
Semana C					
Lanche especial	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod.133 Papa de leite batido com banana e pão	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 114 Papa de leite com café e pão
Semana D					
Lanche especial	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 71 Mingau de aveia	Cod.133 Papa de leite batido com banana e pão	Cod. 72 Leite batido com maracujá e banana



Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

As sugestões de modificações na consistência e fracionamento dos alimentos/preparações visam possibilitar as adequações dos cardápios

Adaptações para necessidades especiais na alimentação													
Semana A													
	2ª feira		3ª feira		4ª feira		5ª feira		6ª feira		Sábado		
	Cod. 560	Arroz papa	Arroz papa com cenoura	Cod. 470	Arroz papa com cenoura	Cod. 426	Arroz papa	Cod. 450	Arroz papa	Cod. 497	Arroz papa amassada	Cod. 414	Arroz papa com cenoura amassada
ALMOÇO (Pastosa)		Feijão liquidificado com vagem Ovo mexido Creme de beterraba com chuchu Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Feijão liquidificado com tomate Frango desfiado com creme de batata Sob: fruta cozida ou creme de fruta		Tutu de feijão carioca liquidificado Carne moída Creme de couve Sob: fruta cozida ou creme de fruta		Feijão liquidificado Frango desfiado Creme de abóbora, berinjela e abobrinha Sob: fruta cozida ou creme de fruta		Feijão liquidificado Peixe desfiado Creme de batata, beterraba e chuchu Sob: fruta cozida ou creme de fruta		Feijão liquidificado Figado moído Purê de batata Sob: fruta cozida ou creme de fruta		Feijão liquidificado Figado moído Purê de batata Sob: fruta cozida ou creme de fruta
ALMOÇO (Líquida)		Feijão Amigo Sopa Creme de legumes Sob: Creme de frutas	Feijão Amigo Sob: Creme de fruta		Sopa creme de abóbora Sob: Creme de fruta		Sopa creme de abóbora Sob: Creme de fruta		Feijão Amigo Sopa Marinheiro Sob: Creme de fruta		Feijão Amigo Sopa Marinheiro Sob: Creme de fruta		Sopa de feijão III Sob: Creme de fruta
Semana B													
	2ª feira		3ª feira		4ª feira		5ª feira		6ª feira		Sábado		
	Cód. 551	Arroz papa Feijão liquidificado Ovo mexido Creme de abóbora Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Arroz papa Tutu de feijão liquidificado Frango desfiado Creme de beterraba Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cód. 408	Arroz papa Tutu de feijão liquidificado Frango desfiado Creme de beterraba Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cód. 357	Arroz papa com cenoura amassada Feijão liquidificado Carne moída Creme de batata Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cód. 445	Arroz papa Feijão liquidificado com quiabo Frango desfiado Purê de abóbora Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cód. 394	Macarrão amassado Feijão liquidificado com repolho roxo Frango desfiado Creme de abobrinha com brócolis Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cód. 511	Arroz papa Feijão liquidificado com vagem Carne moída Creme de batata Sob: fruta cozida ou creme de fruta
ALMOÇO (Líquida)		Sopa de feijão II Sob: Creme de fruta	Feijão Amigo Sopa creme rosada Sob: Creme de fruta		Sopa creme de batata Sob: Creme de fruta		Sopa creme de abóbora Sob: Creme de fruta		Feijão Amigo Sopa creme de abobrinha Sob: Creme de fruta		Feijão Amigo Sopa creme de abobrinha Sob: Creme de fruta		Sopa de feijão I Sob: Creme de fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

As sugestões de modificações na consistência e fracionamento dos alimentos/preparações visam possibilitar as adequações dos cardápios para atendimento aos alunos com necessidades específicas na alimentação.

Adaptações para necessidades especiais na alimentação						
Semana C						
		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro				
		2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
		Cod. 497	Cod. 508	Cod. 443	Cod. 551	Cod. 437
		Arroz papa	Arroz papa	Arroz papa	Arroz papa	Arroz papa
		Feijão liquidificado	Feijão liquidificado com repolho	Feijão liquidificado	Feijão liquidificado	Feijão liquidificado com couve
		Peixe desfiado	Frango desfiado	Fígado moído	Ovo mexido	Carne moída
		Creme de batata, beterraba e chuchu	Creme de cenoura com batata	Creme de batata	Creme de abóbora	Creme de chuchu com cenoura
		Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta
		Feijão Amigo	Sopa de feijão especial	Sopa de feijão III	Sopa de feijão II	Sopa de feijão Especial
		Sopa Marinheiro	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta
		Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta
Semana D						
		2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
		Cod. 420	Cod. 408	Cod. 445	Cod. 500	Cod. 414
		Arroz papa com cenoura amassada	Arroz papa	Arroz papa	Arroz papa	Arroz papa com cenoura amassada
		Feijão liquidificado	Tutu de feijão liquidificado	Feijão liquidificado com quiabo	Feijão liquidificado com tomate	Feijão liquidificado
		Ovo mexido	Frango desfiado	Frango desfiado	Carne moída	Fígado moído
		Creme de batata	Creme de beterraba	Creme de abóbora	Creme de macarrão	Purê de batata
		Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta
		Feijão Amigo	Feijão Amigo	Feijão amigo	Sopa de feijão especial	Sopa de feijão III
		Canja	Sopa creme rosada	Sopa de creme de abóbora	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta
		Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta
		Feijão liquidificado com macarrão	Carne moída	Creme de chuchu	Sopa de feijão I	Sopa de feijão I
		Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta
		Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta	Sob. Creme de fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

As sugestões de modificações na consistência e fracionamento dos alimentos/preparações visam possibilitar as adequações dos cardápios para atendimento aos alunos com necessidades específicas na alimentação.

Adaptações para necessidades especiais na alimentação					
Semana A					
Período: Maio a Setembro					
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche especial	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod.133 Papa de leite batido com banana e pão	Cod. 91 Leite batido com banana, mamão	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 173 Leite batido com abacate
Semana B					
Lanche especial	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod.133 Papa de leite batido com banana e pão	Cod. 173 Leite batido com abacate	Cod. 114 Papa de leite com café e pão	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia
Semana C					
Lanche especial	Cod. 62 Leite batido com maçã, banana e aveia	Cod. 91 Leite batido com banana, mamão	Cod.133 Papa de leite batido com banana e pão	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 114 Papa de leite com café e pão
Semana D					
Lanche especial	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 91 Leite batido com banana, mamão	Cod.133 Papa de leite batido com banana e pão	Cod. 173 Leite batido com abacate

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

As sugestões de modificações na consistência e fracionamento dos alimentos/preparações visam possibilitar as adequações dos cardápios para atendimento aos alunos com necessidades específicas na alimentação.

Adaptações para necessidades especiais na alimentação						
Semana A						Período: Maio a setembro
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado
ALMOÇO (Pastosa)	Cod. 451 Arroz papa Feijão liquidificado com vagem	Cod. 535 Arroz papa Feijão liquidificado com tomate Peixe desfiado	Cod. 406 Arroz papa Feijão liquidificado com couve-flor Frango desfiado	Cod. 482 Arroz papa com cenoura amassada Feijão liquidificado	Cod. 412 Arroz papa Feijão carioca liquidificado	Cod. 443 Arroz papa com cenoura Feijão liquidificado
	Ovo mexido	Creme de aipim com cenoura	Creme de cenoura com abobrinha	Frango desfiado	Frango desfiado	Fígado moído
	Creme de chuchu Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Creme de batata Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Purê de batata doce Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Creme de batata Sob: fruta cozida ou creme de fruta
ALMOÇO (Líquida)	Feijão Amigo Sopa Marinheiro Sob. Creme de fruta	Feijão Amigo Sopa Marinheiro Sob. Creme de fruta	Feijão Amigo Canja Sob. Creme de fruta	Feijão Amigo Canja Sob. Creme de fruta	Feijão amigo Canja Sob. Creme de fruta	Sopa de feijão III Sob. Creme de fruta
Semana B						
	Cod. 551 Arroz papa	Cod. 453 Arroz papa com cenoura amassada	Cod. 494 Arroz papa com cenoura amassada	Cod. 497 Arroz papa	Cod. 505 Arroz papa	Cod. 486 Arroz papa
ALMOÇO (Pastosa)	Feijão liquidificado	Feijão liquidificado	Tutu de feijão liquidificado	Feijão liquidificado	Feijão liquidificado	Feijão liquidificado com vagem
	Ovo mexido	Frango desfiado	Carne moída com ovo cozido amassado	Peixe desfiado	Frango desfiado	Frango desfiado
	Creme de abóbora	Creme de aipim	Creme de batata doce	Purê de batata, beterraba e chuchu	Creme de abóbora com abobrinha	Feijão liquidificado com vagem
	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Sob: fruta cozida ou creme de fruta
ALMOÇO (Líquida)	Sopa de feijão II Sob. Creme de fruta	Sopa creme de abóbora Sob. Creme de fruta	Sopa de feijão I Sob. Creme de fruta	Sopa de feijão III Sob. Creme de fruta	Sopa de feijão I Sob. Creme de fruta	Feijão Amigo Sopa girassol I Sob. Creme de fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

As sugestões de modificações na consistência e fracionamento dos alimentos/preparações visam possibilitar as adequações dos cardápios para atendimento aos alunos com necessidades específicas na alimentação.

Adaptações para necessidades especiais na alimentação						
Semana C		Período: Maio a setembro				
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado
ALMOÇO (Pastosa)	Cod. 562 Arroz papa Feijão liquidificado com repolho Ovo mexido Creme de abobrinha Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cod. 535 Arroz papa Feijão liquidificado com tomate Peixe desfiado Creme de apim com cenoura Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cod. 412 Arroz papa Feijão liquidificado Frango desfiado Purê de batata doce Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cod. 414 Arroz papa com cenoura Feijão carioca liquidificado Figado moído Purê de batata Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cod. 563 Arroz papa Feijão liquidificado com vagem Frango desfiado Creme de beterraba Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cod. 438 Arroz papa Feijão liquidificado (com couve) Carne moída Sob: fruta cozida ou creme de fruta
ALMOÇO (Líquida)	Feijão Amigo Sopa girassol Sob: Creme de fruta	Feijão Amigo Sopa Marinheirol Sob: Creme de fruta	Feijão Amigo Canja Sob: Creme de fruta	Sopa de feijão III Sob: Creme de fruta	Feijão Amigo e Sopa creme de batata doce Sob: Creme de fruta	Sopa de feijão Especial Sob: Creme de fruta
Semana D		Período: Maio a setembro				
	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira	Sábado
ALMOÇO (Pastosa)	Cod. 562 Arroz papa Feijão liquidificado com repolho Ovo mexido Creme de abobrinha Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cod. 815 Arroz papa Tutu de feijão Creme de couve Frango desfiado Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cod. 411 Arroz papa Feijão liquidificado Carne moída Purê de inhame Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cod. 482 Arroz papa com cenoura amassada Feijão liquidificado Frango desfiado Creme de cenoura com fusilli Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cod. 532 Feijão liquidificado com brócolis Frango desfiado Creme de cenoura com fusilli Sob: fruta cozida ou creme de fruta	Cod. 508 Arroz papa com cenoura Feijão liquidificado Frango desfiado Salada de gravatinha bem cozida Sob: fruta cozida ou creme de fruta
ALMOÇO (Líquida)	Feijão Amigo Sopa girassol II Sob: Creme de fruta	Sopa de feijão especial Sob: Creme de fruta	Sopa de feijão I Sob: Creme de fruta	Feijão Amigo Canja Sob: Creme de fruta	Sopa de feijão especial Sob: Creme de fruta	Sopa de feijão especial Sob: Creme de fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - Escolas Especiais - 2026

Ceia de Natal

Cod. 85

Arroz à grega

Feijão carioca

Frango ao molho de laranja

Batata sauté ou assada

Salada de alface e tomate

Salada de frutas

Suco de uva



**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

PLANO ALIMENTAR - ANEXO 6

**GINÁSIO EDUCACIONAL OLÍMPICO
GEO ANOS INICIAIS - 2026**

Este material é parte integrante do Guia Alimentar
do Programa Nacional de Alimentação Escolar
destinado às Escolas Municipais da
Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS INICIAIS - 2026

SEMANA A		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro		
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com maçã, banana e aveia Fruta	Cod.26 Suco integral	Cod. 560 Arroz Feijão Omelete ou ovo mexi- do Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobr. fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cod.114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 34 Suco de melancia com beterraba	Cod. 470 Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e fran- go) Salada de cenoura e tomate Sobr. fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexi- do Fruta
4ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexi- do Fruta	Cod. 36 Suco de abacaxi com hortelã	Cod. 426 Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobr. fruta	Cod. 175 Leite com café Pão com pastinha de tomate e oréga- no Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 450 Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de bana- na (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS INICIAIS - 2026

SEMANA B		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro		
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omele- te Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 51 Canjica Fruta
3ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo me- xido Fruta
4ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 37 Suco de abacaxi com Limão	Cod. 357 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assa- da Sobr. fruta	Cod. 174 Leite com café Pão com fran- go, cenoura, maçã e cebola Fruta
5ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexi- do Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, as- sada ou purê de abó- bora Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de bana- na (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 31 Suco de melão com limão	Cod. 394 Espaguete à Primavera (abobrinha, brócolis e repolho) Feijão Frango guisado Sobr. fruta	Cód. 176 Leite com café Pão com ovo e pastinha de cenou- ra Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS INICIAIS - 2026

SEMANA C		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro		
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 27 Limonada com hortelã	Cod. 508 Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e re- polho roxo Sobr. fruta	Cod. 162 Leite batido com banana Pão com patê de frango, feijão fra- dinho, cenoura, tomate e salsa Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 25 Suco de maracujá com cenoura	Cod. 443 Arroz Feijão Iscas de fígado acebo- ladas Batata assada ou sau- té Sobr. fruta	Cód. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexi- do Fruta	Cod. 34 Suco de melancia com beterraba	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omele- te Abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de ba- nana (Leite bati- do com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 437 Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobr. fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo me- xido Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS INICIAIS - 2026

SEMANA D		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro		
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 72 Leite batido com maracujá e banana Fruta	Cod.26 Suco integral	Cod. 420 Arroz com cenoura e passas Feijão Ovo mexido Batata em camadas Sobr. fruta	Cód. 88 Smoothie de bana- na (Leite batido com banana) Fruta
3ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexi- do Fruta	Cod. 32 Suco laranja com cenoura	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cod. 59 Arroz doce Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 31 Suco de melão com limão	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexi- do Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 500 Feijão Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Carne moída Sobr. fruta	Cod. 177 Leite batido com banana Pão com ovo e ce- noura Fruta
6ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 37 Suco de abacaxi com limão	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Isca de fígado Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexi- do Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS INICIAIS - 2026

SEMANA A		Período: Maio a setembro		
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 451 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cód. 102 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 25 Suco de maracujá com cenoura	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 406 Arroz Feijão Frango oriental (cenoura, abobrinha e couve-flor) Sobr. fruta	Cod. 175 Leite com café Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta	Cod. 177 Leite batido com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
6ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 27 Limonada com hortelã	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cod. 114 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS INICIAIS - 2026

SEMANA B		Período: Maio a setembro		
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou o- melete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 59 Arroz doce Fruta
3ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 25 Suco de maracujá com cenoura	Cod. 453 Arroz Feijão Frango à caçadora (frango com cenou- ra) Aipim sauté Sobr. fruta	Cod.166 Leite com café Pão com ovo mexi- do Fruta
4ª feira	Cód. 173 Leite batido com abacate Fruta	Cod. 27 Limonada com horte- lã	Cod. 494 Arroz Feijão Carne colorida (carne, cenoura e ovo) Batata doce assada Sobr. fruta	Cod. 174 Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta
5ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de bata- ta inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de bana- na (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 505 Arroz Feijão Frango guisado Escondidinho de abóbora com abo- brinha Sobr. fruta	Cód. 176 Leite com café Pão com ovo e ce- noura Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS INICIAIS - 2026

SEMANA C		Período: Maio a setembro		
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legu- mes (repolho) Salada de abobri- nha Sobr. fruta	Cod. 51 Canjica Fruta
3ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana, Pão com manteiga Fruta	Cod. 25 Suco de maracujá com cenoura	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta	Cod. 162 Leite batido com banana Pão com patê de frango, feijão fradi- nho, tomate e salsa Fruta
4ª feira	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia Fruta	Cod. 27 Limonada com hor- telã	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cod. 177 Leite batido com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Isclas de fígado Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 168 Smoothie de bana- na (Leite batido com banana) Pão com ovo mexi- do Fruta
6ª feira	Cod. 173 Leite batido com abacate Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 563 Arroz Feijão Frango ao molho Vagem refogada Beterraba cozida Sobr. fruta	Cod. 174 Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS INICIAIS - 2026

SEMANA D		Período: Maio a setembro		
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 815 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de couve Sobr. fruta	Cód. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta
4ª feira	Cod.114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 411 Arroz Feijão Carne refogada Purê de inhame Sobr. fruta	Cod. 177 Leite com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 27 Limonada com hortelã	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cód. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Cod. 25 Suco de maracujá com cenoura	Cod. 532 Feijão Fusilli colorido (brócolis e cenoura) Frango refogado Sobr. fruta	Cod. 177 Leite com banana Pão com ovo e cenoura Fruta

Programa Nacional de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS INICIAIS - 2026

Ceia de Natal	Lanche para atividades externas
<p>Cod. 85</p> <p>Arroz à grega</p> <p>Feijão carioca</p> <p>Frango ao molho de laranja</p> <p>Batata sauté ou assada</p> <p>Salada de alface e tomate</p> <p>Salada de frutas</p> <p>Suco de uva</p>	<p>Cod. 143</p> <p>Suco de frutas individual</p> <p>Biscoito individual salgado</p> <p>Queijo processado UHT</p> <p>Fruta</p> <p>Água mineral (500ml)</p>



**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

Guia Alimentar

PLANO ALIMENTAR - ANEXO 7

**GINÁSIO EDUCACIONAL OLÍMPICO
GEO ANOS FINAIS - 2026**

Este material é parte integrante do Guia Alimentar
do Programa Nacional de Alimentação Escolar
destinado às Escolas Municipais da
Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS FINAIS - 2026

SEMANA A		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro			
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (sem forno)
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta	Cod.26 Suco integral	Cod. 560 Arroz Feijão Omelete ou ovo mexido Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobr. fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 34 Suco de melancia com beterraba	Cod. 470 Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobr. fruta	Cód. 97 Leite batido com maçã e banana Assado de milho com cenoura e abobrinha Fruta	Cód. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana)
4ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 36 Suco de abacaxi com hortelã	Cod. 426 Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Salada de tomate e pepino Sobr. fruta	Cód. 99 Leite com café Bolo de laranja Fruta	Cód. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 450 Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	Cód. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta
6ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cód. 168 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com ovo mexido Fruta	Cód. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS FINAIS - 2026

SEMANA B		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro			
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (sem forno)
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 51 Canjica Fruta	Cód. 51 Canjica Fruta
3ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cód. 127 Suco de laranja com cenoura Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta	Cód. 127 Suco de laranja com cenoura Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta
4ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 37 Suco de abacaxi com Limão	Cod. 357 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Salada de alface Sobr. fruta	Cód. 165 Leite com café Bolo de banana Fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cód. 108 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com manteiga Fruta	Cód. 108 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com manteiga Fruta
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 31 Suco de melão com limão	Cód. 394 Espaguete à Primavera (abobrinha, brócolis e repolho) Feijão Frango guisado Sobr. fruta	Cód. 149 Suco de maracujá Assado de frango Fruta	Cód. 176 Leite com café Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS FINAIS - 2026

SEMANA C					
Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro					
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (sem forno)
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 167 Leite com café Bolo de fubá Fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 27 Limonada com hortelã	Cod. 508 Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobr. fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 25 Suco de maracujá com cenoura	Cod. 443 Arroz Feijão Isclas de fígado a-ceboladas Batata assada ou sauté Salada de alface Sobr. fruta	Cod. 149 Suco de maracujá Assado de frango Fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 34 Suco de melancia com beterraba	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 108 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com manteiga Fruta	Cód. 108 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com manteiga Fruta
6ª feira	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 437 Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobr. fruta	Cód. 158 Suco de maracujá Quibe de forno Salada de alface e tomate Fruta	Cód. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS FINAIS - 2026

SEMANA D		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro			
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (sem forno)
2ª feira	Cod. 72 Leite batido com maracujá e banana Fruta	Cod.26 Suco integral	Cod. 420 Arroz com cenoura e passas Feijão Ovo mexido Batata em camadas Salada de tomate Sobr. fruta	Cod. 59 Arroz doce Fruta	Cód. 59 Arroz doce Fruta
3ª feira	Cod.166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 32 Suco laranja com cenoura	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cód. 99 Leite com café Bolo de laranja Fruta	Cód. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 31 Suco de melão com limão	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 97 Leite batido com maçã e banana Assado de milho de milho com cenoura e abobrinha Fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha com cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 500 Feijão Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Carne moída Salada de tomate Sobr. fruta	Cód. 169 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com omelete Fruta	Cód. 169 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com omelete Fruta
6ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 37 Suco de abacaxi com limão	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Isca de fígado Purê de batata Salada de alface Sobr. fruta	Cod. 155 Suco de maracujá Escondidinho de frango Fruta	Cod. 128 Limonada com hortelã Lanchinho de carne moída Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS FINAIS - 2026

SEMANA A		Período: Maio a setembro			
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (sem forno)
2ª feira	Cod. 35 Leite batido com banana, mamão e a- veia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 451 Feijão Arroz Ovo mexido ou omelete Chuchu com va- gem sauté Sobr. fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapi- oca Fruta
3ª feira	Cod. 102 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 25 Suco de ma- racujá com cenoura	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim Salada de feijão fradinho com toma- te Sobr. fruta	Cod. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	Cod. 153 Suco de abaca- xi com limão Pão com fran- go, cenoura, maçã e cebola Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de ma- racujá com mamão	Cod. 406 Arroz Feijão Frango Oriental (cenoura, abobri- nha e couve-flor) Sobr. fruta	Cod. 99 Leite com café Bolo de laranja Fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de la- ranja com cenoura	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Salada de alface Sobr. fruta	Cod. 149 Suco de maracujá Assado de frango Fruta	Cód. 108 Smoothie de banana (Leite batido com ba- nana) Pão com man- teiga Fruta
6ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 27 Limonada com hortelã	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata do- ce Sobr. fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenou- ra Fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS FINAIS - 2026

SEMANA B		Período: Maio a setembro			
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (sem forno)
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 51 Canjica Fruta	Cod. 51 Canjica Fruta
3ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 25 Suco de maracujá com cenoura	Cod. 453 Arroz Feijão Frango à caçadora (frango com cenoura) Aipim sauté Sobr. fruta	Cod. 158 Suco de maracujá Quibe de forno Salada de alface e tomate Fruta	Cod. 168 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Cod. 173 Leite batido com abacate Fruta	Cod. 27 Limonada com hortelã	Cod. 494 Arroz Feijão Carne colorida (carne, cenoura e ovo) Batata doce assada Salada de tomate Sobr. fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 32 Suco de maracujá com mamão	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 128 Limonada com hortelã Lanchinho de carne moída Fruta	Cod. 128 Limonada com hortelã Lanchinho de carne moída Fruta
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de laranja com cenoura	Cod. 505 Arroz Feijão Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha Salada de alface Sobr. fruta	Cod. 165 Leite com café Bolo de banana Fruta	Cod. 174 Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS FINAIS - 2026

SEMANA C						Período: Maio a setembro
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (sem forno)	
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cod. 99 Leite com café Bolo de laranja Fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	
3ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 25 Suco de maracujá com cenoura	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de feijão fradinho com tomate Sobr. fruta	Cod. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	Cod. 153 Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	
4ª feira	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia Fruta	Cod. 27 Limonada com hortelã	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	
5ª feira	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Isclas de fígado Purê de batata Salada de alface Sobr. fruta	Cod. 168 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 168 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com ovo mexido Fruta	
6ª feira	Cod. 173 Leite batido com abacate Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 563 Arroz Feijão Frango ao molho Vagem refogada Beterraba cozida Sobr. fruta	Cod. 157 Suco de maracujá Escondidinho de carne Fruta	Cod. 162 Leite batido com banana Pão com patê de frango, feijão fradinho, tomate e salsa Fruta	

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS FINAIS - 2026

SEMANA D						Período: Maio a setembro
	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (sem forno)	
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta	Cod. 26 Suco integral	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cod. 59 Arroz doce Fruta	Cod. 59 Arroz doce Fruta	
3ª feira	Cod.114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 28 Suco de maracujá com mamão	Cod. 815 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de couve Salada de alface e pepino Sobr. fruta	Cod. 158 Suco de maracujá Quibe de forno Salada de alface e tomate Fruta	Cod. 173 Leite batido com abacate Fruta	
4ª feira	Cód. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 32 Suco de laranja com cenoura	Cod. 411 Arroz Feijão Carne refogada Purê de inhame Sobr. fruta	Cod. 167 Leite com café Bolo de fubá Fruta	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	
5ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 27 Limonada com hortelã	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Salada de alface Sobr. fruta	Cod. 108 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com manteiga Fruta	Cód. 108 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com manteiga Fruta	
6ª feira	Cód. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Cod. 25 Suco de maracujá com cenoura	Cod. 532 Fusilli colorido (fusilli, cenoura, brócolis e tomate) Feijão Frango refogado Sobr. fruta	Cod. 151 Limonada com hortelã Pão com omelete Fruta	Cod. 151 Limonada com hortelã Pão com omelete Fruta	

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - GEO ANOS FINAIS - 2026

Lanche pré competição	Ceia de Natal GEO
<p>Cod. 141 Suco de frutas individual</p> <p>Biscoito individual doce</p> <p>Torrada salgada individual</p> <p>Queijo processado UHT</p> <p>Fruta</p> <p>Água mineral (500ml)</p>	<p>Cod. 82 Arroz à grega</p> <p>Feijão carioca</p> <p>Frango assado ao molho de laranja</p> <p>Batata assada</p> <p>Salada de alface e tomate</p> <p>Salada de frutas com iogurte</p> <p>Suco de uva</p>



**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

Guia Alimentar

PLANO ALIMENTAR - ANEXO 8

**GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO
MILITAR - 2026**

Este material é parte integrante do Guia Alimentar
do Programa Nacional de Alimentação Escolar
destinado às Escolas Municipais da
Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

Programa de Alimentação Escolar - SME
Plano Alimentar - GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR - 2026

SEMANA A			
Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro			
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta	Cod. 560 Arroz Feijão Omelete ou ovo mexido Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobr. fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de Tapioca Fruta
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 470 Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de batata e cenoura Sobr. fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 426 Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobr. fruta	Cod. 175 Leite com café Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 450 Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME
Plano Alimentar - GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR - 2026

SEMANA B		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 51 Canjica Fruta
3ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 357 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobr. fruta	Cod. 174 Leite com café Pão com fran- go, cenoura, maçã e cebo- la Fruta
5ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com bana- na) Fruta
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 394 Espaguete à Primavera (abobrinha, brócolis e repolho) Feijão Frango guisado Sobr. fruta	Cód. 176 Leite com café Pão com ovo e cenoura Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME
Plano Alimentar - GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR - 2026

SEMANA C		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 508 Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobr. fruta	Cod. 162 Leite batido com banana Pão com patê de frango, feijão fradinho, cenoura, tomate e salsa Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 443 Arroz Feijão Isclas de fígado aceboladas Batata assada ou sauté Sobr. fruta	Cód. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 437 Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobr. fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME
Plano Alimentar - GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR - 2026

SEMANA D		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 72 Leite batido com maracujá e banana Fruta	Cod. 420 Arroz com cenoura e passas Feijão Ovo mexido Batata em camadas Sobr. fruta	Cód. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
3ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cod. 59 Arroz doce Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 500 Feijão Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Carne moída Sobr. fruta	Cod. 177 Leite batido com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
6ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cód. 414 Arroz com cenoura Feijão Isca de fígado Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME
Plano Alimentar - GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR - 2026

SEMANA A		Período: Maio a setembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Cod. 451 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Cod. 146 Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Cód. 102 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 406 Arroz Feijão Frango oriental (cenoura, abobrinha e couve-flor) Sobr. fruta	Cod. 175 Leite com café Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta	Cod. 177 Leite batido com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
6ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME
Plano Alimentar - GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR - 2026

SEMANA B		Período: Maio a setembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 59 Arroz doce Fruta
3ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 453 Arroz Feijão Frango à caçadora (frango com cenoura) Aipim sauté Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Cód. 173 Leite batido com abacate Fruta	Cod. 494 Arroz Feijão Carne colorida (carne, cenoura e ovo) Batata doce assada Sobr. fruta	Cod. 174 Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta
5ª feira	Cod. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 505 Arroz Feijão Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha Sobr. fruta	Cód. 176 Leite com café Pão com ovo e cenoura Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME
Plano Alimentar - GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR - 2026

SEMANA C		Período: Maio a setembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cód. 30 Leite batido com maçã e aveia Fruta	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cod. 51 Canjica Fruta
3ª feira	Cód. 133 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta	Cod. 162 Leite batido com banana Pão com patê de frango, feijão fradinho, tomate e salsa Fruta
4ª feira	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia Fruta	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cod. 177 Leite com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Isclas de fígado Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 168 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com ovo mexido Fruta
6ª feira	Cod. 173 Leite batido com abacate Fruta	Cod. 563 Arroz Feijão Frango ao molho Vagem refogada Beterraba cozida Sobr. fruta	Cod. 174 Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME
Plano Alimentar - GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR - 2026

SEMANA D		Período: Maio a setembro	
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cód. 146 Leite com café Cuscuz de Tapioca Fruta
3ª feira	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 815 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de couve Sobr. fruta	Cód. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta
4ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga Fruta	Cod. 411 Arroz Feijão Carne refogada Purê de inhame Sobr. fruta	Cod. 177 Leite com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta	Cod. 88 Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Cód. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Cod. 532 Feijão Fusilli colorido (cenoura e brócolis) Frango refogado Sobr. fruta	Cod. 177 Leite com banana Pão com ovo e cenoura Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME
Plano Alimentar - GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR - 2026

Ceia de Natal	Lanche para atividades externas
<p>Cod. 85</p> <p>Arroz à grega</p> <p>Feijão carioca</p> <p>Frango ao molho de laranja</p> <p>Batata sauté ou assada</p> <p>Salada de alface e tomate</p> <p>Salada de frutas</p> <p>Suco de uva</p>	<p>Cod. 143</p> <p>Suco de frutas individual</p> <p>Biscoito individual salgado</p> <p>Queijo processado UHT</p> <p>Fruta</p> <p>Água mineral (500ml)</p>



**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

Guia Alimentar

PLANO ALIMENTAR - ANEXO 9

EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS EJA - 2026

Este material é parte integrante do Guia Alimentar do Programa Nacional de Alimentação Escolar destinado às Escolas Municipais da Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - EJA - 2026

SEMANA A		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Refeição Láctea	Almoço	Lanche v
2ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 560 Arroz Feijão Omelete ou ovo mexido Salada de beterraba, vagem e chuchu Sobr. fruta	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia Fruta
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 470 Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobr. fruta	Cód. 163 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 426 Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobr. fruta	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Cod. 71 Mingau de aveia	Cod. 450 Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta
6ª feira	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - EJA - 2026

SEMANA B		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Refeição Láctea	Almoço	Lanche V
2ª feira	Cód. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 35 Leite batido com mamão, banana e aveia Fruta
3ª feira	Cód. 114 Leite café Pão com manteiga	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 357 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobr. fruta	Cod. 83 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
6ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 394 Espaguete à Primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobr. fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - EJA - 2026

SEMANA C		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Refeição Láctea	Almoço	Lanche V
2ª feira	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta
3ª feira	Cod.71 Mingau de aveia	Cod. 508 Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobr. fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta
4ª feira	Cod. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 443 Arroz Feijão Isclas de fígado aceboladas Batata assada ou sauté Sobr. fruta	Cód. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta
6ª feira	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 437 Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobr. fruta	Cód. 178 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com patê de frango, feijão fradinho, cenoura e tomate Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - EJA - 2026

SEMANA D		Período: Janeiro a abril / Outubro a dezembro	
	Refeição Láctea	Almoço	Lanche V
2ª feira	Cod. 62 Leite batido com banana, maçã e aveia	Cod. 420 Arroz com cenoura e passas Feijão Ovo mexido Batata em camadas Sobr. fruta	Cód. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 408 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobr. fruta	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia Fruta
4ª feira	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 445 Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobr. fruta	Cod. 73 Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 500 Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Feijão Carne moída Sobr. fruta	Cod. 72 Leite batido com mara- cujá e banana Fruta
6ª feira	Cód. 72 Leite batido com maracu- já e banana	Cód. 414 Arroz com cenoura Feijão Isca de fígado Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - EJA - 2026

SEMANA A		Período: maio a setembro	
	Refeição Láctea	Almoço	Lanche v
2ª feira	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 451 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Cód. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia Fruta
4ª feira	Cod. 71 Mingau de aveia	Cod. 406 Arroz Feijão Frango oriental (cenoura, abobrinha e couve-flor) Sobr. fruta	Cod. 177 Leite com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta	Cod. 163 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga Fruta
6ª feira	Cod. 173 Leite batido com abacate	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - EJA - 2026

SEMANA B		Período: maio a setembro	
	Refeição Láctea	Almoço	Lanche V
2ª feira	Cód. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 551 Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Cód. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
3ª feira	Cód. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 453 Arroz Feijão Frango à caçadora (frango com cenoura) Aipim sauté Sobr. fruta	Cod. 177 Leite com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
4ª feira	Cód. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 494 Arroz Feijão Carne colorida (carne, cenoura e ovo) Batata doce assada Sobr. fruta	Cod. 35 Leite batido com mamão, banana e aveia Fruta
5ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 497 Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobr. fruta	Cod. 83 Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta
6ª feira	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 505 Arroz Feijão Frango guisado Escondidinho de abóbora com abobrinha Sobr. fruta	Cód. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - EJA - 2026

SEMANA C		Período: maio a setembro	
	Refeição Láctea	Almoço	Lanche V
2^a feira	Cód. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cod. 35 Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta
3^a feira	Cod. 71 Mingau de aveia	Cod. 535 Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura ralada com tomate Sobr. fruta	Cod. 161 Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta
4^a feira	Cod. 173 Leite batido com abacate	Cod. 412 Arroz Feijão carioca Frango ensopado Purê de batata doce Sobr. fruta	Cód. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
5^a feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 414 Arroz com cenoura Feijão Isca de fígado Purê de batata Sobr. fruta	Cod. 83 Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta
6^a feira	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 563 Arroz Feijão Frango ao molho Vagem refogada Beterraba cozida Sobr. fruta	Cód. 178 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga Fruta

Programa de Alimentação Escolar - SME Plano Alimentar - EJA - 2026

SEMANA D		Período: maio a setembro	
	Refeição Láctea	Almoço	Lanche V
2ª feira	Cod. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Cod. 562 Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Cód. 137 Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
3ª feira	Cod. 114 Leite com café Pão com manteiga	Cod. 815 Arroz Feijão Frango refogado Farofa de couve Sobr. fruta	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia Fruta
4ª feira	Cod. 89 Leite batido com banana e aveia	Cod. 411 Arroz Feijão Carne refogada Purê de inhame Sobr. fruta	Cod. 177 Leite batido com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Cod. 90 Leite batido com banana	Cod. 482 Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de frango Batata sauté Sobr. fruta	Cod. 173 Leite batido com abacate Fruta
6ª feira	Cód. 91 Leite batido com banana e mamão	Cod. 532 Feijão Frango refogado Fusilli colorido (cenoura e brócolis) Sobr. fruta	Cod. 166 Leite com café Pão com ovo mexido Fruta

**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

Guia Alimentar

ANEXO 10

Comunicado sobre necessidades especiais na alimentação

Este material é parte integrante do Guia Alimentar do Programa Nacional de Alimentação Escolar destinado às Escolas Municipais da Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde
S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

COMUNICADO S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD Nº 01/2026

E/CETIN/CAE/CRE
Unidades de Ensino

Assunto: Orientações para atendimento aos alunos que *necessitem de atenção nutricional individualizada, em virtude de estado ou de condição de saúde específica.*

Sr(a) Diretor(a)

Estamos encaminhando orientações abaixo com a finalidade de otimizar o atendimento às crianças que necessitem de acompanhamento nutricional diferenciado. O **Comunicado Nº02/2025** deverá ser entregue ao responsável pelo(a) aluno (a), **juntamente com as 4 semanas do cardápio escolar**, para no ato da consulta com médico ou nutricionista, ser entregue ao profissional de saúde que acompanha a criança.

O encaminhamento da documentação médica ao UNAD deve ser feito pela Direção da Unidade de Ensino através da Coordenadoria Regional de Educação (CRE) que encaminhará à Coordenadoria de Alimentação Escolar (CAE) e este ao UNAD por meio eletrônico. A devolutiva se dará da mesma forma para que todos estejam cientes e a Direção da Unidade deverá disponibilizar ao responsável pelo (a) aluno (a) uma cópia do Documento de Adaptação elaborado pela UNAD.

Antes de encaminhar à CRE conferir se a documentação está **legível e completa**, contendo:

- Unidade de Saúde e telefone
- Nome da criança; data de nascimento
- Diagnóstico com CID, descrevendo a patologia
- Prescrição dietética elaborada com base no cardápio escolar e orientação nutricional
- Justificativa para compra de alimentos que não fazem parte do cardápio escolar
- Duração do tratamento (em casos transitórios por período curto)
- Data da consulta
- Nome completo e assinatura do profissional de saúde e número da inscrição no conselho e carimbo.

O responsável pelo (a) aluno (a) deverá manter informada a Direção da Unidade de Ensino sempre que houver mudança no tratamento, no estado de saúde ou quando houver indicação de alta. A Direção da Unidade deverá encaminhar essas informações ao UNAD para que sejam feitas as alterações necessárias. Deverá informar também o **tempo de permanência** do (a) aluno (a) na Unidade de Ensino. Será solicitado novo documento Médico/Nutricional, bem como informações complementares, sempre que houver necessidade por parte dos Nutricionistas da Unidade de Nutrição Annes Dias.

Colocamo-nos à disposição para quaisquer esclarecimento.

Atenciosamente,

Unidade de Nutrição Annes



COMUNICADO S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD Nº 02/2026

E/CETIN/CAE/CRE

Unidades de Ensino

Assunto: Alunos matriculados na rede municipal de ensino da Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro, que *necessitem de atenção nutricional individualizada, em virtude de estado ou de condição de saúde específica*, atendidos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar.

Sr(a) Profissional de Saúde,

Estamos encaminhando orientações abaixo com a finalidade de otimizar o atendimento às crianças que necessitem de acompanhamento nutricional diferenciado. A Unidade de Ensino disponibilizara aos responsáveis pelo (a) aluno (a) as 4 semanas do cardápio escolar para levar no dia da consulta médica/nutricional .

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) atende a todos os alunos matriculados na rede Municipal de Ensino do Município do Rio de Janeiro, com o objetivo de garantir o acesso a uma alimentação saudável visando a promoção da saúde e pleno desenvolvimento físico e mental, **inclusive aos que necessitem de atenção específica**. Este programa tem como premissa básica a alimentação como direito humano.

“Para os alunos que necessitem de atenção nutricional individualizada em virtude de estado ou de condição de saúde específica, será elaborado cardápio especial com base em recomendações médicas e nutricionais, avaliação nutricional e demandas nutricionais diferenciadas, conforme regulamento”. - Lei 12.982 de 28/05/2014, Art. 1º, § 2º.

Todos os alunos recebem alimentação adequada à sua faixa etária, suas necessidades nutricionais e tempo de permanência na unidade escolar.

Esclarecemos que nos casos **excepcionais** de crianças com necessidades nutricionais específicas, para viabilizar e acompanhar as adequações que se fizerem necessárias no plano alimentar oferecido na Unidade de Ensino, solicitamos que seja preenchido no receituário, em letra **legível**, os seguintes dados:

- Unidade de Saúde e telefone
- Nome da criança; data de nascimento
- Diagnóstico e CID, descrevendo a patologia
- Prescrição dietética elaborada com base no cardápio escolar e orientação nutricional
- Duração do tratamento (em casos transitórios por período curto)
- Data da consulta
- Nome completo e assinatura do profissional de saúde e número da inscrição no conselho e carimbo.

Colocamo-nos à disposição para quaisquer esclarecimentos.

Atenciosamente,
Unidade de Nutrição Annes Dias
S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

Guia Alimentar

ANEXO 11

Tabela da Composição Nutricional dos cardápios - 2026

Este material é parte integrante do Guia Alimentar
do Programa Nacional de Alimentação Escolar
destinado às Escolas Municipais da
Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

SEGMENTO 1—TURNO ÚNICO—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 4 a 6 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

DESJEJUM

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 30	180,84	28,04	6,49	5,11
Cód. 62	150,66	21,69	6,03	4,75
Cód. 72	128,75	17,87	5,33	4,38
Cód. 73	258,02	34,77	11,08	8,16
Cód. 83	256,10	39,11	8,38	7,55
Cód. 114	233,16	33,37	7,93	7,49
Cód. 133	240,34	36,45	7,83	7,21
Cód. 166	265,86	33,82	11,41	9,22

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	348,04	45,50	16,59	10,94
Cód. 394	288,49	32,55	16,10	10,50
Cód. 408	356,89	49,79	16,02	10,12
Cód. 414	360,99	46,15	16,44	12,12
Cód. 420	361,95	45,26	14,42	13,64
Cód. 426	373,29	49,54	17,91	11,20
Cód. 437	327,88	41,17	16,15	10,76
Cód.443	352,40	41,31	16,30	11,12
Cód.445	346,51	42,48	14,73	13,00
Cód. 450	324,69	41,83	16,12	10,16
Cód. 470	349,71	45,27	16,55	11,32
Cód. 497	363,01	49,45	16,49	11,02
Cód.500	304,21	33,44	17,31	11,35
Cód. 508	327,76	43,84	11,91	11,57
Cód. 551	352,74	42,61	14,22	13,77
Cód. 560	352,11	42,10	14,13	13,90

SEGMENTO 1—TURNO ÚNICO (CONTINUAÇÃO) - VERÃO

LANCHE IV

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 51	275,28	40,66	9,31	8,48
Cód. 59	212,33	37,80	5,49	4,36
Cód. 73	258,02	34,57	11,08	8,16
Cód. 88	143,31	22,51	5,25	4,32
Cód. 114	233,16	33,37	7,93	7,49
Cód. 146	211,68	32,99	7,22	6
Cód. 161	210,80	38,47	6,32	4,00
Cód. 162	241,92	39,61	8,89	5,60
Cód.166	265,86	33,82	11,41	9,22
Cód. 174	259,92	35,42	11,11	8,14
Cód. 175	229,35	34,61	8,33	6,31
Cód. 176	253,48	34,03	10,16	8,37
Cód. 177	266,28	38,74	10,1	8,06

SEGMENTO 1—PARCIAL MANHÃ—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 4- 6 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

REFEIÇÃO LÁCTEA

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 62	150,66	21,69	6,03	4,75
Cód. 71	171,54	24,46	6,79	5,35
Cód. 72	128,75	17,87	5,33	4,38
Cód. 88	143,31	22,51	5,25	4,32
Cód. 89	143,85	20,66	5,85	4,56
Cód.90	128,09	18,00	5,30	4,22
Cód.91	126,75	17,58	5,32	4,23
Cód. 114	233,16	33,37	7,93	7,49
Cód.137	128,43	17,96	5,39	4,24

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	348,04	45,50	16,59	10,94
Cód. 394	288,49	32,55	16,10	10,50
Cód. 408	356,89	49,79	16,02	10,12
Cód. 414	360,99	46,15	16,44	12,12
Cód. 420	361,95	45,26	14,42	13,64
Cód. 426	373,29	49,54	17,91	11,20
Cód. 437	327,88	41,17	16,15	10,76
Cód.443	352,40	41,31	16,30	11,12
Cód.445	346,51	42,48	14,73	13,00
Cód. 450	324,69	41,83	16,12	10,16
Cód. 470	349,71	45,27	16,55	11,32
Cód. 497	363,01	49,45	16,49	11,02
Cód.500	304,21	33,44	17,31	11,35
Cód. 508	327,76	43,84	11,91	11,57
Cód. 551	352,74	42,61	14,22	13,77
Cód. 560	352,11	42,10	14,13	13,90

SEGMENTO 1—PARCIAL TARDE—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 4-6anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	348,04	45,50	16,59	10,94
Cód. 394	288,49	32,55	16,10	10,50
Cód. 408	356,89	49,79	16,02	10,12
Cód. 414	360,99	46,15	16,44	12,12
Cód. 420	361,95	45,26	14,42	13,64
Cód. 426	373,29	49,54	17,91	11,20
Cód. 437	327,88	41,17	16,15	10,76
Cód.443	352,40	41,31	16,30	11,12
Cód.445	346,51	42,48	14,73	13,00
Cód. 450	324,69	41,83	16,12	10,16
Cód. 470	349,71	45,27	16,55	11,32
Cód. 497	363,01	49,45	16,49	11,02
Cód.500	304,21	33,44	17,31	11,35
Cód. 508	327,76	43,84	11,91	11,57
Cód. 551	352,74	42,61	14,22	13,77
Cód. 560	352,11	42,10	14,13	13,90

LANCHE I

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 35	137,98	20,18	5,53	4,27
Cód. 62	150,66	21,69	6,03	4,75
Cód. 72	128,75	17,87	5,33	4,38
Cód. 88	143,31	22,51	5,25	4,32
Cód. 89	143,85	20,66	5,85	4,56
Cód. 90	128,09	18,00	5,30	4,22
Cód. 91	126,75	17,58	5,32	4,23
Cód. 114	233,16	33,37	7,93	7,49
Cód. 137	128,43	17,96	5,39	4,24
Cód. 146	211,68	32,99	7,22	6

SEGMENTO 1—ESCOLAS ESPECIAIS—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 4 a 6 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

LANCHE ESPECIAL

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 62	150,66	21,69	6,03	4,75
Cód. 71	171,54	24,46	6,79	5,35
Cód.72	128,75	17,87	5,33	4,38
Cód. 90	128,09	18,00	5,30	4,22
Cód.91	126,75	17,58	5,32	4,23
Cód.100	117,92	16,41	4,74	3,96
Cód. 114	233,16	33,37	7,93	7,49
Cód. 133	240,34	36,45	7,83	7,21
Cód. 137	128,43	17,96	5,39	4,24

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	348,04	45,50	16,59	10,94
Cód. 394	288,49	32,55	16,10	10,50
Cód. 408	356,89	49,79	16,02	10,12
Cód. 414	360,99	46,15	16,44	12,12
Cód. 420	361,95	45,26	14,42	13,64
Cód. 426	373,29	49,54	17,91	11,20
Cód. 437	327,88	41,17	16,15	10,76
Cód.443	352,40	41,31	16,30	11,12
Cód.445	346,51	42,48	14,73	13,00
Cód. 450	324,69	41,83	16,12	10,16
Cód. 470	349,71	45,27	16,55	11,32
Cód. 497	363,01	49,45	16,49	11,02
Cód.500	304,21	33,44	17,31	11,35
Cód. 508	327,76	43,84	11,91	11,57
Cód. 551	352,74	42,61	14,22	13,77
Cód. 560	352,11	42,10	14,13	13,90

SEGMENTO 3—TURNO ÚNICO INTEGRAL—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 6 a 10 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

DESJEJUM

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 30	234,77	35,47	8,70	6,86
Cód. 62	202,92	29,09	8,16	6,43
Cód.72	172,60	24,10	7,05	5,81
Cód. 73	403,52	52,97	17,70	13,12
Cód. 83	383,37	57,18	12,15	11,93
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 133	366,22	54,91	11,4	11,43
Cód. 166	420,01	51,54	18,37	15,17

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	442,72	54,50	22,25	14,90
Cód. 394	400,40	47,64	20,80	14,14
Cód. 408	438,51	59,13	19,56	13,48
Cód. 414	459,79	55,01	22,01	16,68
Cód. 420	431,70	54,30	16,10	16,73
Cód. 426	454,36	58,16	21,75	14,69
Cód. 437	415,05	48,57	21,67	16,67
Cód.443	451,01	56,09	21,95	15,20
Cód.445	440,86	50,24	19,58	17,88
Cód. 450	395,19	48,54	19,41	15,50
Cód. 470	452,77	58,13	20,70	15,25
Cód. 497	457,26	59,04	21,56	15
Cód.500	430,94	48,80	24,12	15,55
Cód. 508	407,32	53,28	14,55	15,17
Cód. 551	409,65	48,89	15,47	16,69
Cód. 560	416,18	49,68	15,70	17,04

SEGMENTO 3— TURNO ÚNICO INTEGRAL (CONTINUAÇÃO) - VERÃO

LANCHE IV

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 51	355,41	51,54	12,27	11,27
Cód. 59	284,76	52,22	6,86	5,45
Cód. 73	403,52	52,97	17,70	13,12
Cód. 88	191,08	30,02	7,00	5,76
Cód. 114	354,62	50,64	18,37	15,17
Cód. 146	346,17	56,92	10,85	9,01
Cód. 161	326,68	58,07	10,04	6,61
Cód. 162	343,96	57,22	12,39	7,50
Cód. 166	420,01	51,54	18,37	15,17
Cód. 174	388,11	53,93	15,70	12,06
Cód. 175	335,63	52,17	11,89	8,64
Cód. 176	380,51	51,58	15,05	12,38
Cód. 177	401,84	58,43	15,16	12,12

SEGMENTO 3— ESCOLAS ESPECIAIS —VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 6 a 10 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

LANCHE ESPECIAL

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 62	202,92	29,09	8,16	6,43
Cód.71	227,40	32,39	9,01	7,11
Cód.72	172,60	24,10	7,05	5,81
Cód.90	166,72	23,67	6,82	5,43
Cód.91	162,52	22,48	6,81	5,43
Cód.100	163,88	16,78	6,48	5,40
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 133	366,22	54,91	11,4	11,43
Cód. 137	161,90	23,39	6,54	5,16

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	442,72	54,50	22,25	14,90
Cód. 394	400,40	47,64	20,80	14,14
Cód. 408	438,51	59,13	19,56	13,48
Cód. 414	459,79	55,01	22,01	16,68
Cód. 420	431,70	54,30	16,10	16,73
Cód. 426	454,36	58,16	21,75	14,69
Cód. 437	415,05	48,57	21,67	16,67
Cód.443	451,01	56,09	21,95	15,20
Cód.445	440,86	50,24	19,58	17,88
Cód. 450	395,19	48,54	19,41	15,50
Cód. 470	452,77	58,13	20,70	15,25
Cód. 497	457,26	59,04	21,56	15
Cód.500	430,94	48,80	24,12	15,55
Cód. 508	407,32	53,28	14,55	15,17
Cód. 551	409,65	48,89	15,47	16,69
Cód. 560	416,18	49,68	15,70	17,04

SEGMENTO 3—PARCIAL MANHÃ—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 6-10 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

REFEIÇÃO LÁCTEA

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 62	202,92	29,,09	8,16	6,43
Cód. 71	227,40	32,39	9,01	7,11
Cód. 72	172,60	24,10	7,05	5,81
Cód. 89	189,97	26,43	7,93	6,23
Cód. 90	166,72	23,67	6,82	5,43
Cód. 91	162,52	22,48	6,81	5,43
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód.137	161,90	23,39	6,54	5,16

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	442,72	54,50	22,25	14,90
Cód. 394	400,40	47,64	20,80	14,14
Cód. 408	438,51	59,13	19,56	13,48
Cód. 414	459,79	55,01	22,01	16,68
Cód. 420	431,70	54,30	16,10	16,73
Cód. 426	454,36	58,16	21,75	14,69
Cód. 437	415,05	48,57	21,67	16,67
Cód.443	451,01	56,09	21,95	15,20
Cód.445	440,86	50,24	19,58	17,88
Cód. 450	395,19	48,54	19,41	15,50
Cód. 470	452,77	58,13	20,70	15,25
Cód. 497	457,26	59,04	21,56	15
Cód.500	430,94	48,80	24,12	15,55
Cód. 508	407,32	53,28	14,55	15,17
Cód. 551	409,65	48,89	15,47	16,69
Cód. 560	416,18	49,68	15,70	17,04

SEGMENTO 3—PARCIAL TARDE—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 6-10 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	442,72	54,50	22,25	14,90
Cód. 394	400,40	47,64	20,80	14,14
Cód. 408	438,51	59,13	19,56	13,48
Cód. 414	459,79	55,01	22,01	16,68
Cód. 420	431,70	54,30	16,10	16,73
Cód. 426	454,36	58,16	21,75	14,69
Cód. 437	415,05	48,57	21,67	16,67
Cód.443	451,01	56,09	21,95	15,20
Cód.445	440,86	50,24	19,58	17,88
Cód. 450	395,19	48,54	19,41	15,50
Cód. 470	452,77	58,13	20,70	15,25
Cód. 497	457,26	59,04	21,56	15
Cód.500	430,94	48,80	24,12	15,55
Cód. 508	407,32	53,28	14,55	15,17
Cód. 551	409,65	48,89	15,47	16,69
Cód. 560	416,18	49,68	15,70	17,04

LANCHE I

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 35	190,11	28,28	7,50	5,73
Cód. 62	202,92	29,09	8,16	6,43
Cód. 72	172,60	24,10	7,05	5,81
Cód. 88	191,08	30,02	7,00	5,76
Cód. 89	189,97	26,43	7,93	6,23
Cód. 90	166,72	23,67	6,82	5,43
Cód. 91	162,52	22,48	6,81	5,43
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 137	161,90	23,39	6,54	5,16
Cód. 146	346,17	56,92	10,85	9,01

SEGMENTO 3—GEO ANOS INICIAIS—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 6-10 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

DESJEJUM

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 30	234,77	35,47	8,70	6,86
Cód. 62	202,92	29,09	8,16	6,43
Cód. 72	172,60	24,10	7,05	5,81
Cód. 73	403,52	52,97	17,70	13,12
Cód. 83	383,37	57,18	12,15	11,93
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 133	366,22	54,91	11,4	11,43
Cód. 166	420,01	51,54	18,37	15,17

COLAÇÃO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 25	81,42	18,07	1,33	1,10
Cód. 26	120,00	28,00		
Cód. 27	87,00	23,23	0,27	0,03
Cód. 28	82,77	18,70	1,18	1,07
Cód.31	75,49	19,89	0,91	0,02
Cód. 32	105,94	25,74	2,33	0,25
Cód.34	59,60	14,54	1,68	0,34
Cód.36	115,5	29,66	0,71	0,08
Cód.37	102,52	26,77	0,52	0,06

SEGMENTO 3—GEO ANOS INICIAIS (CONTINUAÇÃO) - VERÃO

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	442,72	54,50	22,25	14,90
Cód. 394	400,40	47,64	20,80	14,14
Cód. 408	438,51	59,13	19,56	13,48
Cód. 414	459,79	55,01	22,01	16,68
Cód. 420	431,70	54,30	16,10	16,73
Cód. 426	454,36	58,16	21,75	14,69
Cód. 437	415,05	48,57	21,67	16,67
Cód.443	451,01	56,09	21,95	15,20
Cód.445	440,86	50,24	19,58	17,88
Cód. 450	395,19	48,54	19,41	15,50
Cód. 470	452,77	58,13	20,70	15,25
Cód. 497	457,26	59,04	21,56	15
Cód.500	430,94	48,80	24,12	15,55
Cód. 508	407,32	53,28	14,55	15,17
Cód. 551	409,65	48,89	15,47	16,69
Cód. 560	416,18	49,68	15,70	17,04

LANCHE IV

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 51	355,41	51,54	12,27	11,27
Cód. 59	284,76	52,22	6,86	5,45
Cód. 73	403,52	52,97	17,70	13,12
Cód. 88	191,08	30,02	7,00	5,76
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 146	346,17	56,92	10,85	9,01
Cód. 161	326,68	58,07	10,04	6,61
Cód. 162	343,96	57,22	12,39	7,50
Cód. 166	420,01	51,54	18,37	15,17
Cód. 174	388,11	53,93	15,70	12,06
Cód. 175	335,63	52,17	11,89	8,64
Cód. 176	380,51	51,58	15,05	12,38
Cód. 177	401,85	58,43	15,16	12,12

SEGMENTO 40—PARCIAL MANHÃ—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 11-15 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

REFEIÇÃO LÁCTEA

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód.62	303,93	48,41	10,68	8,25
Cód.71	285,24	40,65	11,29	8,90
Cód.72	235,41	34,90	9,13	7,37
Cód.89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód.90	224,7	34,31	8,35	6,63
Cód.91	212,56	32,12	7,97	6,34
Cód.114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód.137	213,16	30,18	8,98	6,92

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	742,96	87,90	32,66	28,75
Cód. 394	655,94	68,67	32,54	28,08
Cód. 408	787,62	104,24	30,84	27,11
Cód. 414	783,54	90,66	32,80	32,09
Cód. 420	773,11	87,56	28,49	34,27
Cód. 426	802,17	103,89	31,64	28,58
Cód. 437	697,16	77,84	31,81	28,48
Cód.443	750,61	89,09	32,27	29,22
Cód.445	723,48	78,33	28,49	32,66
Cód. 450	671,80	78,67	28,71	26,76
Cód. 470	723,04	85,21	30,56	28,86
Cód. 497	759,28	92,58	32,32	28,98
Cód.500	679,97	70,05	34,02	29,58
Cód. 508	689,71	85,02	22,00	29,2
Cód. 551	736,85	78,80	27,52	34,21
Cód. 560	745,91	79,83	27,83	34,73

SEGMENTO 40—PARCIAL TARDE—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 11-15 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	742,96	87,90	32,66	28,75
Cód. 394	655,94	68,67	32,54	28,08
Cód. 408	787,62	104,24	30,84	27,11
Cód. 414	783,54	90,66	32,80	32,09
Cód. 420	773,11	87,56	28,49	34,27
Cód. 426	802,17	103,89	31,64	28,58
Cód. 437	697,16	77,84	31,81	28,48
Cód.443	750,61	89,09	32,27	29,22
Cód.445	723,48	78,33	28,49	32,66
Cód. 450	671,80	78,67	28,71	26,76
Cód. 470	723,04	85,21	30,56	28,86
Cód. 497	759,28	92,58	32,32	28,98
Cód.500	679,97	70,05	34,02	29,58
Cód. 508	689,71	85,02	22,00	29,2
Cód. 551	736,85	78,80	27,52	34,21
Cód. 560	745,91	79,83	27,83	34,73

LANCHE I

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 35	286,01	45,88	10,14	7,72
Cód. 62	303,93	48,41	10,68	8,25
Cód. 72	235,41	34,90	9,13	7,37
Cód. 88	238,85	37,52	8,75	7,20
Cód. 89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód. 90	224,7	34,31	8,35	6,63
Cód. 91	212,56	32,12	7,97	6,34
Cód. 100	201,58	27,43	8,43	6,90
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 137	213,16	30,18	8,98	6,92
Cód. 146	427,84	69,99	13,52	11,23

SEGMENTO 40 - ESCOLAS ESPECIAIS—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 11 a 15 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

LANCHE ESPECIAL

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 62	303,93	48,41	10,68	8,25
Cód. 71	285,24	40,65	11,29	8,90
Cód.72	235,41	34,90	9,13	7,37
Cód. 89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód.90	224,7	34,31	8,35	6,63
Cód.91	212,56	32,12	7,97	6,34
Cód.100	201,58	27,43	8,43	6,90
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 133	432,28	68,05	12,93	12,45
Cód. 137	213,16	30,18	8,98	6,92

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	742,96	87,90	32,66	28,75
Cód. 394	655,94	68,67	32,54	28,08
Cód. 408	787,62	104,24	30,84	27,11
Cód. 414	783,54	90,66	32,80	32,09
Cód. 420	773,11	87,56	28,49	34,27
Cód. 426	802,17	103,89	31,64	28,58
Cód. 437	697,16	77,84	31,81	28,48
Cód.443	750,61	89,09	32,27	29,22
Cód.445	723,48	78,33	28,49	32,66
Cód. 450	671,80	78,67	28,71	26,76
Cód. 470	723,04	85,21	30,56	28,86
Cód. 497	759,28	92,58	32,32	28,98
Cód.500	679,97	70,05	34,02	29,58
Cód. 508	689,71	85,02	22,00	29,2
Cód. 551	736,85	78,80	27,52	34,21
Cód. 560	745,91	79,83	27,83	34,73

SEGMENTO 40—INTEGRAL - VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 11 a 15 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

DESJEJUM

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 30	305,87	47,95	10,80	8,48
Cód. 62	303,93	48,41	10,68	8,25
Cód. 72	235,41	34,90	9,13	7,37
Cód.73	489,94	66,42	19,52	16,14
Cód. 83	466,69	73,17	14,44	13,39
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 133	432,28	68,05	12,93	12,45
Cód. 166	479,66	61,48	20,17	16,67

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	742,96	87,90	32,66	28,75
Cód. 394	655,94	68,67	32,54	28,08
Cód. 408	787,62	104,24	30,84	27,11
Cód. 414	783,54	90,66	32,80	32,09
Cód. 420	773,11	87,56	28,49	34,27
Cód. 426	802,17	103,89	31,64	28,58
Cód. 437	697,16	77,84	31,81	28,48
Cód.443	750,61	89,09	32,27	29,22
Cód.445	723,48	78,33	28,49	32,66
Cód. 450	671,80	78,67	28,71	26,76
Cód. 470	723,04	85,21	30,56	28,86
Cód. 497	759,28	92,58	32,32	28,98
Cód.500	679,97	70,05	34,02	29,58
Cód. 508	689,71	85,02	22,00	29,2
Cód. 551	736,85	78,80	27,52	34,21
Cód. 560	745,91	79,83	27,83	34,73

SEGMENTO 40—INTEGRAL (CONTINUAÇÃO)- VERÃO

LANCHE IV

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód.35	286,01	45,88	10,14	7,72
Cód. 51	356,32	51,62	12,32	11,31
Cód. 59	401,89	63,96	12,3	10,85
Cód. 73	489,94	66,42	19,52	16,14
Cód. 88	238,85	37,52	8,75	7,20
Cód. 89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 146	427,84	69,99	13,52	11,23
Cód. 161	389,68	73,96	10,54	6,66
Cód. 162	389,92	63,03	14,57	9,15
Cód. 166	479,66	61,48	20,17	16,67
Cód. 168	497,64	69,17	19,92	16,36
Cód. 174	436,54	60,83	17,76	13,57
Cód. 175	397,02	60,51	14,02	10,89
Cód. 176	440,25	61,54	16,86	13,88
Cód. 177	478,94	72,93	17,1	13,63

SEGMENTO 40 — EJA—VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 19 a 60 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

REFEIÇÃO LÁCTEA

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód.62	303,93	48,41	10,68	8,25
Cód. 71	285,24	40,65	11,29	8,90
Cód.72	235,41	34,90	9,13	7,37
Cód. 89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód. 90	224,7	34,31	8,35	6,63
Cód. 91	212,56	32,12	7,97	6,34
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 137	213,16	30,18	8,98	6,92

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	742,96	87,90	32,66	28,75
Cód. 394	655,94	68,67	32,54	28,08
Cód. 408	787,62	104,24	30,84	27,11
Cód. 414	783,54	90,66	32,80	32,09
Cód. 420	773,11	87,56	28,49	34,27
Cód. 426	802,17	103,89	31,64	28,58
Cód. 437	697,16	77,84	31,81	28,48
Cód.443	750,61	89,09	32,27	29,22
Cód.445	723,48	78,33	28,49	32,66
Cód. 450	671,80	78,67	28,71	26,76
Cód. 470	723,04	85,21	30,56	28,86
Cód. 497	759,28	92,58	32,32	28,98
Cód.500	679,97	70,05	34,02	29,58
Cód. 508	689,71	85,02	22,00	29,2
Cód. 551	736,85	78,80	27,52	34,21
Cód. 560	745,91	79,83	27,83	34,73

SEGMENTO 40 — EJA (CONTINUAÇÃO) - VERÃO

LANCHE V

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 35	286,01	45,88	10,14	7,72
Cód.72	235,41	34,90	9,13	7,37
Cód. 73	489,94	66,42	19,52	16,14
Cód. 83	466,69	73,17	14,44	13,39
Cód. 89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód. 137	213,16	30,18	8,98	6,92
Cód. 161	389,68	73,96	10,54	6,66
Cód. 163	406,56	60,93	13,20	12,62
Cód. 166	479,66	61,48	20,17	16,67
Cód. 178	391,63	63,38	14,83	9,14

SEGMENTO 41 — GEO ANOS FINAIS -VERÃO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 11 a 15 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

DESJEJUM

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 30	303,94	47,45	10,80	8,48
Cód. 62	303,93	48,41	10,68	8,25
Cód. 72	235,41	34,90	9,13	7,37
Cód. 73	480,26	63,93	19,52	16,14
Cód. 83	475,37	70,69	14,15	15,54
Cód. 114	415,81	56,11	13,23	15,35
Cód. 133	452,83	68,04	12,94	14,78
Cód. 166	462,25	57,01	20,17	16,67

COLAÇÃO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 25	81,42	18,07	1,33	1,10
Cód. 26	120,00	28,00		
Cód. 27	87,00	23,23	0,27	0,03
Cód. 28	82,77	18,70	1,18	1,07
Cód.31	75,49	19,89	0,91	0,02
Cód. 32	105,94	25,74	2,33	0,25
Cód.34	59,60	14,54	1,68	0,34
Cód.36	115,5	29,66	0,71	0,08
Cód.37	102,52	26,77	0,52	0,06

SEGMENTO 41 — GEO ANOS FINAIS (CONTINUAÇÃO) - VERÃO

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 357	775,42	91,15	35,34	29,71
Cód. 394	729,62	81,74	36,51	28,69
Cód. 408	792,58	99,80	34,30	28,01
Cód. 414	786,08	87,35	34,66	33,10
Cód. 420	789,11	90,38	28,94	34,82
Cód. 426	837,77	107,98	34,17	29,53
Cód. 437	732,15	82,88	34,39	28,95
Cód.443	785,06	92,73	34,72	30,26
Cód.445	769,17	84,87	31,06	33,84
Cód. 450	727,23	84,84	34,47	27,61
Cód. 470	802,22	95,50	35,61	30,75
Cód. 486	709,96	81,04	33,61	27,46
Cód. 497	792,94	98,19	33,17	29,98
Cód.500	750,00	82,30	36,86	30,64
Cód. 505	728,13	84,08	34,42	27,99
Cód. 508	725,50	91,29	23,54	29,72
Cód. 551	765,48	84,82	28,36	34,50
Cód. 560	765,50	84,14	28,15	34,79

LANCHE II

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 51	315,15	53,62	8,87	7,33
Cód. 59	389,26	68,92	10,12	8,17
Cód. 73	480,26	63,39	19,52	16,14
Cód. 83	475,37	70,69	14,15	15,54
Cód.97	487,36	69,92	12,39	18,58
Cód. 99	497,71	62,53	13,27	22,05
Cód. 108	451,20	68,27	12,98	15,05
Cód.127	316,72	65,22	7,85	3,63
Cód. 146	388,41	62,39	12,65	10,51
Cód. 149	334,69	45,51	10,98	13,00
Cód. 151	322,11	54,02	10,44	7,43
Cód. 153	320,38	59,21	8,88	5,63
Cód. 155	250,69	43,88	10,57	4,45
Cód. 158	234,44	38,81	11,55	4,82
Cód. 161	329,10	58,70	10,07	6,61
Cód. 163	425,51	60,93	13,21	14,77
Cód.165	508,65	76,53	13,52	17,29
Cód.166	462,25	57,01	20,17	16,67
Cód.167	496,08	68,32	13,44	19,42
Cód.168	497,64	69,17	19,92	16,36
Cód.169	483,63	70,8	18,92	14,59
Cód.176	422,7	57,05	16,85	13,88

SEGMENTO 41 — GEO ANOS FINAIS (CONTINUAÇÃO) - VERÃO

LANCHE III

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 51	315,15	53,62	8,87	7,33
Cód. 59	389,26	68,92	10,12	8,17
Cód. 73	480,26	63,39	19,52	16,14
Cód. 83	475,37	70,69	14,15	15,54
Cód. 102	462,25	57,01	20,17	16,67
Cód. 108	451,20	68,27	12,98	15,05
Cód. 127	316,72	65,22	7,85	3,63
Cód. 128	261,76	49,89	8,84	3,37
Cód. 137	213,70	30,19	8,94	6,98
Cód. 146	388,41	62,39	12,65	10,51
Cód. 151	322,11	54,02	10,44	7,43
Cód. 153	320,38	59,21	8,88	5,63
Cód. 161	329,13	58,70	10,07	6,61
Cód. 163	425,51	60,93	13,21	14,77
Cód. 166	462,25	57,01	20,17	16,67
Cód. 168	497,64	69,17	19,92	16,36
Cód. 169	483,63	70,8	18,92	14,59
Cód. 176	422,74	57,05	16,85	13,88

SEGMENTO 1—INTEGRAL - INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 4 a 6 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

DESJEJUM

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 30	180,84	28,04	6,49	5,11
Cód. 35	137,98	20,18	5,53	4,27
Cód. 62	150,66	21,69	6,03	4,75
Cód. 73	258,02	34,77	11,08	8,16
Cód. 83	256,10	39,11	8,38	7,55
Cód. 89	143,85	20,66	5,85	4,56
Cód. 102	265,86	33,82	11,41	9,22
Cód. 114	233,16	33,37	7,93	7,49
Cód. 133	240,34	36,45	7,83	7,21
Cód. 166	265,86	33,82	11,41	9,22
Cód. 173	147,47	18,72	5,31	6,05

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	338,66	40,99	15,93	12,12
Cód. 411	383,56	49,03	17,58	12,97
Cód. 412	375,65	48,92	15,01	12,1
Cód. 414	360,99	46,15	16,44	12,12
Cód. 451	430,5	53,25	17,93	16,16
Cód. 453	367,79	51,63	11,07	12,96
Cód. 482	435,78	59,71	20,8	12,55
Cód. 494	445,19	60,04	20,19	13,77
Cód. 497	363,01	49,45	16,49	11,02
Cód. 505	346,46	42,69	16,3	12,12
Cód. 532	319,46	33,53	16,3	13,53
Cód. 535	410,26	57,64	16,38	12,63
Cód. 551	352,74	42,61	14,22	13,77
Cód. 562	366,42	41,35	14,02	15,89
Cód. 563	342,46	41,86	16,12	12,11
Cód. 815	372,31	49,10	16,12	12,16

SEGMENTO 1—INTEGRAL (CONTINUAÇÃO)- INVERNO

LANCHE IV

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 51	275,28	40,66	9,31	8,48
Cód. 59	212,33	37,80	5,49	4,36
Cód.62	150,66	21,69	6,03	4,75
Cód.88	143,31	22,51	5,25	4,32
Cód. 114	233,16	33,37	7,93	7,49
Cód. 146	211,68	32,99	7,22	6
Cód. 162	241,92	39,61	8,89	5,60
Cód. 166	265,86	33,82	11,41	9,22
Cód.168	288,26	41,41	11,26	9,04
Cód. 174	259,92	35,42	11,10	8,14
Cód. 175	229,35	34,61	8,33	6,31
Cód. 176	253,48	34,03	10,16	8,37
Cód. 177	266,28	38,74	10,10	8,06

SEGMENTO 1- ESCOLAS ESPECIAIS—INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 4 a 6 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

LANCHE ESPECIAL

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 62	150,66	21,69	6,03	4,75
Cód. 89	143,85	20,66	5,85	4,56
Cód.90	128,09	18,00	5,30	4,22
Cód. 91	126,75	17,58	5,32	4,23
Cód. 114	233,16	33,37	7,93	7,49
Cód. 133	240,34	36,45	7,83	7,21
Cód. 173	147,47	18,72	5,31	6,05

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	338,66	40,99	15,93	12,12
Cód. 411	383,56	49,03	17,58	12,97
Cód. 412	375,65	48,92	15,01	12,1
Cód. 414	360,99	46,15	16,44	12,12
Cód. 451	430,5	53,25	17,93	16,16
Cód. 453	367,79	51,63	11,07	12,96
Cód. 482	435,78	59,71	20,8	12,55
Cód. 494	445,19	60,04	20,19	13,77
Cód. 497	363,01	49,45	16,49	11,02
Cód. 505	346,46	42,69	16,3	12,12
Cód. 532	319,46	33,53	16,3	13,53
Cód. 535	410,26	57,64	16,38	12,63
Cód. 551	352,74	42,61	14,22	13,77
Cód. 562	366,42	41,35	14,02	15,89
Cód. 563	342,46	41,86	16,12	12,11
Cód. 815	372,31	49,10	16,12	12,16

SEGMENTO 1—PARCIAL TARDE—INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 4-6 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	338,66	40,99	15,93	12,12
Cód. 411	383,56	49,03	17,58	12,97
Cód. 412	375,65	48,92	15,01	12,1
Cód. 414	360,99	46,15	16,44	12,12
Cód. 451	430,5	53,25	17,93	16,16
Cód. 453	367,79	51,63	11,07	12,96
Cód. 482	435,78	59,71	20,8	12,55
Cód. 494	445,19	60,04	20,19	13,77
Cód. 497	363,01	49,45	16,49	11,02
Cód. 505	346,46	42,69	16,3	12,12
Cód. 532	319,46	33,53	16,3	13,53
Cód. 535	410,26	57,64	16,38	12,63
Cód. 551	352,74	42,61	14,22	13,77
Cód. 562	366,42	41,35	14,02	15,89
Cód. 563	342,46	41,86	16,12	12,11
Cód. 815	372,31	49,10	16,12	12,16

LANCHE I

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 88	143,31	22,51	5,25	4,32
Cód. 89	143,85	20,66	5,85	4,56
Cód. 91	126,75	17,58	5,32	4,23
Cód. 114	233,16	33,37	7,93	7,49
Cód. 133	240,34	36,45	7,83	7,21
Cód. 137	128,43	17,96	5,39	4,24
Cód. 146	211,68	32,99	7,22	6,00
Cód. 173	147,47	18,72	5,31	6,05

SEGMENTO 1—PARCIAL MANHÃ—INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 4 - 6 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

REFEIÇÃO LÁCTEA

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 71	171,54	24,46	6,79	5,35
Cód. 88	143,31	22,51	5,25	4,32
Cód. 89	143,85	20,66	5,85	4,56
Cód. 90	128,09	18,00	5,30	4,22
Cód. 91	126,75	17,58	5,32	4,23
Cód. 114	233,16	33,37	7,93	7,49
Cód. 133	240,34	36,45	7,83	7,21
Cód. 137	128,43	17,96	5,39	4,24
Cód. 173	147,47	18,72	5,31	6,05

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	338,66	40,99	15,93	12,12
Cód. 411	383,56	49,03	17,58	12,97
Cód. 412	375,65	48,92	15,01	12,1
Cód. 414	360,99	46,15	16,44	12,12
Cód. 451	430,5	53,25	17,93	16,16
Cód. 453	367,79	51,63	11,07	12,96
Cód. 482	435,78	59,71	20,8	12,55
Cód. 494	445,19	60,04	20,19	13,77
Cód. 497	363,01	49,45	16,49	11,02
Cód. 505	346,46	42,69	16,3	12,12
Cód. 532	319,46	33,53	16,3	13,53
Cód. 535	410,26	57,64	16,38	12,63
Cód. 551	352,74	42,61	14,22	13,77
Cód. 562	366,42	41,35	14,02	15,89
Cód. 563	342,46	41,86	16,12	12,11
Cód. 815	372,31	49,10	16,12	12,16

SEGMENTO 3—INTEGRAL - INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 6 a 10 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

DESJEJUM

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 30	234,77	35,47	8,70	6,86
Cód. 35	190,11	28,28	7,50	5,73
Cód. 62	202,92	29,09	8,16	6,43
Cód. 73	403,52	52,97	17,7	13,12
Cód. 83	383,37	57,18	12,15	11,93
Cód. 89	189,97	26,43	7,93	6,23
Cód. 102	420,01	51,54	18,37	15,17
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 133	366,22	54,91	11,4	11,43
Cód. 166	420,01	51,54	18,37	15,17
Cód. 173	198,64	25,12	7,20	8,17

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	424,05	48,58	21,42	15,75
Cód. 411	471,22	58,36	21,83	16,70
Cód. 412	441	58,31	13,78	16,86
Cód. 414	459,79	55,01	22,01	16,68
Cód. 451	431,17	48,95	15,66	19,1
Cód. 453	458,18	62,04	14,36	16,96
Cód. 482	453,47	57,13	20,31	15,72
Cód. 494	473,24	58,40	20,26	17,44
Cód. 497	457,26	59,04	21,56	15
Cód. 505	417,54	49,68	19,68	15,46
Cód. 532	437,32	48,92	21,12	17,68
Cód. 535	505,61	68,04	21,47	16,36
Cód. 551	409,65	48,89	15,47	16,69
Cód. 562	428,89	48,57	15,52	19,03
Cód. 563	417,3	49,52	19,67	15,47
Cód. 815	453,12	58,20	19,68	15,53

SEGMENTO 3—INTEGRAL (CONTINUAÇÃO)- INVERNO

LANCHE IV

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 51	355,41	51,54	12,27	11,27
Cód. 59	284,76	52,22	6,86	5,45
Cód.62	202,92	29,09	8,16	6,43
Cód. 88	191,08	30,02	7,00	5,76
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 146	346,17	56,92	10,85	9,01
Cód. 162	343,96	57,22	12,39	7,50
Cód. 166	420,01	51,54	18,37	15,17
Cód.168	449,87	61,66	18,17	14,92
Cód. 174	388,11	53,93	15,7	12,06
Cód. 175	335,63	52,17	11,89	8,64
Cód. 176	380,51	51,58	15,05	12,38
Cód. 177	401,84	58,43	15,16	12,12

SEGMENTO 3- ESCOLAS ESPECIAIS—INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 6 a 10 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

LANCHE ESPECIAL

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 62	202,92	29,09	8,16	6,43
Cód. 89	189,97	26,43	7,93	6,23
Cód. 90	166,72	23,67	6,82	5,43
Cód. 91	162,52	22,48	6,81	5,43
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 133	366,22	54,91	11,4	11,43
Cód. 173	198,64	25,12	7,20	8,17

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	424,05	48,58	21,42	15,75
Cód. 411	471,22	58,36	21,83	16,70
Cód. 412	441	58,31	13,78	16,86
Cód. 414	459,79	55,01	22,01	16,68
Cód. 451	431,17	48,95	15,66	19,1
Cód. 453	458,18	62,04	14,36	16,96
Cód. 482	453,47	57,13	20,31	15,72
Cód. 494	473,24	58,40	20,26	17,44
Cód. 497	457,26	59,04	21,56	15
Cód. 505	417,54	49,68	19,68	15,46
Cód. 532	437,32	48,92	21,12	17,68
Cód. 535	505,61	68,04	21,47	16,36
Cód. 551	409,65	48,89	15,47	16,69
Cód. 562	428,89	48,57	15,52	19,03
Cód. 563	417,3	49,52	19,67	15,47
Cód. 815	453,12	58,20	19,68	15,53

SEGMENTO 3—PARCIAL TARDE—INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 6-10 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	424,05	48,58	21,42	15,75
Cód. 411	471,22	58,36	21,83	16,70
Cód. 412	441	58,31	13,78	16,86
Cód. 414	459,79	55,01	22,01	16,68
Cód. 451	431,17	48,95	15,66	19,1
Cód. 453	458,18	62,04	14,36	16,96
Cód. 482	453,47	57,13	20,31	15,72
Cód. 494	473,24	58,40	20,26	17,44
Cód. 497	457,26	59,04	21,56	15
Cód. 505	417,54	49,68	19,68	15,46
Cód. 532	437,32	48,92	21,12	17,68
Cód. 535	505,61	68,04	21,47	16,36
Cód. 551	409,65	48,89	15,47	16,69
Cód. 554	415,94	49,86	18,67	15,65
Cód. 562	428,89	48,57	15,52	19,03
Cód. 563	417,3	49,52	19,67	15,47
Cód. 815	453,12	58,20	19,68	15,53

LANCHE I

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 88	191,08	30,02	7,00	5,76
Cód. 89	189,97	26,43	7,93	6,23
Cód. 91	162,52	22,48	6,81	5,43
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 133	366,22	54,91	11,4	11,43
Cód. 137	161,90	23,39	6,54	5,16
Cód. 146	346,17	56,92	10,85	9,01
Cód. 173	198,64	25,12	7,20	8,17

SEGMENTO 3—PARCIAL MANHÃ—INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 6-10 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

REFEIÇÃO LÁCTEA

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 71	227,4	32,39	9,01	7,11
Cód. 88	191,08	30,02	7,00	5,76
Cód. 89	189,97	26,43	7,93	6,23
Cód. 90	166,72	23,67	6,82	5,43
Cód. 91	162,52	22,48	6,81	5,43
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 133	366,22	54,91	11,4	11,43
Cód. 137	161,9	23,39	6,54	5,16
Cód. 173	198,64	25,12	7,20	8,17

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	424,05	48,58	21,42	15,75
Cód. 411	471,22	58,36	21,83	16,70
Cód. 412	441	58,31	13,78	16,86
Cód. 414	459,79	55,01	22,01	16,68
Cód. 451	431,17	48,95	15,66	19,1
Cód. 453	458,18	62,04	14,36	16,96
Cód. 482	453,47	57,13	20,31	15,72
Cód. 494	473,24	58,40	20,26	17,44
Cód. 497	457,26	59,04	21,56	15
Cód. 505	417,54	49,68	19,68	15,46
Cód. 532	437,32	48,92	21,12	17,68
Cód. 535	505,61	68,04	21,47	16,36
Cód. 551	409,65	48,89	15,47	16,69
Cód. 562	428,89	48,57	15,52	19,03
Cód. 563	417,3	49,52	19,67	15,47
Cód. 815	453,12	58,20	19,68	15,53

SEGMENTO 3—GEO ANOS INICIAIS - INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 6-10 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

DESJEJUM

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 30	234,77	35,47	8,70	6,86
Cód. 35	190,11	28,28	7,50	5,73
Cód. 62	202,92	29,09	8,16	6,43
Cód. 73	403,52	52,97	17,7	13,12
Cód. 83	383,37	57,18	12,15	11,93
Cód. 89	189,97	26,43	7,93	6,23
Cód. 102	420,01	51,54	18,37	15,17
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 133	366,22	54,91	11,4	11,43
Cód. 166	420,01	51,54	18,37	15,17
Cód. 173	198,64	25,12	7,20	8,17

COLAÇÃO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 25	81,42	18,07	1,33	1,10
Cód. 26	120,00	28,00		
Cód. 27	87,00	23,23	0,27	0,03
Cód. 28	82,77	18,70	1,18	1,07
Cód. 32	105,94	25,74	2,33	0,25

SEGMENTO 3—GEO ANOS INICIAIS (CONTINUAÇÃO) - INVERNO

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	424,05	48,58	21,42	15,75
Cód. 411	471,22	58,36	21,83	16,70
Cód. 412	441	58,31	13,78	16,86
Cód. 414	459,79	55,01	22,01	16,68
Cód. 451	431,17	48,95	15,66	19,1
Cód. 453	458,18	62,04	14,36	16,96
Cód. 482	453,47	57,13	20,31	15,72
Cód. 494	473,24	58,40	20,26	17,44
Cód. 497	457,26	59,04	21,56	15
Cód. 505	417,54	49,68	19,68	15,46
Cód. 532	437,32	48,92	21,12	17,68
Cód. 535	505,61	68,04	21,47	16,36
Cód. 551	409,65	48,89	15,47	16,69
Cód. 562	428,89	48,57	15,52	19,03
Cód. 563	417,3	49,52	19,67	15,47
Cód. 815	453,12	58,20	19,68	15,53

LANCHE IV

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 51	355,41	51,54	12,27	11,27
Cód. 59	284,76	52,22	6,86	5,45
Cód. 62	202,92	29,09	8,16	6,43
Cód. 88	191,08	30,02	7,00	5,76
Cód. 114	354,62	50,64	11,42	11,70
Cód. 146	346,17	56,92	10,85	9,01
Cód. 162	343,96	57,22	12,39	7,50
Cód. 166	420,01	51,54	18,37	15,17
Cód. 168	449,87	61,66	18,17	14,92
Cód. 174	388,11	53,93	15,7	12,06
Cód. 175	335,63	52,17	11,89	8,64
Cód. 176	380,51	51,58	15,05	12,38
Cód. 177	401,84	58,43	15,16	12,12

SEGMENTO 40—INTEGRAL - INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 11 a 15 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

DESJEJUM

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 30	305,87	47,95	10,80	8,48
Cód. 35	286,01	45,88	10,14	7,72
Cód. 62	303,93	48,41	10,68	8,25
Cód. 73	489,94	66,42	19,52	16,14
Cód. 83	466,69	73,17	14,44	13,39
Cód. 89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód. 102	479,66	61,48	20,17	16,67
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 133	432,28	68,05	12,93	12,45
Cód. 166	479,66	61,48	20,17	16,67
Cód. 173	249,90	31,54	9,09	10,29

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	679,83	77,87	30,49	27,07
Cód. 411	751,20	91,61	31,99	28,53
Cód. 412	736,85	98,13	21,12	28,78
Cód. 414	783,54	90,66	32,80	32,09
Cód. 451	741,92	79,11	27,83	34,65
Cód. 453	765,20	104,35	21,91	29,0
Cód. 482	714,54	87,71	29,55	27,07
Cód. 494	768,07	99,34	27,87	28,6
Cód. 497	759,28	92,58	32,32	28,98
Cód. 505	684,99	79,21	30,75	27,04
Cód. 532	646,55	70,12	29,98	27,73
Cód. 535	786,75	102,63	31,28	27,92
Cód. 551	736,85	78,8	27,52	34,21
Cód. 562	741,51	78,87	27,7	34,72
Cód. 563	677,65	79,85	28,92	26,80
Cód. 815	783,25	102,93	30,99	27,18

SEGMENTO 40—INTEGRAL (CONTINUAÇÃO)- INVERNO

LANCHE IV

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 51	356,32	51,62	12,32	11,31
Cód. 59	401,89	63,96	12,3	10,85
Cód.62	292,11	46,41	10,26	7,99
Cód.88	238,85	37,52	8,75	7,20
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 146	427,84	69,99	13,52	11,23
Cód. 162	389,92	63,03	14,57	9,15
Cód. 166	479,66	61,48	20,17	16,67
Cód. 168	497,64	69,17	19,92	16,36
Cód. 174	436,54	60,83	17,76	13,57
Cód. 175	397,02	60,51	14,02	10,89
Cód. 176	440,25	61,54	16,86	13,88
Cód. 177	478,94	72,93	17,1	13,63

SEGMENTO 40 - ESCOLAS ESPECIAIS—INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 11 a 15 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

LANCHE ESPECIAL

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 62	303,93	48,41	10,68	8,25
Cód. 89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód. 90	224,7	34,31	8,35	6,68
Cód. 91	212,56	32,12	7,94	6,34
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 133	432,28	68,05	12,93	12,45
Cód. 173	249,90	31,54	9,09	10,29

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	679,83	77,87	30,49	27,07
Cód. 411	751,20	91,61	31,99	28,53
Cód. 412	736,85	98,13	21,12	28,78
Cód. 414	783,54	90,66	32,80	32,09
Cód. 451	741,92	79,11	27,83	34,65
Cód. 453	765,20	104,35	21,91	29,0
Cód. 482	714,54	87,71	29,55	27,07
Cód. 494	768,07	99,34	27,87	28,6
Cód. 497	759,28	92,58	32,32	28,98
Cód. 505	684,99	79,21	30,75	27,04
Cód. 532	646,55	70,12	29,98	27,73
Cód. 535	786,75	102,63	31,28	27,92
Cód. 551	736,85	78,8	27,52	34,21
Cód. 562	741,51	78,87	27,7	34,72
Cód. 563	677,65	79,85	28,92	26,80
Cód. 815	783,25	102,93	30,99	27,18

SEGMENTO 40—PARCIAL MANHÃ—INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 11-15 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

REFEIÇÃO LÁCTEA

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 71	285,24	40,65	11,29	8,9
Cód. 88	238,85	37,52	8,75	7,20
Cód. 89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód. 90	224,7	34,31	8,35	6,68
Cód. 91	212,56	32,12	7,97	6,34
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 133	432,28	68,05	12,93	12,45
Cód. 137	213,16	30,18	8,98	6,92
Cód. 173	249,90	31,54	9,09	10,29

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	679,83	77,87	30,49	27,07
Cód. 411	751,20	91,61	31,99	28,53
Cód. 412	736,85	98,13	21,12	28,78
Cód. 414	783,54	90,66	32,80	32,09
Cód. 451	741,92	79,11	27,83	34,65
Cód. 453	765,20	104,35	21,91	29,0
Cód. 482	714,54	87,71	29,55	27,07
Cód. 494	768,07	99,34	27,87	28,6
Cód. 497	759,28	92,58	32,32	28,98
Cód. 505	684,99	79,21	30,75	27,04
Cód. 532	646,55	70,12	29,98	27,73
Cód. 535	786,75	102,63	31,28	27,92
Cód. 551	736,85	78,8	27,52	34,21
Cód. 562	741,51	78,87	27,7	34,72
Cód. 563	677,65	79,85	28,92	26,80
Cód. 815	783,25	102,93	30,99	27,18

SEGMENTO 40—PARCIAL TARDE—INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade 11-15 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	679,83	77,87	30,49	27,07
Cód. 411	751,20	91,61	31,99	28,53
Cód. 412	736,85	98,13	21,12	28,78
Cód. 414	783,54	90,66	32,80	32,09
Cód. 451	741,92	79,11	27,83	34,65
Cód. 453	765,20	104,35	21,91	29,0
Cód. 482	714,54	87,71	29,55	27,07
Cód. 494	768,07	99,34	27,87	28,6
Cód. 497	759,28	92,58	32,32	28,98
Cód. 505	684,99	79,21	30,75	27,04
Cód. 532	646,55	70,12	29,98	27,73
Cód. 535	786,75	102,63	31,28	27,92
Cód. 551	736,85	78,8	27,52	34,21
Cód. 562	741,51	78,87	27,7	34,72
Cód. 563	677,65	79,85	28,92	26,80
Cód. 815	783,25	102,93	30,99	27,18

LANCHE I

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 88	238,85	37,52	8,75	7,20
Cód. 89	263,02	39,94	9,92	7,69
Cód. 91	212,56	32,12	7,97	6,34
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 133	432,28	68,05	12,93	12,45
Cód. 137	213,16	30,18	8,98	6,92
Cód. 146	427,84	69,99	13,52	11,23
Cód. 173	249,90	31,54	9,09	10,29

SEGMENTO 40 — EJA—INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 19 a 60 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

REFEIÇÃO LÁCTEA

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 71	285,24	40,65	11,29	8,9
Cód. 89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód. 90	224,7	34,31	8,35	6,68
Cód. 91	212,56	32,12	7,94	6,31
Cód. 114	414,27	60,59	13,22	13,02
Cód. 137	213,16	30,18	8,98	6,92
Cód. 173	249,90	31,54	9,09	10,29

ALMOÇO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 406	679,83	77,87	30,49	27,07
Cód. 411	751,20	91,61	31,99	28,53
Cód. 412	736,85	98,13	21,12	28,78
Cód. 414	783,54	90,66	32,80	32,09
Cód. 451	741,92	79,11	27,83	34,65
Cód. 453	765,20	104,35	21,91	29,0
Cód. 482	714,54	87,71	29,55	27,07
Cód. 494	768,07	99,34	27,87	28,6
Cód. 497	759,28	92,58	32,32	28,98
Cód. 505	684,99	79,21	30,75	27,04
Cód. 532	646,55	70,12	29,98	27,73
Cód. 535	786,75	102,63	31,28	27,92
Cód. 551	736,85	78,8	27,52	34,21
Cód. 562	741,51	78,87	27,7	34,72
Cód. 563	677,65	79,85	28,92	26,80
Cód. 815	783,25	102,93	30,99	27,18

SEGMENTO 40 — EJA (CONTINUAÇÃO) - INVERNO

LANCHE V

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 35	286,01	45,88	10,14	7,72
Cód. 83	466,69	73,17	14,14	13,39
Cód. 89	272,69	42,42	9,92	7,69
Cód. 137	213,16	30,18	8,98	6,92
Cód. 161	389,68	73,16	10,54	6,66
Cód. 163	407,10	60,94	13,16	12,68
Cód. 166	479,66	61,48	20,17	16,67
Cód. 173	249,90	31,54	9,09	10,29
Cód. 177	478,94	72,93	17,1	13,63
Cód. 178	391,63	63,38	14,83	9,14

SEGMENTO 41 — GEO ANOS FINAIS – INVERNO

Análise da composição nutricional dos cardápios destinados aos alunos nas Unidades de Educação básica, com idade entre 11 a 15 anos, atendidos no Programa Nacional de Alimentação Escolar na Prefeitura da cidade do Rio de Janeiro

DESJEJUM

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 30	303,94	47,45	10,80	8,48
Cód. 35	263,74	41,18	9,69	7,41
Cód. 62	282,44	43,92	10,26	7,99
Cód. 73	480,26	63,93	19,52	16,14
Cód. 83	475,37	70,69	14,15	15,54
Cód. 89	263,02	39,94	9,92	7,69
Cód. 102	462,25	57,01	20,17	16,67
Cód. 114	415,81	56,11	13,23	15,35
Cód. 133	452,83	68,04	12,94	14,78
Cód. 166	462,25	57,01	20,17	16,67
Cód. 173	249,90	31,54	9,09	10,29

COLAÇÃO

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 25	81,42	18,07	1,33	1,10
Cód. 26	120,00	28,00		
Cód. 27	87,00	23,23	0,27	0,03
Cód. 28	82,77	18,70	1,18	1,07
Cód. 32	105,94	25,74	2,33	0,25

SEGMENTO 41 — GEO ANOS FINAIS (CONTINUAÇÃO) - INVERNO

ALMOÇO

	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cardápio				
Cód. 406	718,00	82,69	34,01	27,53
Cód. 411	780,19	94,85	34,88	28,92
Cód. 412	763,92	102,49	22,39	29,24
Cód. 414	786,08	87,35	34,66	33,10
Cód. 451	763,90	83,66	28,36	34,84
Cód. 453	792,85	108,85	23,18	29,41
Cód. 482	741,18	91,18	31,25	27,86
Cód. 494	832,88	104,59	33,70	30,85
Cód. 497	792,94	98,19	33,17	29,98
Cód. 505	728,13	84,08	34,42	27,99
Cód. 532	726,46	80,86	36,30	28,72
Cód. 535	835,98	109,27	35,61	28,50
Cód. 551	765,48	84,82	28,36	34,50
Cód. 562	759,67	82,77	28,05	34,79
Cód. 563	729,49	85,31	34,56	27,53
Cód. 815	788,37	98,47	34,52	28,10

LANCHE II

	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cardápio				
Cód. 51	315,15	53,62	8,87	7,33
Cód. 59	389,26	68,92	10,12	8,17
Cód. 73	480,26	63,93	19,52	16,14
Cód. 83	475,37	70,69	14,15	15,54
Cód. 99	497,71	62,53	13,27	22,05
Cód. 108	451,20	68,27	12,98	15,05
Cód. 128	261,76	49,89	8,84	3,37
Cód. 146	388,41	62,39	12,65	10,51
Cód. 149	334,69	45,51	10,98	13,00
Cód. 151	322,11	54,02	10,44	7,43
Cód. 153	320,38	59,21	8,88	5,60
Cód. 157	250,56	43,10	10,52	4,84
Cód. 158	234,44	38,81	11,65	4,82
Cód. 161	329,13	58,71	10,08	6,61
Cód. 165	508,65	76,53	13,52	17,29
Cód. 167	496,08	68,32	13,44	19,42
Cód. 168	497,64	69,17	19,92	16,36

SEGMENTO 41 — GEO ANOS FINAIS (CONTINUAÇÃO) - INVERNO

LANCHE III

Cardápio	Energia	Carboidrato	Proteínas	Lipídeos
Cód. 51	315,15	53,62	8,87	7,33
Cód. 59	389,26	68,92	10,12	8,17
Cód. 73	480,26	63,93	19,52	16,14
Cód. 83	475,37	70,69	14,15	15,54
Cód. 102	462,25	57,01	20,17	16,67
Cód. 108	451,20	68,27	12,98	15,05
Cód. 128	261,76	49,89	8,84	3,37
Cód. 133	428,30	61,71	12,90	14,78
Cód. 146	388,41	62,39	12,65	10,51
Cód. 151	322,11	54,02	10,44	7,43
Cód. 153	320,38	59,21	8,88	5,60
Cód. 161	329,13	58,71	10,08	6,61
Cód. 162	418,98	70,50	14,57	9,15
Cód. 166	462,25	57,01	20,17	16,67
Cód. 168	497,64	69,17	19,92	16,36
Cód. 173	249,9	31,54	9,09	10,3
Cód. 174	436,55	60,84	17,76	13,57

**Programa Nacional de Alimentação Escolar
Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro**

Guia Alimentar

ANEXO 12

INFORMATIVO e POP

Este material é parte integrante do Guia Alimentar
do Programa Nacional de Alimentação Escolar
destinado às Escolas Municipais da
Cidade do Rio de Janeiro - SME - 2026

UNIDADE DE NUTRIÇÃO ANNES DIAS

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde - SMS
Instituto Municipal de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária –
IVISA-RIO
Coordenação Técnica de Avaliação de Tecnologia em Saúde e Insumos Estratégicos - CTATS
Unidade de Nutrição Annes Dias - UNAD

Procedimento Operacional Padronizado nº 01/2024

Descongelamento e limpeza de produtos cárneos

Verificar com 48 h de antecedência, de acordo com o cardápio a quantidade de carne necessária e/ou com 24h de antecedência a quantidade de peixe ou de frango



Transferir só produtos devidamente embalados para o refrigerador em temperatura de no máximo 5 C° dentro de caixas plásticas com tampa



Aguardar o descongelamento



No dia do uso retirar as peças da refrigeração (lavar as embalagens antes)



Limpar, cortar e temperar os produtos cárneos em pequenas quantidades de modo que não permaneça em temperatura ambiente por mais de 30 minutos



Manipular os produtos cárneos usando utensílios e mãos higienizados
Não manipular diferentes tipos de carne (bovina, frango, peixe) ao mesmo tempo



Acondicionar em recipientes higienizados e cobertos



Se não for usar imediatamente, utilizar etiqueta de identificação (nome do gênero, data de manipulação e data de validade), levar para refrigeração e manter sob-refrigeração (até 5°C) até o momento do preparo

Responsável Técnico: Marluce Fortunato



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde - SMS
Instituto Municipal de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária –
IVISA-RIO
Coordenação Técnica de Avaliação de Tecnologia em Saúde e Insumos Estratégicos - CTATS
Unidade de Nutrição Annes Dias - UNAD

Procedimento Operacional Padronizado nº 02/2024

Moagem de carne

Retirar gradativamente as peças de carne limpas da refrigeração (quantidade para ser manipulada no máximo em 30 minutos)



Limpar a carne removendo as aparas e proceder a moagem



Acondicionar a carne moída em monoblocos tampados



Se não for utilizar imediatamente, utilizar etiqueta de identificação (nome do gênero, data de manipulação e data de validade), levar para refrigeração e manter sob-refrigeração (até 5°C) até o momento do preparo



Utilizar o produto em até 2 horas

Obs: O moedor deve estar rigorosamente higienizado (limpo e desinfetado). Ver no POP nº 06.

Responsável Técnico: Marluce Fortunato



Procedimentos Operacionais Padronizados nº 04/2024

Controle integrado de vetores e pragas urbanas

- Possuir instalações livres de fendas, frestas e perfurações;
- Manter a caixa de gordura bem vedada e realizar a limpeza sempre que necessário ;
- Manter aberturas para áreas externas fechadas com telas milimétricas;
- Manter as portas e janelas ajustadas ao batente;
- Possuir ralos sifonados;
- Manter as áreas livre de sujidades e resíduos alimentares;
- Descartar o lixo com frequência e de maneira correta;
- Manter as latas de lixo limpas, em boas condições e bem cobertas. Deverão ser ter acionamento por pedal e estar com saco plástico para o uso;
- Lavar, enxaguar e desinfetar as latas de lixo regularmente;
- Manter cobertos os alimentos (em panelas, cubas ou caixas plásticas) para não atrair insetos;
- Manter as áreas internas e externas livres de mato, papel, papelão ou embalagens e materiais em desuso;
- Manter a área externa livre de equipamentos em desuso;
- Manter os refeitórios com barreira física (fechados);
- Contratar uma empresa especializada e legalizada para aplicação de tratamento químico das áreas internas e próximas a UE;
- A empresa especializada deve emitir certificado de garantia do serviço, comprovando a execução do serviço e contendo as informações “estabelecidas na legislação sanitária específica”.

Responsável Técnico: Marluce Fortunato



Procedimentos Operacionais Padronizados nº 05/2024

Higiene e saúde dos manipuladores

Hábitos Higiênicos:

- Os manipuladores devem ter asseio pessoal, apresentando-se com uniformes compatíveis à atividade, conservados e limpos. Os uniformes devem ser trocados, no mínimo, diariamente e usados exclusivamente nas dependências internas do estabelecimento. As roupas e os objetos pessoais devem ser guardados em local específico e reservados para esse fim;
- Tomar banho diariamente;
- Manter os cabelos sempre limpos e protegidos por rede e/ou touca;
- Os homens devem manter os cabelos curtos e a barba e bigode raspados diariamente ou protegidos;
- As unhas devem ser curtas, limpas, sem esmaltes ou base incolor;
- Ausência de maquiagem, cílios postiços e unhas postiças.

Durante o processo de manipulação dos alimentos **NÃO É PERMITIDO:**

- Usar adornos (brincos, pulseiras, correntes, colares, anéis, piercings, fitas, amuletos e relógio);
- Usar panos ou sacos plásticos para proteger o uniforme;
- Usar o celular dentro da cozinha/estoque (mantê-lo fora da área de manipulação e estoque);
- Os manipuladores não devem fumar, falar desnecessariamente, cantar, assobiar, espirrar, cuspir, tossir, comer, manipular dinheiro ou praticar outros atos que possam contaminar o alimento, durante o desempenho das atividades;
- Tocar no corpo, colocar o dedo no nariz ou ouvido, assoar o nariz e mexer no cabelo;
- Comer ou experimentar alimentos com as mãos;
- Enxugar o suor com as mãos, panos ou qualquer peça do uniforme;
- Iniciar um trabalho com utensílios e equipamentos sujos;
- Permanecer sem uniforme, touca ou rede para proteção dos cabelos nas áreas de manipulação e armazenamento de alimentos;
- Ir ao sanitário utilizando avental.

(continuação POP n° 5)

Lavar as mãos após:

- Iniciar o trabalho;
- Sempre que se apresentarem sujas;
- Mudar de tarefa;
- Manipular alimentos não higienizados ou crus;
- Tossir, espirrar ou assoar o nariz;
- Utilizar as instalações sanitárias;
- Mexer no cabelo, olhos, boca, ouvidos e nariz;
- Comer;
- Fumar;
- Pegar em dinheiro;
- Manipular e/ou transportar lixo;
- Usar esfregões, pano ou material de limpeza;
- Recolher o lixo e outros resíduos;
- Tocar em equipamentos, sacarias, caixas e recipientes;
- Interromper um preparo ou serviço e iniciar outro.

Não devem manipular alimentos, aqueles que apresentem:

- Patologias ou lesões de pele, mucosas e unhas;
- Feridas ou cortes nas mãos e nos braços;
- Infecções oculares, pulmonares ou orofaríngeas;
- Infecções ou infestações gastrintestinais agudas ou crônicas;
- É obrigatória a apresentação de atestado de saúde ocupacional admissional e periódico dos manipuladores de alimentos;
- Limpar, cobrir e proteger qualquer ferimento e comunicar à direção a ocorrência de ferimento ou doenças transmissíveis.



Procedimentos Operacionais Padronizados nº 06/2024

Higienização das instalações, equipamentos, móveis e utensílios

Higienização de utensílios

- Retirar o resíduo acumulado, descartando-o na lixeira;
- Lavar em água corrente fria;
- Aplicar detergente com a utilização de esponja, esfregando todas as partes do utensílio;
- Enxaguar em água corrente, de preferência quente, escorrer;
- Colocar no escorredor para secar;
- Guardar SECOS em organizadores adequadamente tampados.

Higienização de equipamentos

Antes e após a utilização → balança, batedeira, descascador de tubérculos, extrator de sucos, liquidificador, multiprocessador de alimentos e moedor de carne:

- Verificar se os equipamentos elétricos estão desconectados da tomada antes de iniciar a higienização;
- Desmontar as peças que não estão fixadas;
- Retirar o resíduo acumulado, descartando-o na lixeira;
- Passar as peças em água corrente fria;
- Aplicar detergente com a utilização de esponja, esfregando todas as partes das peças desmontadas, partes fixas do equipamento, fio e plugue;
- Enxaguar as partes removíveis em água corrente e escorrer. Para as partes fixas, fio e plugue, retirar o detergente com pano multiuso descartável;
- Preparar a solução clorada de acordo com as orientações do rótulo do produto. Imersão das peças desmontadas na solução clorada, deixar pelo tempo determinado pelo fabricante do produto e enxaguar para retirar o resíduo (caso seja a orientação do rótulo).

Diariamente → filtro (externamente, torneira), fogão e forno:

- Certificar-se de que o fogão ou forno estão com os queimadores desativados;
- Retirar resíduos acumulados, descartando-os na lixeira;
- Aplicar detergente com utilização de esponja, esfregando as superfícies, com maior ênfase nas bordas, queimadores e acionadores de chama;

(continuação POP n° 6)

- Retirar o resíduo do detergente com pano multiuso descartável umedecido .

Observação: Trocar o elemento filtrante a cada seis meses, ou conforme a orientação do fabricante, colocando uma etiqueta com a data da troca para monitoramento.

Quinzenalmente → freezer e refrigerador:

- Tenha certeza que os equipamentos elétricos estão desconectados da tomada antes de iniciar a higienização;
- Retirar o residual acumulado, descartando-o na lixeira;
- Aguardar o degelo. Não utilizar material pontiagudo ou faca;
- Aplicar detergente com a utilização de esponja, esfregando as superfícies, com maior ênfase nas bordas, prateleiras, cantos e puxadores das portas;
- Retirar o resíduo do detergente enxaguando ou com pano multiuso descartável umedecido;
- Preparar a solução clorada de acordo com as orientações do rótulo do produto. Imergir as peças desmontadas na solução clorada, deixar pelo tempo determinado pelo fabricante do produto e enxaguar para retirar o resíduo (caso seja a orientação do rótulo).

Mensalmente → coifa:

- Certificar se o equipamento está desligado;
- Aplicar detergente com a utilização de esponja, esfregando as superfícies, com maior ênfase nas bordas e cantos;
- Retirar o resíduo do detergente com pano multiuso descartável umedecido.

Área física

Diariamente:

- Bancadas;
- Paredes próximas ao fogão e os lavatórios;
- Lavatórios (pias e cubas);
- Maçanetas e puxadores dos equipamentos;
- Pisos, rodapés e ralos;
- Área externa por onde transita o lixo;
- Recipientes de lixo;

(continuação POP n° 6)

- Luminárias;
- Telas milimétricas;
- Teto;
- Tubulação - externamente.

Semestralmente:

- Reservatórios de água;
- Tubulação da exaustão internamente.

Como proceder na higienização da área física:

- Não varrer a seco os ambientes onde ocorre manipulação de alimentos, nem nas áreas próximas;
- Lavar o piso com água e detergente e enxaguar. Puxar a água com a utilização do rodo;
- No caso de interruptores, tomadas e luminárias aplicar detergente com a utilização de esponja retirando o resíduo do detergente com pano multiuso descartável umedecido;
- Deixar secar ao natural;
- Manter as lixeiras tampadas e os resíduos (lixo) que forem retirados da área de manipulação guardados em local distante da área de manipulação em container igualmente tampados;
- Lavar bem com água e detergente, as lixeiras, contêineres, vassouras, rodos, pás de lixo, baldes e outros acessórios usados na higienização. Deixar secar;
- Os acessórios usados na higienização da área física não poderão ser destinados à higienização de equipamentos e utensílios.

Como proceder na higienização da bancada:

- Lavar a bancada com água e detergente com auxílio de uma esponja e enxaguar. Puxar a água com a utilização de rodo para pia;
- Preparar a solução clorada de acordo com as orientações do rótulo do produto. Borrifar a solução clorada e deixar pelo tempo determinado pelo fabricante do produto e enxaguar para retirar o resíduo (caso seja a orientação do rótulo).

Responsável Técnico: Marluce Fortunato



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde - SMS
Instituto Municipal de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária –
IVISA-RIO
Coordenação Técnica de Avaliação de Tecnologia em Saúde e Insumos Estratégicos - CTATS
Unidade de Nutrição Annes Dias - UNAD

Procedimento Operacional Padronizado nº 07/2024

Higienização de frutas, legumes e verduras servidos crus

Selecionar, retirando as unidades ou folhas danificadas ou estragadas



Lavar um a um ou folha a folha em água corrente



Acondicionar em escorredor



Preparar a solução clorada de acordo com as orientações contidas no rótulo do produto



Mergulhar os vegetais cobrindo totalmente e deixar pelo tempo determinado pelo fabricante do produto



Enxaguar com água potável (filtrada) caso seja recomendado pelo fabricante do produto



Descascar / cortar/ picar/ fatiar, quando necessário, usando utensílios e mãos higienizados



Acondicionar em recipiente higienizado e proteger (cobrir)



Se não for usar imediatamente, manter sob-refrigeração por até 6 horas

Responsável Técnico: Marluce Fortunato



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde - SMS
Instituto Municipal de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária –
IVISA-RIO
Coordenação Técnica de Avaliação de Tecnologia em Saúde e Insumos Estratégicos - CTATS
Unidade de Nutrição Annes Dias - UNAD

Procedimento Operacional Padronizado nº 08/2026

Coleta de amostras de alimentos e água

Introdução:

A coleta de amostras dos alimentos servidos é importante para servir de prova ao ser submetida a análise laboratorial em caso de suspeita de contaminação, respaldando a unidade de ensino apontando uma oportunidade de melhoria no serviço. Os procedimentos abaixo tem como objetivo evitar contaminação durante a coleta, de forma que a amostra seja um reflexo da qualidade do alimento servido.

Antes da coleta:

- Identificar os sacos estéreis, com o local, nome do produto, data, refeição, turno (se aplicável) e nome do responsável pela colheita;
- Higienizar as mãos com água e sabão e em seguida passar álcool 70% imediatamente antes da coleta;
- Higienizar os utensílios utilizados para coletar as amostras lavando em água corrente fria e aplicando detergente com a utilização de esponja, esfregando todas as partes do utensílio, e, por fim, enxaguando em água corrente, de preferência quente, deixando escorrer;
- Utilizar uniforme limpo, touca e luvas, se disponível.

Coleta de amostra de alimentos:

- Coletar as amostras duas horas após o início da distribuição das refeições, utilizando os mesmos utensílios usados para servir;
- Abrir o saco já identificado sem tocá-lo internamente nem soprar dentro do mesmo;
- Colocar entre 100 e 150g de amostra do alimento em caso de alimentos sólidos, semissólidos e pastosos, e 100 mL em caso de alimentos líquidos ou bebidas;
- Retirar o ar, se possível, apenas das amostras sólidas, semissólidas e pastosas, deixando ar no caso das amostras líquidas, e fechar a embalagem, lacrando-a;

Responsável Técnico: Marluce Fortunato

Pág.1/4



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde - SMS
Instituto Municipal de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária –
IVISA-RIO
Coordenação Técnica de Avaliação de Tecnologia em Saúde e Insumos Estratégicos - CTATS
Unidade de Nutrição Annes Dias - UNAD

(continuação POP nº 8)

- Deve ser coletada uma amostra de cada preparação (exemplo: uma amostra de feijão e uma amostra de arroz, em sacos separados e identificados. Em caso de preparações com vários itens, coletar um pouco de cada item em uma única amostra);
- Armazenar em caixas plásticas com tampa apenas para este fim e identificá-las;
- Manter alimentos sólidos/semisólidos/pastosos sob congelamento por 72 horas e manter sob refrigeração para sucos e bebidas por 72 horas.

Categorias de alimentos	Quantidade	Orientações para coleta
Alimentos sólidos, semisólidos ou pastosos	100g - 150g	Coletar porções de diferentes partes do alimento, incluindo centro e superfície
Alimentos líquidos ou bebidas	100 mL	Agitar. Coletar amostra com utensílio esterilizado ou virando o recipiente e deixando o líquido cair no interior do saco

Coleta de amostra de água:

- Abrir a torneira e deixar escoar a água por 1 a 2 minutos e fechar;
- Limpar as partes interna e externa da torneira com álcool 70% com auxílio de um pano multiuso descartável;
- Abrir a torneira e deixar escoar a água por mais alguns segundos, diminuir o fluxo da torneira e fazer a coleta utilizando frasco ou bolsa/saco estéril.
- Retirar o lacre (destacar a parte superior através do picote);
- Abrir a bolsa estéril pelas abas laterais;
- Coletar a amostra colocando a bolsa estéril verticalmente próximo à saída da torneira e completar o volume até a marca de 100 mL;
- Fechar o saco unindo as bordas e girar o saco sobre si mesmo até que fique bem rígido (em geral três voltas são suficientes);
- Unir as extremidades dobrando-as;
- Preferencialmente acondicionar em um suporte dentro da caixa designada para este fim, de modo que os sacos fiquem em pé;
- Deve ser coletada uma amostra de 100 mL da água filtrada utilizada no preparo dos alimentos e bebidas a cada dia;
- Manter sob refrigeração por 72 horas.

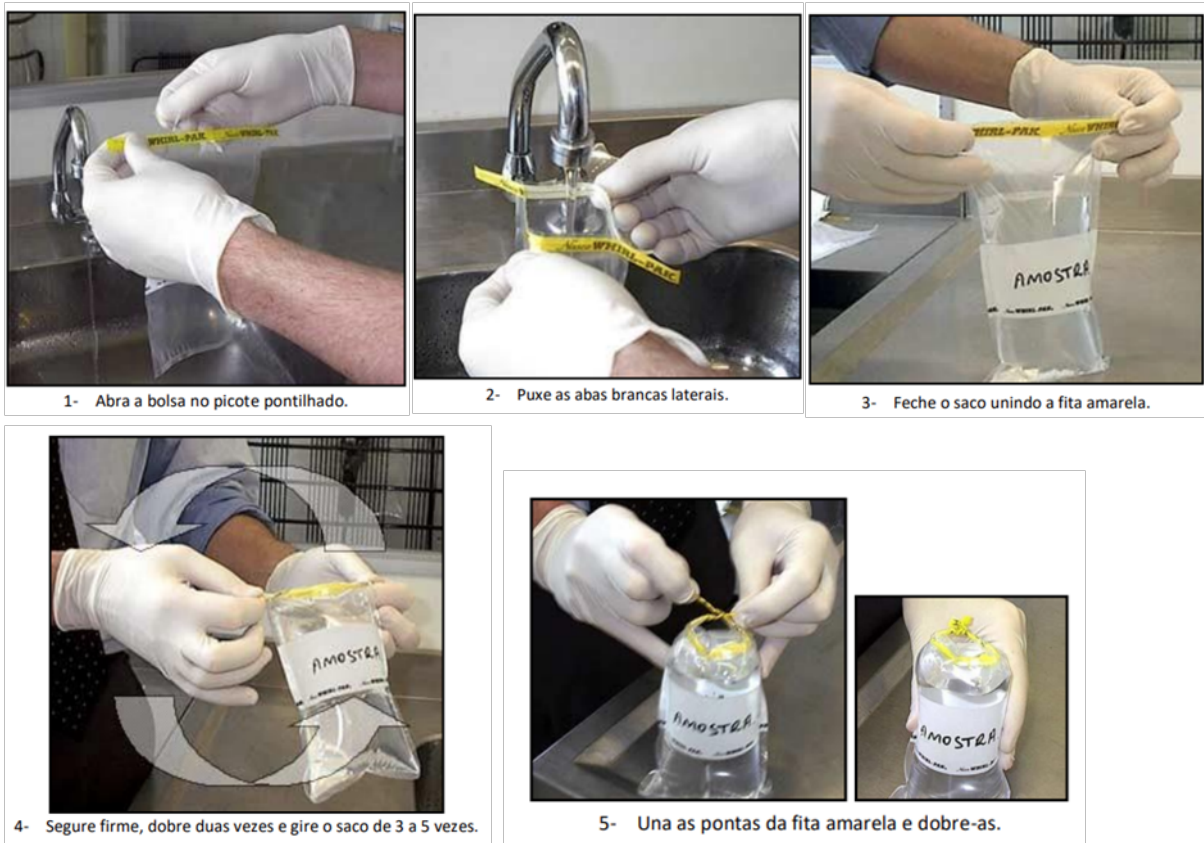
Responsável Técnico: Marluce Fortunato

Pág.2/4



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde - SMS
Instituto Municipal de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária –
IVISA-RIO
Coordenação Técnica de Avaliação de Tecnologia em Saúde e Insumos Estratégicos - CTATS
Unidade de Nutrição Annes Dias - UNAD

(continuação POP nº 8)



Após 72 horas as amostras devem ser descartadas adequadamente de acordo com seu conteúdo.



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde - SMS
Instituto Municipal de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária –
IVISA-RIO
Coordenação Técnica de Avaliação de Tecnologia em Saúde e Insumos Estratégicos - CTATS
Unidade de Nutrição Annes Dias - UNAD

(continuação POP nº 8)

Quantitativo estimado de sacos para amostra com capacidade para 250g ou ml diário por turno de refeição:

TURNO PARCIAL					
	Turno I		Turno II		TOTAL DIÁRIO (refeições + água)
Escola	Refeição láctea (1 amostra)	Almoço (5 amostras)	Almoço (5 amostras)	Lanche I (2 amostras)	13 + 1
Creche/ EDI	Refeição láctea (1 amostra)	Almoço (5 amostras)	Lanche I (2 amostras)	Jantar (5 amostras)	13 + 1
Escola especial	Lanche especial (2 amostras)	Almoço (5 amostras)	Lanche especial (2 amostras)	Almoço (5 amostras)	14 + 1
TURNO INTEGRAL					
Escola	Desjejum (3 amostras)	Almoço (5 amostras)	Lanche IV (3 amostras)	-	11 + 1
Creche/ EDI	Desjejum (3 amostras)	Almoço (5 amostras)	Lanche IV (3 amostras)	-	11 + 1
GEO ANOS INICIAIS					
Escola	Desjejum (3 amostras)	Colação 1 amostra)	Almoço (5 amostras)	Lanche IVI (3 amostras)	12 + 1
GEO ANOS FINAIS					
Escola	Desjejum (3 amostras)	Colação (1 amostra)	Almoço (5 amostras)	Lanche II ou III (3 amostras)	12 + 1

Responsável Técnico: Marluce Fortunato

Pág.4/4



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde - SMS
Instituto Municipal de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária –
IVISA-RIO
Coordenação Técnica de Avaliação de Tecnologia em Saúde e Insumos Estratégicos - CTATS
Unidade de Nutrição Annes Dias - UNAD

Procedimento Operacional Padronizado nº 09/2026

Uso do termômetro digital tipo espeto para alimentos (66.85.01.054-58)

Lavar a haste do termômetro com detergente neutro e água (com cuidado para não molhar a parte elétrica) e passar álcool 70% com o auxílio de um pano multiuso descartável



Introduzir a haste no centro do alimento



Esperar a leitura da temperatura normalizar (cerca de 15 segundos)



Limpar a haste do termômetro com álcool 70% utilizando pano multiuso descartável a cada troca de alimento



Após o uso: limpar a haste do termômetro com detergente neutro e água, tomando cuidado para não molhar a parte elétrica



Passar pano multiuso descartável com álcool 70% na haste



Proteger a haste do termômetro e guardar

Obs: Não utilizar o termômetro em cadeia fria e quente consecutivamente. Para maior conservação e durabilidade do equipamento, aguardar alguns minutos para passar de uma cadeia para a outra. Não utilizar o termômetro dentro do forno.

Responsável Técnico: Marluce Fortunato



PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde - SMS
Instituto Municipal de Vigilância Sanitária, Vigilância de Zoonoses e de Inspeção Agropecuária –
IVISA-RIO
Coordenação Técnica de Avaliação de Tecnologia em Saúde e Insumos Estratégicos - CTATS
Unidade de Nutrição Annes Dias - UNAD

Procedimento Operacional Padronizado nº 10/2026

Uso do termômetro digital infravermelho portátil (6685.01.101-9)

Segure o termômetro pela sua base e ligue-o, mantendo pressionado o gatilho até que a tela se ilumine e o termômetro emita um laser projetado para frente



Aponte o laser no centro da superfície a ser medida. No caso de alimentos, fazer um buraco com o utensílio de servir (adequado a cada preparação) higienizado no centro e aponte o laser para o interior dessa abertura



Em caso de superfícies muito quentes ou geladas, aguarde a dispersão do vapor para fazer a medição, pois pode atrapalhar a leitura



A temperatura será exibida no visor, indicando o término da medição



Solte o gatilho e anote a temperatura. Após aproximadamente 15 segundos o termômetro se desligará



Guarde o termômetro em local protegido e longe de fontes de calor

Obs: Não aponte em hipótese alguma o laser na direção dos olhos ou para superfícies refletivas (espelhos, etc), que poderão refletir nos olhos. Jamais aponte o laser na direção de gases ou líquidos inflamáveis ou explosivos. Não exponha o termômetro a variações bruscas de temperatura do ambiente.

Responsável Técnico: Marluce Fortunato

CONTROLE DE QUALIDADE DE ALIMENTOS
S/IVISA/RIO/CTATS/UNAD

INFORMATIVO Nº01/2024
JULHO

ORIENTAÇÕES PARA QUANDO O LAUDO DA POTABILIDADE DA ÁGUA FOR IMPRÓPRIO PARA O CONSUMO POR CONTAMINAÇÃO POR *E.coli* NAS CRECHES/EDI E ESCOLAS

A segurança no fornecimento da água é fundamental para a saúde pública, especialmente para as crianças em idade escolar que passam grande parte do tempo nas unidades de ensino. O controle da qualidade microbiológica da água é importante para a prevenção da ocorrência de doenças transmitidas através da água que tem impacto na saúde infantil.

Uma vez identificada a contaminação da água da unidade de ensino por *E.coli*, essa água torna-se imprópria para o consumo de acordo com a legislação vigente e sua utilização na cozinha no pré preparo, preparo de alimentos e para higiene pessoal também não são permitidas. Com isso, seu uso deve ser interrompido imediatamente até que todas as medidas sejam tomadas para eliminar a contaminação e a água não esteja mais contaminada.



E.coli é considerada um microrganismo indicador, ou seja, quando presente na água pode indicar a ocorrência de contaminação fecal (pois é encontrada no intestino de mamíferos), a provável presença de outros microrganismos causadores de doenças, além de poder indicar condições higiênico-sanitárias inadequadas do reservatório de água, por exemplo.

Medidas a serem tomadas quando tem um resultado na análise da água "IMPRÓPRIA PARA CONSUMO"

1. Suspender imediatamente a utilização da água para o pré preparo, preparo de alimentos, o fornecimento da água dos filtros e bebedouros e higiene pessoal;
2. Efetuar a higienização do reservatório de água. A higienização do reservatório deve ser realizada por empresa especializada, devidamente habilitada a realizar esse tipo de serviço (com registro no INEA). A higienização do reservatório de água deve ocorrer, no máximo, a cada seis meses e o comprovante da limpeza deverá ficar visível a toda comunidade escolar;
3. Substituir os elementos filtrantes dos filtros e bebedouros e colocar a data da troca anexada próxima ao filtro e bebedouros para controle ;
4. Efetuar nova análise da água após a higienização do reservatório de água e troca dos elementos filtrantes para verificar a eficácia das medidas tomadas. Somente após o resultado "Própria para consumo" indicando a potabilidade, que a água poderá ser consumida ou utilizada nos processos do Serviço de Alimentação, filtros e bebedouros da

CONTROLE DE QUALIDADE DE ALIMENTOS
S/IVISA/RIO/CTATS/UNAD

INFORMATIVO Nº01/2024
JULHO

ORIENTAÇÕES PARA QUANDO O LAUDO DA POTABILIDADE DA ÁGUA FOR IMPRÓPRIO PARA O CONSUMO POR CONTAMINAÇÃO POR *E.coli* NAS CRECHES/EDI E ESCOLAS

unidade escolar;

5. Observar as condições de conservação do reservatório de água. O reservatório de água deve estar tampado, sem rachaduras ou infiltrações e sem sujidades acumuladas;
6. Verificar a presença de infiltrações nas tubulações por onde a água passa;
7. Observar a presença de sujidades nas torneiras e filtros;
8. Verificar a data de troca do elemento filtrante de filtros e bebedouros;
9. Verificar o procedimento de coleta da amostra de água;
10. Implementar um monitoramento contínuo da qualidade da água para detectar qualquer nova contaminação o mais cedo possível.



Quanto ao fornecimento da Alimentação Escolar

- Fornecer água mineral, para consumo por livre demanda, em copo descartável biodegradável aos estudantes e funcionários da unidade escolar;
- Fornecer a refeição nº8 (LEI - Lanche Emergencial Individual) para as Creches/EDI e Escolas;
- Higienizar as embalagens com álcool 70% antes de sua abertura;
- Utilizar álcool 70° na higienização dos estudantes e funcionários;
- As frutas permitidas são banana e tangerina.

Orientações gerais

- O lanche emergencial não contempla situação de crianças com necessidades nutricionais específicas com Adaptação de Cardápio;
- A refeição LEI é de caráter estritamente provisório, de uso restrito, para curto período de tempo;
- O atendimento em Creches/EDI se dará somente para crianças **maiores de 3 anos e 11 meses**, em Turno Parcial (de 3 horas de permanência na Unidade);
- Oferta de apenas 1 refeição.

Obs: Essas medidas visam proteger a saúde e a segurança de todos na unidade de ensino contra riscos associados à *Escherichia coli* e outras contaminações microbiológicas da água.

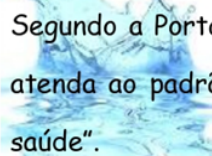
CONTROLE DE QUALIDADE DE ALIMENTOS
S/IVISA/RIO/CTATS/UNAD

INFORMATIVO Nº01/2024
JULHO

ORIENTAÇÕES PARA QUANDO O LAUDO DA POTABILIDADE DA ÁGUA FOR IMPRÓPRIO PARA O CONSUMO POR CONTAMINAÇÃO POR *E.coli* NAS CRECHES/EDI E ESCOLAS

Quais são as condições higiênicas adequadas ao consumo da água?

A ÁGUA PARA O CONSUMO HUMANO DEVE SER POTÁVEL



Segundo a Portaria GM/MS n.º 888, de 04 de maio de 2021, **água potável** é a "água que atenda ao padrão de potabilidade estabelecido em legislação e que não ofereça riscos à saúde".

Para isso é importante garantir que a água seja proveniente da **ÁGUAS DO RIO, RIO MAIS SANEAMENTO E IGUÁ** e que seja acondicionada em reservatórios higienizados periodicamente.

"Art. 37. O reservatório de água deve:

I - ser edificado e revestido de materiais que não comprometam a qualidade da água, conforme legislação específica;

II - estar livre de rachaduras, vazamentos, infiltrações, descascamentos, dentre outros defeitos e em adequado estado de higiene e conservação;

III - estar devida e permanentemente tampado;

IV - ser higienizado, em um intervalo máximo de seis meses, devendo a sua execução ser comprovada mediante ordem de serviço e laudo de potabilidade, emitidos por firma habilitada nos termos da legislação vigente.

Parágrafo único. Quando utilizada solução alternativa de abastecimento de água, a potabilidade deve ser igualmente atestada, sem prejuízo de outras exigências previstas na legislação específica."

(Portaria IVISA-RIO Nº 2-N DE 11/11/2020)



"Art. 1º - A limpeza e desinfecção de caixas d' água e cisternas devem ocorrer obrigatoriamente nos meses de janeiro e julho em todos os estabelecimentos nos quais se desenvolvam atividades escolares, incluindo, creches e pré-escolas, no âmbito público, privado e filantrópico."

(Resolução SMS Nº 752 de 10 janeiro de 2001)

3

QUALIDADE DAS CARNES

QUALIDADE DA CARNE BOVINA

A carne bovina é um alimento de excelente valor nutricional e de grande importância para o crescimento e desenvolvimento do ser humano. Possui grande quantidade de proteínas de alta qualidade, de vitaminas do complexo B e de minerais como o ferro e o zinco.

A temperatura e o tempo de cocção assim como a forma de preparo também influenciam na sua qualidade nutricional, devendo-se priorizar o uso de fogo brando e a cocção úmida, isto é, em líquido, como cozidos, ensopados, assados na panela, e outras.

CARACTERÍSTICAS

Os cortes de carnes devem apresentar:

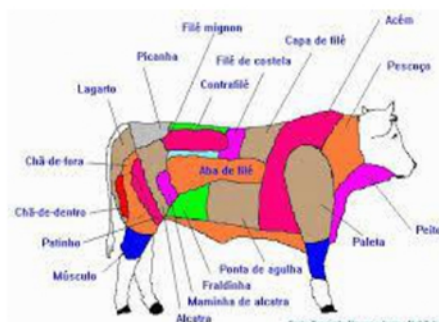
- Aspecto uniforme, sem coágulos sanguíneos.
 - Consistência firme, compacta e elástica (no início de deterioração a superfície torna-se viscosa e a carne perde a elasticidade).
 - Coloração uniforme, sem manchas escuras ou esverdeadas, variando do vermelho rosado ao vermelho vivo e a gordura de cor branca ou amarelo-pálida.
- As embalagens a vácuo deixam a carne um pouco mais escura, mas a cor volta ao normal (vermelho mais claro) em pouco tempo depois de aberta.
- Odor suave e característico.

TIPOS DE CORTE

O boi, após o abate, é dividido em quartos traseiros e dianteiros, permitindo cerca de 20 tipos de cortes, diferenciados na maciez, conforme a atividade exercida por aquela musculatura.

A genética, o sexo e a idade do animal quando é abatido também interferem no sabor, cor, textura e maciez da carne.

As partes dianteiras são compostas por músculos que exercem maior movimentação, conferindo menor maciez.



S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

INFORMATIVO Nº 02/2024
AGOSTO

QUALIDADE DAS CARNES

No lombo do boi e na região traseira encontramos as carnes mais macias e saborosas, inclusive o músculo, presente na região traseira, que possui melhor aproveitamento do que o dianteiro.

A carne bovina, por ser muito perecível, favorece o desenvolvimento dos microrganismos, comprometendo a qualidade do produto e representando risco para a saúde do consumidor.

Desta forma, para evitar a deterioração, as condições sanitárias da comercialização das carnes devem estar dentro dos padrões adequados de higiene assim como a sua conservação na temperatura indicada na embalagem.



Cuidados importantes para garantir a qualidade da carne:

- Embalagem íntegra e devidamente lacrada;
- Rotulagem correta contendo informações previstas em legislação, especialmente a **identificação da origem da carne e a data de validade**, e o Selo de Inspeção Federal (SIF) ou Selo de Inspeção Estadual (SIE) ou Selo SIM-RIO/POA - Serviço de Inspeção Municipal de Produtos de Origem Animal do Rio de Janeiro;
- Cuidados higiênicos na manipulação da carne;
- Devem ser conservadas sob refrigeração mantendo a temperatura adequada no transporte e armazenamento, desde o abate do animal até o consumo;
- Ao retirar as aparas, ter cuidado no corte para não ter perda de carne além das aparas;
- Os manipuladores devem ter facas em quantidade, tipo e amoladas, adequadas ao corte.

A CARNE DEVE SER TRANSPORTADA E ENTREGUE CONGELADA NA UNIDADE DE ENSINO. NÃO RECEBER A CARNE QUANDO ESTIVER DESCONGELADA.

QUALIDADE DAS CARNES

EXEMPLOS DE ALGUNS TIPOS DE CORTES DO PLANEJAMENTO ALIMENTAR NO PNAE DO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO

MÚSCULO BOVINO

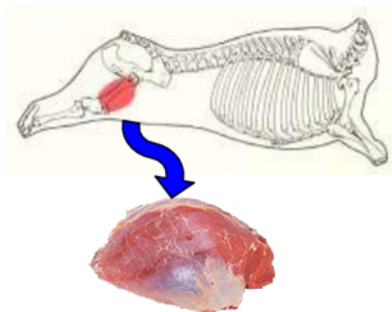
É melhor aproveitado quando cozido em calor úmido, como ensopados ou sopas. Deve ser limpo, com a retirada do excesso de gordura.

Obs: o músculo somente é consumido nas CRECHES/EDIs.

Descritivo: Carne bovina músculo, sem osso, com o máximo de 10% de gordura, congelada, devendo ser fornecida em embalagem plástica atóxica, resistente, transparente, devidamente rotulada de acordo com a legislação vigente, sendo cada peça individualmente acondicionada, com no máximo 3 Kg (cód. 8905.01.014-65).



CARNE BOVINA PATINHO



Este tipo de corte está localizado na parte traseira inferior do boi, onde se encontram os músculos menos exercitados pelo animal, o que confere maior maciez à carne. É uma carne com pouca quantidade de gordura, possui uma fina camada externa de tecido que recobre toda a peça. Tem a forma mais arredondada que o coxão mole (chã de dentro). Possui na parte interna uma camada de aponevrose em forma de C.

Descritivo: Carne bovina patinho, sem osso, com no máximo 10% de gordura, congelada, devendo ser fornecida em embalagem plástica atóxica, resistente, transparente, devidamente rotulada de acordo com a legislação vigente, sendo cada peça individualmente acondicionada, com no máximo 3 Kg (cód. 8905.01.008-17).

Este corte é composto de **uma única peça inteira** e não pode apresentar uma perda maior do que **10%** do peso da peça em aparas.

ATENÇÃO:

Quando observar que o tipo de corte fornecido **não** corresponde ao solicitado **exija a substituição da peça**, assim como se a peça apresentar uma **perda maior do que 10%** em aparas solicite a reposição da perda excedente.

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

INFORMATIVO Nº 02/2024
AGOSTO

QUALIDADE DAS CARNES

Sempre que for constatada alguma irregularidade no fornecimento, o *Formulário de Notificação* deverá ser preenchido e encaminhado ao CAE SME (Coordenação de Alimentação Escolar da Secretaria Municipal de Educação).



FÍGADO BOVINO

Descritivo: Fígado bovino, congelado, devendo ser fornecido em embalagem plástica atóxica, resistente, transparente, devidamente rotulada de acordo com a legislação vigente, sendo cada peça individualmente acondicionada, com no máximo 3 Kg (cód. 8905.01.007-36).

Por que a importância do consumo de carnes nas escolas?

Segundo a Nota Técnica Nº 1879810/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), devido à persistência de problemas nutricionais comuns no Brasil, como a **anemia** por deficiência de ferro, e para facilitar o controle da qualidade da alimentação oferecida, os especialistas recomendaram a inclusão obrigatória de alimentos fontes de *ferro heme** no Planejamento Alimentar da Alimentação Escolar, pelo menos quatro vezes por semana. E está na Resolução CD/FNDE nº06/2020 como obrigatoriedade.

*Fontes de ferro heme: as carnes vermelhas, vísceras, aves e peixes.

Os ovos são fonte de Ferro **não heme** e só poderão estar presentes **no cardápio do Almoço uma vez por semana.**

Segundo a Portaria IVISA-RIO Nº 2-N DE 11/11/2020:

"Art. 64. Para os alimentos congelados, antes do tratamento térmico, deve-se proceder ao descongelamento, a fim de garantir adequada penetração do calor.

Art. 65. O descongelamento deve ser conduzido de forma a evitar que as áreas superficiais dos alimentos se mantenham em condições favoráveis à multiplicação microbiana.

S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

INFORMATIVO Nº 02/2024
AGOSTO

QUALIDADE DAS CARNES

§ 1º O descongelamento deve ser efetuado em condições de refrigeração à temperatura inferior a 5°C (cinco graus Celsius).

§ 2º Os alimentos submetidos a descongelamento devem ser mantidos sob refrigeração, caso não forem imediatamente utilizados.

§ 3º O processo de descongelamento deve ser devidamente monitorado e registrado, com a data e hora de início do procedimento e temperatura ajustada do equipamento.

§ 4º É expressamente vedado:

I - o descongelamento de alimentos:

a) A temperatura ambiente;

b) Submerso em água, exposto em água corrente ou sob ação de corrente direta de ar;

II - O recongelamento de alimentos que tenham sido descongelados.

Art. 66. Os alimentos preparados, após a cocção, devem ser mantidos à temperatura superior a 60°C (sessenta graus Celsius) por, no máximo, seis horas e, quando resfriados, mantidos à temperatura inferior a 5°C (cinco graus Celsius).

Parágrafo único. Alimentos preparados, após cocção, mantidos abaixo de 60°C (sessenta graus Celsius), devem ser consumidos em até sessenta minutos.

Art. 71

Parágrafo único. Os alimentos preparados para o consumo imediato, com ou sem cocção, não podem ser reutilizados para elaboração de novos pratos."

COMPOSIÇÃO DOS GÊNEROS INDUSTRIALIZADOS PERMITIDOS NA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

LEI 7.987 DE 11 DE JULHO DE 2023

Em julho de 2023, a Lei Municipal 7.987 foi regulamentada pelo Decreto Rio nº 52.842/2023, que institui ações de combate à obesidade infantil, proibindo a venda e a oferta de bebidas e **alimentos ultraprocessados** nas escolas públicas e privadas de ensino infantil e fundamental estabelecidas no Município do Rio de Janeiro.

Essa legislação considera o consumo de bebidas e alimentos ultraprocessados um risco de obesidade e pode acarretar em outros problemas para a saúde dos escolares e, a fim de promover o bem estar infantil, é indispensável que a alimentação escolar seja adequada e saudável e deve ser estimulada.

No ato do recebimento dos gêneros, nas Unidades de Ensino, o funcionário responsável deve verificar a composição dos gêneros, vendo a lista dos ingredientes do rótulo, a fim de não receber gêneros alimentícios **ULTRAPROCESSADOS**, diferente do descritivo da licitação (constante no Guia Alimentar para Creches/EDI e Escolas) e em desacordo com a legislação supracitada.

É importante lembrar que a qualidade dos alimentos deve ser verificada no **RECEBIMENTO**, durante o **ARMAZENAMENTO** e no **PREPARO** e **DISTRIBUIÇÃO** das refeições.



COMPOSIÇÃO DOS GÊNEROS INDUSTRIALIZADOS PERMITIDOS NA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

O Guia Alimentar para a População Brasileira traz uma nova classificação dos alimentos:

- **Alimentos in natura** que são aqueles obtidos diretamente de plantas ou de animais (como folhas e frutos ou ovos) e adquiridos para consumo sem que tenham sofrido qualquer alteração após deixarem a natureza."

Ex.: frutas e legumes frescos.

- **Alimentos minimamente processados** que "são alimentos que, antes de sua aquisição, foram submetidos a alterações mínimas."

Ex.: arroz e feijão.

- **Alimentos processados** que "são fabricados pela indústria com a adição de sal ou açúcar ou outra substância de uso culinário a alimentos in natura para torná-los duráveis e mais agradáveis ao paladar. São produtos derivados diretamente de alimentos e são reconhecidos como versões dos alimentos originais. São usualmente consumidos como parte ou acompanhamento de preparações culinárias feitas com base em alimentos minimamente processados."

Ex.: milho em conserva, queijo, atum ou sardinha enlatados.

- **Alimentos ultraprocessados** que "são formulações industriais feitas inteiramente ou majoritariamente de substâncias extraídas de alimentos (óleos, gorduras, açúcar, amido, proteínas), derivadas de constituintes de alimentos (gorduras hydrogenadas, amido modificado) ou sintetizadas em laboratório com base em matérias orgânicas como petróleo e carvão (corantes, aromatizantes, realçadores de sabor e vários tipos de aditivos usados para dotar os produtos de propriedades sensoriais atraentes)".

Ex.: sorvete, batata frita, biscoitos, refrigerantes, balas, macarrão instantâneo.

[Figura 1: exemplo de alimento in natura, processado e ultraprocessado]

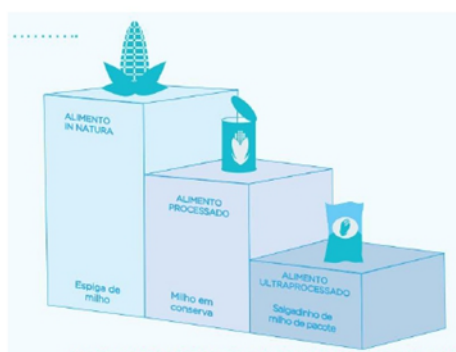


Figura 1: Ministério da Saúde, 2014.

COMPOSIÇÃO DOS GÊNEROS INDUSTRIALIZADOS PERMITIDOS NA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

No Planejamento Alimentar da alimentação escolar do nosso município, só pode conter gêneros que atendam a legislação supracitada. Para auxiliar como deve ser a composição desses gêneros, segue a composição dos mesmos para ser verificada no momento do recebimento na unidade de ensino.

Azeite de oliva: deve conter somente o azeite de oliva.

Código 37.001-11: azeite de oliva, puro, em embalagem original com 500ml.

Instrução Normativa 1/2012. Ministério da Agricultura, pecuária e abastecimento. Gabinete do ministro. Instrução Normativa Nº 1 de 30 de janeiro de 2012.

Filé de peito de frango: filé de frango sem osso e sem pele.

Código 03.007-43: carne, frango (filé de peito), sem osso, sem pele, congelada, devendo ser fornecida acondicionada em embalagem plástica original atóxica, resistente, transparente, devidamente rotulada de acordo com a legislação vigente, com no máximo 3 Kg.

Portaria DAS nº210 de 10 de novembro de 1998. Regulamento Técnico de Inspeção Tecnológica e higiênico-sanitária de carne de aves - Alteração.

Iogurte natural integral: produto cuja elaboração tenha sido utilizada exclusivamente ingredientes lácteos.

Pode conter: leite e/ou leite reconstituído padronizado em seu conteúdo de gordura; cultivos de bactérias lácticas e/ou cultivos de bactérias lácticas específicas; leite concentrado, creme de leite, manteiga, leite em pó, proteínas lácteas, outros sólidos de origem láctea, soros lácteos, concentrados de soros lácteos.

Código 10.030-15 do Descritivo de Gêneros Alimentícios: iogurte natural integral, acondicionado em embalagem original com, no mínimo, 150g.

Instrução Normativa nº 46 de 23/10/2007 / MAPA - Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (D.O.U. 24/10/2007).

Manteiga: creme de leite pasteurizado e cloreto de sódio.

Código 10.005-04: manteiga extra, com sal, acondicionada em embalagem original com 200g.

Portaria MAPA nº 146, de 07 de março de 1996 - Regulamentos Técnicos de Identidade e Qualidade dos Produtos Lácteos.

COMPOSIÇÃO DOS GÊNEROS INDUSTRIALIZADOS PERMITIDOS NA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Polpa de tomate: tomate. Ainda pode conter sal e açúcar.

Código 40.003-91: polpa, tomate tradicional, acondicionada em embalagem original com 520g.

Resolução da Diretoria Colegiada - RDC 216, DE 1 DE OUTUBRO DE 2003. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária.

Resolução da Diretoria Colegiada - RDC Nº 276, DE 22 DE SETEMBRO DE 2005. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária.

Filé de tilápia: filé de peixe.

Código 04.029-02: peixe Tilápia, cortado em filé, sem pele, sem espinha, congelado, devendo ser fornecido acondicionado em embalagem plástica atóxica, resistente, devidamente rotulada de acordo com a legislação vigente.

Instrução Normativa nº53, de 1º de setembro de 2020

Suco de fruta integral 200 ml* e 1000 ml:** deve ter na embalagem a expressão: "100% polpa"; "100% polpa e suco"; "100% polpa, suco e vegetal".

Somente é permitido o emprego de água na obtenção de suco e de polpa de fruta, quando seu uso for imprescindível, conforme definido em ato administrativo complementar expedido pela SDA/MAPA. Não pode ter adição de açúcar, corantes e conservantes.

*Código 44.017-38: suco de fruta integral, sem adição de açúcares, de corantes ou de conservantes artificiais, em embalagem original com no mínimo 200 ml.

**Código 44.018-19: suco de fruta integral, sem adição de açúcares, de corantes ou de conservantes artificiais, em embalagem original com no mínimo 1000 ml.

Instrução Normativa MAPA Nº 49 DE 26/09/2018. Ministro de Estado da Agricultura, Pecuária e Abastecimento.

Art. 18. Decreto nº 6.871, de 2009. § 10. A designação integral será privativa do suco sem adição de açúcares e na sua concentração natural, sendo vedado o uso de tal designação para o suco reconstituído



INFORMATIVO UNAD Nº 04/2025 E/SME/CTO/CAE/CRE

Unidades Escolares

Assunto: Orientações para preparo, montagem e distribuição de lanche para atividades externas à Unidade Escolar.

Para atendimento nutricional aos alunos das Unidades Escolares em atividades educacionais fora da sua Unidade foi planejada a refeição “lanche para atividades externas”. Esta refeição deverá ser distribuída sob a forma de KIT LANCHE.

O KIT LANCHE não deverá ser fornecido como única refeição para os alunos em atividades externas com duração superior a 4 horas e/ou para aqueles em atividades esportivas.

Os alunos que participarão das atividades externas deverão receber em uma Unidade Escolar a refeição compatível com o horário de sua saída e/ou chegada à Unidade Escolar.

Este lanche está cadastrado no SISGEN na refeição 46, em todos os grupos, semanas e segmentos (1, 3, 10 e 40), na 2ª feira, e sua utilização está condicionada a autorização da Coordenadoria Regional de Educação – CRE.

O código do cardápio é 143, composto por: **suco de frutas individual, biscoito salgado, queijo processado, fruta e água mineral.**

Orientações para a montagem do kit lanche

Material descartável necessário para a oferta do lanche:

Saco plástico transparente em polietileno, alta resistência, atóxico, inodoro, medindo no mínimo 20cm x 30cm;

Filme de pvc, inodoro, atóxico, transparente, próprio para embalar alimentos;

Para fechamento dos sacos plásticos: mini seladora portátil para embalagens plásticas, com dimensões aproximadas de 10cm x 4cm x 4cm (A x L x P) ou fecho de arame recoberto de plástico, próprio para fechar sacos plásticos, com no mínimo 8cm;

Etiquetas adesivas com medida aproximada de 5cm x 3cm, para registro das informações de data de manipulação e validade;

A colocação dos alimentos nos sacos plásticos deve ser feita em horário mais próximo possível do horário da saída para a atividade externa, de forma cuidadosa, para que não ocorra dano de qualquer espécie. Os KITS LANCHES, devidamente embalados, deverão ser acondicionados em caixas organizadoras, contendo, em cada uma, número suficiente de KITS para que não ocorram danos aos produtos.



(continuação Informativo nº 4)

3. Segue ficha de preparação com as orientações complementares para a confecção e distribuição .

Cód. 143	Lanche para atividades externas (suco de frutas, biscoito salgado, queijo processado, fruta, água mineral)					01.L. EXT
	QUANTIDADE PARA 10					
	Pré-Escolar 1 - Escolar 3 - Escolar 40					
Ingredientes	suco de frutas individual	biscoito salgado individual	queijo processado	fruta	água mineral	
suco de frutas individual	2000ml					
biscoito salgado individual		250g				
queijo processado			170g			
maçã				1200g		
água mineral					5000ml	
Porção para 1	1 und	1 und	1 und	120g	1 und	



SUCO DE FRUTAS / ÁGUA MINERAL

- Lavar cuidadosamente a embalagem.
- Guardar em ambiente refrigerado (geladeira).#

MAÇÃ

- Escolher as maçãs em estado adequado de maturação. Lavar em água corrente.
- Higienizar as maçãs com saneante próprio para alimentos, conforme POP UNAD nº 07/2024.
- Após secar em papel toalha, as maçãs devem ser embaladas em filme plástico de PVC próprio para alimentos.
- Colar a etiqueta adesiva com a data da embalagem e validade do produto.
(Embalado em __ / __ / _____).

MONTAGEM DO KIT

- Colocar todos os itens em saco plástico transparente medindo no mínimo 20cm x 30cm.
- Selar o saco com a mini seladora portátil ou fechar com o arame recoberto de plástico.
- Colar a etiqueta adesiva com o registro da data de validade, que deverá ser a data do evento. **Observação:** a montagem do kit deverá ser realizada em horário mais próximo possível do horário da saída para a atividade externa.#

OBS: Em caso de crianças com restrição alimentar a unidade escolar deverá solicitar ao UNAD as orientações para atendimento ao aluno com necessidades nutricionais específicas que participará do evento.#

QUAL A FORMA CORRETA DE RECEBER OS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS?

1 A área de recebimento está limpa?



2 O veículo de transporte está em boas condições?



É do tipo baú fechado?

É refrigerado no caso de carnes e laticínios?

O entregador está com seu uniforme completo?

3 Conferiu a nota fiscal?



Precisa conter:

- O nome da empresa e o local de entrega;
- A data da Nota Fiscal;
- A marca e a especificação dos gêneros;
- A quantidade em pesos e medidas.

ATENÇÃO COM A DATA DE VALIDADE!

4 A embalagem está limpa?



Íntegra? Com rótulo?

Tudo certo com todos os gêneros, inclusive frutas, verduras e legumes?

**⚠ Produto reprovado? ⚠
Devolva na hora do ATO do recebimento!**

Tenha atenção quanto ao Descritivo de Gêneros Alimentícios das creches/EDI e escolas!

As carnes estão descongeladas?
Frutas "machucadas"?
Embalagens molhadas?

NÃO receber!

6

• Passo 1:

Colocar um monobloco VAZIO na balança e tarar;

• Passo 2:

Retirar os alimentos da embalagem secundária e colocá-los no monobloco da balança;

• Passo 3:

Pesar os gêneros e conferir se está de acordo com a nota fiscal.





PREFEITURA DA CIDADE DO RIO DE JANEIRO
Secretaria Municipal de Saúde
S/IVISA-RIO/CTATS/UNAD

Etiquetas para serem utilizadas para identificar as embalagens dos alimentos após sua abertura e posterior armazenamento.

PREFEITURA RIO
Saúde

PNAE - Unidade de Nutrição Annes Dias

Identificação do Produto: _____

Data de abertura: ____/____/____

Data da validade: ____/____/____

PREFEITURA RIO
Saúde

PNAE - Unidade de Nutrição Annes Dias

Identificação do Produto: _____

Data de abertura: ____/____/____

Data da validade: ____/____/____

PREFEITURA RIO
Saúde

PNAE - Unidade de Nutrição Annes Dias

Identificação do Produto: _____

Data de abertura: ____/____/____

Data da validade: ____/____/____

PREFEITURA RIO
Saúde

PNAE - Unidade de Nutrição Annes Dias

Identificação do Produto: _____

Data de abertura: ____/____/____

Data da validade: ____/____/____

PREFEITURA RIO
Saúde

PNAE - Unidade de Nutrição Annes Dias

Identificação do Produto: _____

Data de abertura: ____/____/____

Data da validade: ____/____/____

PREFEITURA RIO
Saúde

PNAE - Unidade de Nutrição Annes Dias

Identificação do Produto: _____

Data de abertura: ____/____/____

Data da validade: ____/____/____

CONTATOS

Endereço para correspondência:

Avenida Pasteur, 44, Botafogo, Rio de Janeiro, RJ, CEP. 22.240-290

Telefone: 2295-7498/2295-7398



Email:

direção.inad@gmail.com
pnaeunad2026@gmail.com
adaptacão.unad@gmail.com



É vedada a reprodução e a apropriação parcial deste Guia Alimentar. A execução adequada e plena do PNAE requer o conhecimento e a aplicação de todos os orientadores e os anexos (1 ao 13) que o compõe.

O Caderno de Fichas de Preparações/2026 acompanha e subsidia a correta e adequada execução do Plano Alimentar/2026.

As Unidades Escolares da Rede Municipal de Ensino deverão obrigatoriamente dispor de uma cópia impressa do Guia Alimentar 2026 e das Fichas Técnicas de Preparações 2026 visando fácil acesso do mesmo pela Comunidade Escolar.

