|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022 CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 04 Refeições - Creche 01 e 02 (até 2 anos) |
| 1ª Semana | **Segunda-feira 07/11** | **Terça-feira 08/11** | **Quarta-feira 09/11** | **Quinta-feira 10/11** | **Sexta-feira 11/11** |
| DESJEJUM Horário: 8h e 8:30. | Batata doce cozida +Banana nanica | Cuscuz (Farinha de milho flocada)+Melão | Batata doce corada +Mamão | Cuscuz (Farinha de milho flocada)+Melancia | Inhame cozido+Mamão |
| ALMOÇOHorário: 11h e 11:30. | Bobó de Peito de Frango desfiado com Abóbora Arroz cozidoInhame cozido | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com PimentãoArroz cozidoTutu de Feijão (Farinha de mandioca)Abóbora refogada Chuchu cozido com Cheiro-verde | Coxa e sobrecoxa de Frango assadasArroz cozidoFeijão cozidoPurê de Inhame Couve refogada | Iscas de Peito de Frango refogadas com Ervas(Cebolinha, Hortelã, Manjericão e Salsa)Macarrão ao molho (Extrato de tomate)Feijão cozidoAbóbora cozidaRepolho verde em tiras | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com BatatasArroz cozidoFeijão cozidoPepino picado Beterraba cozida com Cheiro-verde |
| LANCHEHorário: 14h e 14:30. | Mamão | Banana nanica | Melancia | Mamão | Abacaxi em fatias |
| JANTARHorário: 17h e 17:30. | Peito de Frango em cubos cozido com Cenoura Arroz cozido | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidasArroz cozidoBeterraba cozidaCouve refogada  | Peito de Frango em cubos ao molho (Extrato de tomate)Arroz cozidoFeijão cozidoBatata doce assada | Galinhada(Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango)Pepino em fatias Maçã  | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura e Pimentão(Acém em peça)Macarrão ao alho e óleoRepolho verde ralado |
| Observação: Acerca da consistência das preparações, ler as “Observações Gerais” ao final do cardápio.Reservar 1pc de Maçã refrigerada, 1pc de Cenoura, 1pc de Batata doce, 1 pc de Banana nanica congelada e 1pc de Abóbora para a próxima quarta-feira.Reservar parte do quantitativo de temperos e congelar picados para a próxima semana: Alho, Cebola, Cebolinha, Coentro, Salsa e Pimentão.As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações. |

|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022 CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 04 Refeições - Creche 01 e 02 (até 2 anos) |
| 2ª Semana | **Segunda-feira 14/11** | **Terça-feira 15/11** | **Quarta-feira 16/11** | **Quinta-feira 17/11** | **Sexta-feira 18/11** |
| DESJEJUM Horário: 8h e 8:30. | **DIA LETIVO MÓVEL** | **FERIADO NACIONAL****(Proclamação da República)** | Cuscuz(Farinha de milho flocada)+ Maçã  | Batata doce cozida +Banana nanica | Inhame corado+Abacaxi |
| ALMOÇOHorário: 11h e 11:30. | Peito de Frango cozido com Batata doce e Cenoura Arroz cozido | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozidoFeijão cozido Purê de AbóboraBeterraba cozida | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cebola e Pimentão(Acém em peça)Macarrão ao molho(Extrato de tomate)Feijão cozidoBatata doce coradaChuchu refogado  |
| LANCHEHorário: 14h e 14:30. | Sorbet de Banana nanica (1 pc)  | Maçã  | Banana nanica |
| JANTARHorário: 17h e 17:30. | Bobó de Peito de Frango desfiado com Abóbora Arroz cozido | Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate)Macarrão ao alho e óleoSalada de Cenoura ralada e Pepino com casca picadoMelão | Galinhada(Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango)Feijão cozidoAbóbora cozidaBeterraba cozida |
| Observação: Acerca da consistência das preparações, ler as “Observações Gerais” ao final do cardápio.Reservar: 1pc de Inhame, 1 pc de Cenoura, 1 pc de Maçã refrigerada, 1 pc de Melão e 2 pc de Batata doce para a próxima segunda-feira.As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.Cardápio sujeito a alterações. |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022 CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 04 Refeições - Creche 01 e 02 (até 2 anos) |
| 3ª Semana | **Segunda-feira 21/11** | **Terça-feira 22/11** | **Quarta-feira 23/11** | **Quinta-feira 24/11** | **Sexta-feira 25/11** |
| DESJEJUM Horário: 8h e 8:30. | Batata doce cozida +Maçã  | Cuscuz(Farinha de milho flocada)+Goiaba (2pc) | Batata doce corada +Maçã | Cuscuz(Farinha de milho flocada)+Melancia | Inhame corado+Goiaba (2 pc) |
| ALMOÇOHorário: 11h e 11:30. | Peito de Frango cozido com CenouraArroz cozidoPurê de Inhame  | Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) Feijão cozidoSalada cozida de Cenoura, Chuchu e Cheiro-verde | Coxa e sobrecoxas de Frango cozidas com Pimentão (Acém em peça)Arroz cozidoFeijão cozidoInhame cozidoCouve refogada | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce Macarrão ao molho(Extrato de tomate)Feijão cozidoCenoura cozida com Salsa | Peito de Frango em cubos refogado com Hortelã Arroz cozidoFeijão cozidoPurê de BatatasBeterraba cozida com Cheiro-verdeRepolho verde em tiras |
| LANCHEHorário: 14h e 14:30. | Melão | Banana nanica | Goiaba (2pc) | Banana nanica | Mamão |
| JANTARHorário: 17h e 17:30. | Peito de Frango em cubos ao molho(Extrato de tomate)Macarrão ao alho e óleoBatata doce corada  | Coxa e sobrecoxa de Frango assadasArroz cozido Purê de Batata doceCouve refogada | Peito de Frango em cubos cozido com AbóboraArroz cozidoFeijão cozido | Iscas de Peito de Frango aceboladasArroz cozidoFeijão cozidoRepolho verde ralado com SalsaMamão | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura e PimentãoArroz cozidoPepino em fatias |
| Observação: Acerca da consistência das preparações, ler as “Observações Gerais” ao final do cardápio.Reservar 1 pc de Maçã refrigerada, 1 pc de Melancia, 1 pc de Abóbora, 1pc de Pepino, 1 pc de Beterraba e 1pc de Cebola para a próxima segunda-feira.As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.Cardápio sujeito a alterações. |

|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)  |
| 04 Refeições - Creche 01 e 02 (até 2 anos) |
| 4ª Semana | **Segunda-feira 28/11** | **Terça-feira 29/11** | **Quarta-feira 30/11** | **Quinta-feira 01/12** | **Sexta-feira 02/12** |
| DESJEJUM Horário: 8h e 8:30. | Cuscuz(Farinha de milho flocada)+Melancia | Batata doce corada+Banana nanica | **FERIADO LOCAL****(Dia do Evangélico)** | Cuscuz(Farinha de milho flocada)+Melão | Inhame cozido+ Maçã  |
| ALMOÇOHorário: 11:45 e 12:30. | Bobó de Peito de Frango Pouch com AbóboraArroz cozidoPepino em tiras | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozidoFeijão cozidoBatata doce cozida Pepino em fatias | Macarrão ao molho com Peito de Frango e Manjericão(Extrato de tomate)Inhame coradoCouve refogada | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura, Pimentão e SalsaArroz cozidoFeijão cozidoRepolho verde ralado com Cheiro-verdeMamão |
| LANCHEHorário: 15h e 15:30. | Maçã | Melão | Maçã | Banana nanica |
| JANTARHorário: 17h e 17:30. | Peito de Frango acebolado Macarrão ao molho (Extrato de tomate)Beterraba cozida  | Peito de Frango em Pouch cozido com Abóbora e Pimentãorefogado com Arroz cozido Couve refogada | Galinhada(Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz)Cenoura cozida com Cheiro-verde Melancia | Coxa e sobrecoxa de Frango assadasArroz cozido Feijão cozidoPepino com casca em fatias |
| Observação: Acerca da consistência das preparações, ler as “Observações Gerais” ao final do cardápio.Reservar 1 pc de Maçã refrigerada, 1 pc de Mamão, 1pc de Batata doce, Beterraba, 1 pc de Abóbora e 1 pc de Repolho verde para a próxima segunda-feira.As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações. |

|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022 CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 04 Refeições - Creche 01 e 02 (até 2 anos) |
| 5ª Semana | **Segunda-feira 05/12** | **Terça-feira 06/12** | **Quarta-feira 07/12** | **Quinta-feira 08/12** | **Sexta-feira 09/12** |
| DESJEJUM Horário: 8h e 8:30. | Batata doce cozida +Mamão | Cuscuz(Farinha de milho flocada)+Goiaba (2pc) | Batata doce corada +Maçã  | Cuscuz(Farinha de milho flocada)+Melão  | Inhame cozido+Goiaba (2pc) |
| ALMOÇOHorário: 11:45 e 12:30. | Isca de Peito de Frango refogadaArroz cozidoPurê de AbóboraBeterraba cozida | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozidoFeijão cozidoPurê de Inhame  Cenoura cozida com Salsa e Pimentão | Iscas de Peito de Frango refogadas com Ervas(Hortelã, Cebolinha, Salsa, Coentro e Cebola)Arroz cozidoFeijão cozidoAbóbora cozidaPepino com casca picado | Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) com Cheiro verdeFeijão cozidoBeterraba cozida Repolho verde picado Abacaxi picado  | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidasMacarrão ao molho (Extrato de tomate)Feijão cozidoBatata doce assada Chuchu refogado com Cebolinha |
| LANCHEHorário: 15h e 15:30. | Maçã  | Banana nanica  | Mamão  | Goiaba (2pc) | Mamão |
| JANTARHorário: 17h e 17:30. | Macarrão ao molho com Peito de Frango(Extrato de tomate)Repolho verde picado | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidasArroz cozidoFeijão cozidoCouve refogada  | Peito de Frango aceboladoArroz cozido Beterraba cozida Repolho verde em tiras | Peito de Frango refogado Arroz cozido Batata doce assada Maçã  | Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz)Salada de Cenoura crua ralada e Pepino com casca em tiras |
| Observação: Acerca da consistência das preparações, ler as “Observações Gerais” ao final do cardápio.As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.Cardápio sujeito a alterações. |

|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022 CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA) |
| 04 Refeições - Creche 01 e 02 (até 2 anos) |
| 6ª e 7ª Semanas | **Período de 12/12 a 22/12/2022** |
| DESJEJUM Horário: 8h e 8:30. | Com o intuito de adequar os estoques das Unidades Escolares, a fim de evitar o acúmulo de gêneros alimentícios, assim como possíveis perdas em virtude do término do ano letivo, como a ocorrência das provas de final de ano, a diminuição significativa da frequência dos estudantes, bem como o início do recesso escolar, solicitamos às Unidades Escolares, junto ao Quadro Técnico de Nutricionistas lotado nas Regionais de Ensino, que adaptem os cardápios nesse período conforme disponibilidade de gêneros em estoque.  Importante salientar que, caso a Unidade Escolar identifique a necessidade de complementação da alimentação escolar nesse período, deverá entrar em contato com os Nutricionistas da UNIAE para a solicitação de **pedido extra de gêneros alimentícios perecíveis, de acordo com a Nota Técnica nº 01/2021 – SEE/SUAG/DIAE/GPEA (066695935).****Importante!****Alguns gêneros alimentícios, como por exemplo: amido de milho, farinha de mandioca, arroz parboilizado, dentre outros gêneros, para algumas modalidades de ensino, não estarão presentes nos cardápios propostos, no entanto, caso ainda estejam presentes nos depósitos das escolas, é importante que haja comunicação com os nutricionistas da Regional de Ensino, a fim de realizarem as devidas adaptações nos cardápios para o consumo imediato e evitar que esses produtos permaneçam armazenados nos depósitos durante o recesso escolar.** |
| ALMOÇOHorário: 11:45 e 12:30. |
| LANCHEHorário: 15h e 15:30. |
| JANTARHorário: 17h e 17:30. |
| Observação: Acerca da consistência das preparações, ler as “Observações Gerais” ao final do cardápio.As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.Cardápio sujeito a alterações. |

|  |
| --- |
| **CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - Creche 01 menor de 02 anos** |
| **1ª Semana Composição nutricional (Média semanal)** | **Etapa de Ensino** | **Faixa Etária** | **Energia (Kcal)** | **Carboidrato** | **Proteína** | **Lipídio** | **Vit. A** | **Vit. C** | **Cálcio** | **Ferro** |
| **(55% a 65% do VET)** | **(10% a 15% do VET)** | **(15% a 30% do VET)** |
| g | % | g | % | g | % | mcg | mg | mg | mg |
| **Creche 01** | 07-11 meses | 555,98 | 89,58 | 58,00% | 23,69 | 15,34% | 11,11 | 17,98% | 265,87 | 72,85 | 80,64 | 3,13 |
| 01-02 anos | 555,98 | 89,58 | 58,00% | 23,69 | 15,34% | 11,11 | 17,98% | 265,87 | 72,85 | 80,64 | 3,13 |
| **2ª Semana Composição nutricional (Média semanal)** | **Etapa de Ensino** | **Faixa Etária** | **Energia (Kcal)** | **Carboidrato** | **Proteína** | **Lipídio** | **Vit. A** | **Vit. C** | **Cálcio** | **Ferro** |
| **(55% a 65% do VET)** | **(10% a 15% do VET)** | **(15% a 30% do VET)** |
| g | % | g | % | g | % | mcg | mg | mg | mg |
| **Creche 01** | 07-11 meses | 578,78 | 95,96 | 59,69% | 23,29 | 14,49% | 11,37 | 17,68% | 333,97 | 24,84 | 55,66 | 2,68 |
| 01-02 anos | 578,78 | 95,96 | 59,69% | 23,29 | 14,49% | 11,37 | 17,68% | 333,97 | 24,84 | 55,66 | 2,68 |
| **3ª Semana Composição nutricional (Média semanal)** | **Etapa de Ensino** | **Faixa Etária** | **Energia (Kcal)** | **Carboidrato** | **Proteína** | **Lipídio** | **Vit. A** | **Vit. C** | **Cálcio** | **Ferro** |
| **(55% a 65% do VET)** | **(10% a 15% do VET)** | **(15% a 30% do VET)** |
| **g** | **%** | **g** | **%** | **g** | **%** | **mcg** | **mg** | **mg** | **mg** |
| **Creche 01** | 07-11 meses | 594,41 | 99,15 | 60,05% | 25,18 | 15,25% | 10,96 | 16,60% | 361,31 | 108,64 | 76,03 | 3,34 |
| 01-02 anos | 594,41 | 99,15 | 60,05% | 25,18 | 15,25% | 10,96 | 16,60% | 361,31 | 108,64 | 76,03 | 3,34 |
| **4ª Semana Composição nutricional (Média semanal)** | **Etapa de Ensino** | **Faixa Etária** | **Energia (Kcal)** | **Carboidrato** | **Proteína** | **Lipídio** | **Vit. A** | **Vit. C** | **Cálcio** | **Ferro** |
| **(55% a 65% do VET)** | **(10% a 15% do VET)** | **(15% a 30% do VET)** |
| g | % | g | % | g | % | mcg | mg | mg | mg |
| **Creche 01** | 07-11 meses | 770,26 | 96,36 | 45,04% | 22,07 | 10,31% | 33,25 | 38,85% | 238,36 | 39,70 | 64,68 | 2,97 |
| 01-02 anos | 770,26 | 96,36 | 45,04% | 22,07 | 10,31% | 33,25 | 38,85% | 238,36 | 39,70 | 64,68 | 2,97 |
| **5ª Semana Composição nutricional (Média semanal)** | **Etapa de Ensino** | **Faixa Etária** |  | **Carboidrato** | **Proteína** | **Lipídio** | **Vit. A** | **Vit. C** | **q** | **Ferro** |
| **(55% a 65% do VET)** | **(10% a 15% do VET)** | **(15% a 30% do VET)** |
| g | % | g | % | g | % | mcg | mg | mg | mg |
| **Creche 01** | 07-11 meses | 581,32 | 97,81 | 60,57% | 23,25 | 14,40% | 10,99 | 17,01% | 289,83 | 117,96 | 74,18 | 3,12 |
| 01-02 anos | 581,32 | 97,81 | 60,57% | 23,25 | 14,40% | 10,99 | 17,01% | 289,83 | 117,96 | 74,18 | 3,12 |
| **VET:** Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/FNDE. |

|  |
| --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERALPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022CARDÁPIO ESPECIAL – APLV (ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA)PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 07/11/2022 a 22/12/2022. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 22/12/2022. |
| 04 Refeições - Creche 01 e 02 (até 2 anos) |
| OBSERVAÇÕES GERAIS |
| Adaptação da consistência: Na introdução da alimentação complementar, de 6 meses a 01 ano de idade da criança, a preparação deve ter a consistência mais macia, devendo ser ofertadas carnes desfiadas ou bem picadas e papas de cereais, feijões, frutas e hortaliças amassadas com garfo, com evolução gradual da consistência até que, com 1 ano, a criança consuma todos os alimentos em sua consistência normal. Oferecer hortaliças cruas somente após 01 ano. Introduzir todos os alimentos, inclusive ovos, glúten (macarrão) e leite em preparações de forma gradual e acompanhada por médico ou nutricionista. Seguir as Recomendação do Guia Alimentar para menores de 02 anos, Ministério da Saúde, 2021, disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_crianca_brasileira_versao_resumida.pdf>.* Conferir no PDGP (Plano de Distribuição de Gêneros Alimentícios Perecíveis) as quantidades e as datas de entrega dos alimentos, tendo em vista o cumprimento do cardápio proposto.
* Pc: Per capita. Utilizar ½ pc de sal para fazer o cuscuz. E para cuscuz com ovos, utilizar ½ pc de sal e 1 pc de óleo.
* Na impossibilidade de realizar algum tipo de preparação proposta no cardápio, seja por falta de equipamentos e utensílios, ou por qualquer outro impedimento, a alteração no cardápio deverá ser adaptada com os ingredientes disponibilizados para o dia de acordo com a realidade de cada escola.
* Quando Frutas estiverem no cardápio às segundas-feiras, serão reservas da semana anterior. Para evitar perdas do alimento, a depender do tipo de fruta, será necessário higienizar, identificar e congelar para a semana seguinte.
* Para sugestões de novas preparações que tenham boa aceitação dos alunos, essas deverão ser comunicadas aos Nutricionistas das Regionais de Ensino, que deverão encaminhar a sugestão para a Gerência Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar, a fim de avaliação e inclusão nos próximos cardápios.
* As sugestões de receitas comporão arquivo em separado atualizado e encaminhado a cada Distribuição.
 |