|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL  PROGRAMA 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 2 (> 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 8:30h. | Batata doce cozida  +  Banana nanica | Cuscuz  (Farinha de milho flocada)  +  Suco de Melão  (Fruta 1 pc) | Batata doce corada  +  Mamão picado | | Cuscuz  (Farinha de milho flocada)  +  Suco de Melancia  (Fruta 1 pc) | Inhame cozido  +  Mamão em fatias |
| ALMOÇO  Horário: 11h e 11:30. | Bobó de Peito de Frango desfiado com Abóbora  Arroz cozido  Inhame cozido | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Pimentão  Arroz cozido  Tutu de Feijão  (Farinha de mandioca)  Abóbora refogada  Chuchu cozido com Cheiro-verde | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas  Arroz cozido  Feijão cozido  Purê de Inhame  Couve refogada | | Iscas de Peito de Frango refogadas com Ervas  (Cebolinha, Hortelã, Manjericão e Salsa)  Macarrão ao molho  (Extrato de tomate)  Feijão cozido  Abóbora cozida  Repolho verde em tiras | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Batatas  Arroz cozido  Feijão cozido  Pepino picado  Beterraba cozida com Cheiro-verde |
| LANCHE 1  Horário: 14h e 14:30. | Mamão picado | Banana nanica | Melancia picada | | Mamão picado | Abacaxi em fatias |
| JANTAR  Horário: 16h e 17h. | Peito de Frango em cubos cozido com Cenoura  Arroz cozido | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas  Arroz cozido  Beterraba cozida  Couve refogada | Peito de Frango em cubos ao molho  (Extrato de tomate)  Arroz cozido  Feijão cozido  Batata 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 óleo  Repolho verde ralado |
| Observação:  Reservar 1pc de Maçã, 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 FEDERAL  PROGRAMA 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 2 (> 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 8:30h. | **DIA LETIVO MÓVEL** | **FERIADO NACIONAL**  **(Proclamação da República)** | Cuscuz  (Farinha de milho flocada)  +  Maçã | Batata doce cozida  +  Banana nanica | | Inhame corado  +  Suco de Abacaxi  (Fruta 1 pc) |
| ALMOÇO  Horário: 11h e 11:30. | Peito de Frango cozido com Batata doce e Cenoura  Arroz cozido | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas  Arroz cozido  Feijão cozido  Purê de Abóbora  Beterraba cozida | | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cebola e Pimentão  (Acém em peça)  Macarrão ao molho  (Extrato de tomate)  Feijão cozido  Batata doce corada  Chuchu refogado |
| LANCHE 1  Horário: 14h e 14:30. | Sorbet de Banana nanica  (1 pc) | Maçã | | Banana nanica |
| JANTAR  Horário: 16h e 17h. | Bobó de Peito de Frango desfiado com Abóbora  Arroz cozido | Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho  (Extrato de tomate)  Macarrão ao alho e óleo  Salada de Cenoura ralada e Pepino com casca picado  Melão em pedaços | | Galinhada  (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango)  Feijão cozido  Abóbora cozida  Beterraba cozida |
| Observação:  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 FEDERAL  PROGRAMA 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 2 (> 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 8:30h. | Batata doce cozida  +  Maçã | Cuscuz  (Farinha de milho flocada)  +  Suco de Goiaba  (Fruta 2pc) | Batata doce corada  +  Maçã | Cuscuz  (Farinha de milho flocada)  +  Suco de Melancia  (Fruta 2 pc) | Inhame corado  +  Goiaba (2 pc) |
| ALMOÇO  Horário: 11h e 11:30. | Peito de Frango cozido com Cenoura  Arroz cozido  Purê de Inhame | Galinhada  (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz)  Feijão cozido  Salada cozida de Cenoura, Chuchu e Cheiro-verde | Coxa e sobrecoxas de Frango cozidas com Pimentão  (Acém em peça)  Arroz cozido  Feijão cozido  Inhame cozido  Couve refogada | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce  Macarrão ao molho  (Extrato de tomate)  Feijão cozido  Cenoura cozida com Salsa | Peito de Frango em cubos refogado com Hortelã  Arroz cozido  Feijão cozido  Purê de Batatas  Beterraba cozida com Cheiro-verde  Repolho verde em tiras |
| LANCHE 1  Horário: 14h e 14:30. | Melão picado | Banana nanica | Goiaba (2pc) | Banana nanica | Mamão em fatias |
| JANTAR  Horário: 16h e 17h. | Peito de Frango em cubos ao molho  (Extrato de tomate)  Macarrão ao alho e óleo  Batata doce corada | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas  Arroz cozido  Purê de Batata doce  Couve refogada | Peito de Frango em cubos cozido com Abóbora  Arroz cozido  Feijão cozido | Iscas de Peito de Frango aceboladas  Arroz cozido  Feijão cozido  Repolho verde ralado com Salsa  Mamão picado | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura e Pimentão  Arroz cozido  Pepino em fatias |
| Observação:  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 FEDERAL  PROGRAMA 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 2 (> 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 8:30h. | Cuscuz  (Farinha de milho flocada)  +  Suco de Melancia  (Fruta 1 pc) | Batata doce corada  +  Banana nanica | **FERIADO LOCAL**  **(Dia do Evangélico)** | Cuscuz  (Farinha de milho flocada)  +  Suco de Melão  (Fruta 1 pc) | Inhame cozido  +  Maçã |
| ALMOÇO  Horário: 11h e 11:30. | Bobó de Peito de Frango Pouch com Abóbora  Arroz cozido  Pepino em tiras | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas  Arroz cozido  Feijão cozido  Batata doce cozida  Pepino em fatias | Macarrão ao molho com Peito de Frango e Manjericão  (Extrato de tomate)  Inhame corado  Couve refogada | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura, Pimentão e Salsa  Arroz cozido  Feijão cozido  Repolho verde ralado com Cheiro-verde  Mamão picado |
| LANCHE 1  Horário: 14h e 14:30. | Maçã | Melão picado | Maçã | Banana nanica |
| JANTAR  Horário: 16h e 17h. | Peito de Frango acebolado  Macarrão ao molho  (Extrato de tomate)  Beterraba cozida | Peito de Frango  em Pouch cozido com Abóbora e Pimentão  refogado com  Arroz cozido  Couve refogada | Galinhada  (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz)  Cenoura cozida com Cheiro-verde  Melancia picada | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas  Arroz cozido  Feijão cozido  Pepino com casca em fatias |
| Observação: Higienizar, picar e congelar a Couve recebida em 28/11 para oferta em 01/12.  Reservar 1 pc de Maçã refrigerada, 1 pc de Mamão, 1 pc de Batata doce, 1pc de 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 FEDERAL  PROGRAMA 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 2 (> 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 8:30h. | Batata doce cozida  +  Mamão picado | Cuscuz  (Farinha de milho flocada)  +  Suco de Goiaba  (Fruta 2pc) | Batata doce corada  +  Maçã | Cuscuz  (Farinha de milho flocada)  +  Suco de Melão  (Fruta 1 pc) | Inhame cozido  +  Goiaba inteira (2pc) |
| ALMOÇO  Horário: 11h e 11:30. | Isca de Peito de Frango refogada  Arroz cozido  Purê de Abóbora  Beterraba cozida | Coxa e sobrecoxa de Frango assadas  Arroz cozido  Feijão cozido  Purê de Inhame  Cenoura cozida com Salsa e Pimentão | Iscas de Peito de Frango refogadas com Ervas  (Hortelã, Cebolinha, Salsa, Coentro e Cebola)  Arroz cozido  Feijão cozido  Abóbora cozida  Pepino com casca picado | Galinhada  (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) com Cheiro verde  Feijão cozido  Beterraba cozida  Repolho verde picado  Abacaxi picado | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas  Macarrão ao molho  (Extrato de tomate)  Feijão cozido  Batata doce assada  Chuchu refogado com Cebolinha |
| LANCHE 1  Horário: 14h e 14:30. | Maçã | Banana nanica | Mamão em fatias | Goiaba inteira (2pc) | Mamão picado |
| JANTAR  Horário: 16h e 17h. | Macarrão ao molho com Peito de Frango  (Extrato de tomate)  Repolho verde picado | Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas  Arroz cozido  Feijão cozido  Couve refogada | Peito de Frango acebolado  Arroz 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:  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 FEDERAL  PROGRAMA 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 2 (> 2 anos) | |
| 6ª e 7ª Semanas | **Período de 12/12 a 22/12/2022** |
| DESJEJUM  Horário: 8h e 8:30h. | 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, leite em pó integral dentre outros,** para algumas modalidades de ensino, não estarão presentes nos cardápios propostos, no entanto, caso ainda estejam presentes nos depósitos das escolas, é importante que haja comunicação com os nutricionistas da Regional de Ensino, a fim de realizarem as devidas adaptações nos cardápios para o consumo imediato e evitar que esses produtos permaneçam armazenados nos depósitos durante o recesso escolar. |
| ALMOÇO  Horário: 11h e 11:30. |
| LANCHE 1  Horário: 14h e 14:30. |
| JANTAR  Horário: 16h e 17h. |
| Observação:  As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.  Cardápio sujeito a alterações. | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 4 REFEIÇÕES - Creche > 2 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 02** | 02-03 anos | 552,68 | 89,58 | 58,3% | 23,69 | 15,4% | 11,11 | 18,1% | 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 02** | 02-03 anos | 578,78 | 95,96 | 59,7% | 23,29 | 14,5% | 11,37 | 17,7% | 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 02** | 02-03 anos | 588,24 | 98,03 | 60,0% | 24,77 | 15,2% | 10,94 | 16,7% | 361,31 | 108,64 | 73,92 | 3,22 |
| **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 02** | 02-03 anos | 561,27 | 94,96 | 60,9% | 21,56 | 13,8% | 10,84 | 17,4% | 238,36 | 39,70 | 62,04 | 2,81 |
| **5ª 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 02** | 02-03 anos | 582,19 | 97,95 | 60,6% | 23,33 | 14,4% | 10,97 | 17,0% | 288,48 | 108,77 | 72,51 | 3,13 |
| **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 FEDERAL  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022  CARDÁPIO 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 2 (> 2 anos) |
| OBSERVAÇÕES GERAIS |
| * Conferir no PDGP (Plano de Distribuição de Gêneros Alimentícios Perecíveis) as quantidades e as datas de entrega dos alimentos, tendo em vista o cumprimento do cardápio proposto. * Pc: Per capita. Utilizar ½ pc de sal para fazer o cuscuz. E para 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. |