

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023 **CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

Contagem de Carboidrato por refeição/dia - Média

CRECHE	CHO: 90 – 100g				
1ª Semana	Segunda-feira 22/05	Terça-feira 23/05	Quarta-feira 24/05	Quinta-feira 25/05	Sexta-feira 26/05
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz ½ pc com Manteiga ^R + Leite* + Mamão picado ½ pc	Vitamina de Banana prata (Fruta 1pc, Leite) + Tangerina	Vitamina de Abacate (Fruta 1pc, Leite) + Banana prata 2pc	Cuscuz ½ pc com Queijo ^R ralado (Queijo muçarela) + Leite* + Tangerina	Frutas picadas (Abacate 1pc + Banana prata 2pc, Mamão 1pc)
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Galinhada (*Arroz integral, Peito de Frango) Purê de Abóbora Beterraba cozida	Carne moída cozida com Batata doce e Cenoura (Acém moído) *Arroz integral ½ pc cozido com Couve Feijão cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Inhame e Abóbora *Macarrão integral ao molho com Manjeriçã (Extrato de tomate) Feijão cozido Repolho verde ralado 2pc	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura *Arroz integral ½ pc cozido Feijão cozido Purê de Batata	Estrogonofe de Frango (Peito de Frango, Amido, Leite ½, Extrato de tomate ½ pc) *Arroz integral ½ pc cozido Beterraba cozida Pepino picado
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Sorbet de Banana nanica congelada	Melancia	Melão	Abacaxi	Melancia
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Sopa de *Macarrão integral com Carne moída e Legumes (Inhame, Cenoura, Repolho verde, Acém moído, Extrato de tomate ½ pc)	Peito de Frango em cubos ao molho (Amido, Extrato de tomate ½ pc) *Macarrão integral ½ pc ao alho e óleo Batata corada	Peito de Frango desfiado e refogado *Arroz integral cozido Creme de Abóbora 2pc (Leite ½ pc) Pepino fatiado 2pc	Canja de Frango (*Arroz integral, Peito de Frango desfiado, Cenoura, Couve)	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce e Manjeriçã *Arroz integral cozido

Observação: **Reservar 1 pc de Couve (refrigerada) para ser usado em 25/05.** Reservar 1 pc de Inhame, 1 pc de Abóbora, 1pc de Beterraba, 1 pc de Repolho verde, 1 pc de Banana prata, 1pc de Mamão, 1 pc de Melão (Refrigerados) para a próxima segunda-feira. *Arroz INTEGRAL. Tipo 1. Marcas sugeridas: Camil; Tio João; Qualidade; Tio Urbano. *Macarrão INTEGRAL. Marcas sugeridas: Renata; Fusilli; Adria; Urbano; Barilla; De Massa Caseira. *Nos dias em que não houver reserva de frutas/ hortaliças, para aumentar o teor de fibras, ofertar Farelo de Aveia. – Poderão ser adquiridos por meio do PDAF As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.

Responsável Técnico

Juliene J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023 **CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

Contagem de Carboidrato por refeição/dia - Média

CRECHE

CHO: 90 – 100g

2ª Semana	Segunda-feira 29/05	Terça-feira 30/05	Quarta-feira 31/05	Quinta-feira 01/06	Sexta-feira 02/06
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Mingau de Banana prata (Fruta, Amido, Leite, Flocos de Aveia*) + Mamão picado	Vitamina de Banana nanica (Fruta 1pc, Leite) + Maçã 1pc	Frutas picadas com Leite em pó ½ pc e Flocos de Aveia* (Mamão 1pc + Banana nanica 1pc)	Vitamina de Abacate (Fruta 1pc, Leite, Flocos de Aveia*) + Melão	Cuscuz ½ pc com Queijo ^R ralado (Queijo muçarela) + Leite* + Abacate 1pc
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Peito de Frango desfiado cozido com Abóbora *Arroz integral cozido Inhame dourado ao forno	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas *Arroz integral ½ pc cozido Feijão cozido Purê de Batata doce Couve refogada	Carne moída ao molho com Batata e Cenoura 2pc (Acém moído, Extrato de tomate ½ pc) *Macarrão integral ½ pc ao alho e óleo com Manjericão Feijão cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas *Arroz integral cozido Feijão cozido Abóbora 2pc refogada Salada de Beterraba 2pc com Repolho verde 2pc	Estrogonofe de Frango (Peito de Frango, Leite ½ pc, Amido, Extrato de tomate ½ pc) *Arroz integral ½ pc Salada de Cenoura ralada com Pepino em fatias e molho de Limão com Hortelã
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Melão	Tangerina	Melão	Abacaxi	Banana nanica
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Carne moída refogada (Acém moído) *Macarrão integral ao alho e óleo Beterraba 2pc cozida Repolho verde 2pc ralado	Galinhada (*Arroz integral ½ pc, Peito de Frango) Purê de Inhame Beterraba cozida	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Inhame *Arroz integral cozido (Extrato de tomate ½ pc) Acelga 2pc em tiras	Caldo de Abóbora 2pc com Peito de Frango desfiado e Couve 2pc *Arroz integral cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate ½ pc) *Arroz integral cozido Batata doce com casca assada

Observação: Reservar 1 pc de Couve (refrigerada) para ser usado em 01/06. Reservar 1pc de Abóbora, 1pc de Inhame, 1pc de Batata doce, 1pc de Cenoura e 1pc Repolho verde, 1 pc de Banana nanica, 1 pc de Maçã (Refrigerados) para a próxima segunda-feira. Reservar Temperos naturais - Cebolinha, Coentro e Salsa e Manjericão (Integral) e Temperos naturais - Cebolinha, Coentro e Salsa (Regular) para próxima semana. *Arroz INTEGRAL. Tipo 1. Marcas sugeridas: Camil; Tio João; Quality; Tio Urbano. *Macarrão INTEGRAL. Marcas sugeridas: Renata; Fusilli; Adria; Urbano; Barilla; De Massa Caseira. Flocos de Aveia. Marcas sugeridas: Quaker, Nestlé, Native, Jasmine. *Nos dias em que não houver reserva de frutas/ hortaliças, para aumentar o teor de fibras, ofertar Farelo de Aveia. – Poderão ser adquiridos por meio do PDAF As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas cada Unidade Escolar.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023 **CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

Contagem de Carboidrato por refeição/dia - Média

CRECHE	CHO: 90 – 100g				
3ª Semana	Segunda-feira 05/06	Terça-feira 06/06	Quarta-feira 07/06	Quinta-feira 08/06	Sexta-feira 09/06
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz ½ pc com Manteiga ^R + Leite* + Maçã	Frutas picadas com Leite em pó ½ pc e Flocos de Aveia* (Banana nanica 1pc + Melão 1pc)	Mingau de Banana nanica (Fruta, Amido, Leite, Flocos de Aveia*)	RECESSO ESCOLAR (Corpus Christi)	DIA LETIVO MÓVEL (Corpus Christi)
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Carne moída cozida com Inhame (Acém moído) *Arroz integral cozido Purê de Abóbora	Peito de Frango acebolado *Macarrão integral ao molho (Extrato de tomate) Abóbora 2pc cozida Couve 2pc refogada	Frango desfiado com Cenoura ralada ao molho branco (Peito de Frango Pouch, Amido e Leite ½ pc) *Arroz integral ½ pc cozido Pepino com casca em fatias		
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Banana nanica picada	Melancia	Melão		
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Sopa de Frango com Legumes (*Macarrão integral ½ pc, Peito de Frango desfiado, Batata doce, Cenoura, Repolho verde e Extrato de tomate ½ pc)	*Arroz integral com Ovos ^R mexidos e Manjeriçã Inhame ao molho (Extrato de tomate ½ pc) Beterraba 2pc cozida	Carne moída cozida com Abóbora e Inhame (Acém moído) *Arroz integral cozido		

Observação: Reservar 1pc de Beterraba, 1 pc de Inhame, 1pc de Batata doce, 1pc de Cenoura, 1 pc de Melancia, 1 pc de Banana nanica (Congelada) para a próxima segunda-feira.
*Arroz INTEGRAL. Tipo 1. Marcas sugeridas: Camil; Tio João; Qualidade; Tio Urbano. *Macarrão INTEGRAL. Marcas sugeridas: Renata; Fusilli; Adria; Urbano; Barilla; De Massa Caseira. Flocos de Aveia. Marcas sugeridas: Quaker, Nestlé, Native, Jasmine. ***Nos dias em que não houver reserva de frutas/ hortaliças, para aumentar o teor de fibras, ofertar Farelo de Aveia.** – Poderão ser adquiridos por meio do PDAF. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar.
Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023 **CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

Contagem de Carboidrato por refeição/dia - Média

CRECHE	CHO: 90 – 100g				
4ª Semana	Segunda-feira 12/06	Terça-feira 13/06	Quarta-feira 14/06	Quinta-feira 15/06	Sexta-feira 16/06
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz ½ pc com Manteiga ^R + Leite* + Melancia picada	Mingau de Banana prata 1pc (Fruta, Leite, Amido) + Maçã	Frutas picada com Leite em pó ½ pc (Banana prata 1pc, Mamão 1pc, Abacaxi 1pc)	Cuscuz ½ pc com Queijo ^R ralado (Queijo muçarela) + Leite* + Maçã	Vitamina de Abacate (Fruta 1pc, Leite) + Banana prata 2pc
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Carne moída refogada (Acém moído) *Arroz integral cozido Purê de Inhame Beterraba 2pc cozida	Peito de Frango ^R em cubos cozido com Batata e Ervas (Cebolinha, Coentro, Salsa) *Arroz integral ½ pc cozido Feijão cozido Abobrinha refogada	Peito de Frango ^R desfiado refogado com Cenoura 2pc *Macarrão integral ao molho com Brócolis 2pc (Extrato de tomate ½ p)	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas *Arroz integral cozido Feijão cozido com Abóbora Salada de Alface 2pc com Tomate e Hortelã	Peito de Frango ^R cozido com Inhame (Extrato de tomate ½ pc) *Arroz integral cozido Feijão cozido Vagem refogada
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Sorbet de Banana nanica congelada	Tangerina	Melão	Frutas picadas (Abacate 1pc + Mamão 1pc)	Tangerina
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Sopa de *Macarrão integral ½ pc com Peito de Frango ^R e Legumes (Peito de Frango, Extrato de tomate ½ pc, Batata doce, Cenoura 2pc)	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Inhame (Extrato de tomate ½ pc) *Arroz integral ½ pc cozido Couve refogada	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango) Salada de Cenoura 2pc com Repolho verde 2pc ralado	Escondidinho de Peito de Frango desfiado com Batata *Arroz integral ½ pc cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate ½ pc,) *Arroz integral cozido Salada de Alface 2pc, Tomate, Pimentão e Cebola

Observação: Reservar 1pc de Couve-flor, 1pc de Beterraba, 1 pc de Abóbora, 1 pc de Batata doce e 1pc de Melão, 2 pc de Banana prata para a próxima semana.

*Arroz INTEGRAL. Tipo 1. Marcas sugeridas: Camil; Tio João; Qualidade; Tio Urbano. *Macarrão INTEGRAL. Marcas sugeridas: Renata; Fusilli; Adria; Urbano; Barilla; De Massa Caseira. Flocos de Aveia. Marcas sugeridas: Quaker, Nestlé, Native, Jasmine. *Nos dias em que não houver reserva de frutas/ hortaliças, para aumentar o teor de fibras, ofertar Farelo de Aveia. – Poderão ser adquiridos por meio do PDAF. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada escola. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Julienne J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023 **CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

Contagem de Carboidrato por refeição/dia - Média

CRECHE	CHO: 90 – 100g				
5ª Semana	Segunda-feira 19/06	Terça-feira 20/06	Quarta-feira 21/06	Quinta-feira 22/06	Sexta-feira 23/06
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Mingau (Amido, Leite, Flocos de Aveia*) + Banana prata 2pc	Vitamina de Banana nanica (Fruta 1pc, Leite) + Maçã	Cuscuz ½ pc com Manteiga ^R + Leite* + Tangerina	Vitamina de Abacate (Fruta 1pc, Leite) + Banana nanica	Frutas picadas com Flocos de Aveia* (Abacate 1pc, Maçã 1pc + Mamão 1pc)
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Galinhada (*Arroz integral, Peito de Frango) Couve-flor cozida a vapor Beterraba cozida	Carne moída refogada (Acém moído) *Arroz integral cozido com Espinafre Feijão cozido Salada de Cenoura com Pepino Abacaxi ½ pc	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Batata doce Macarronada com Queijo ^R e Manjericão (*Macarrão integral, Extrato de tomate ½ pc) Feijão cozido Couve refogada	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Batata *Arroz integral ½ pc cozido Feijão cozido Salada de Acelga com Tomate	Estrogonofe de Frango (Amido, Leite ½ pc, Extrato de tomate ½ pc) *Arroz integral ½ pc cozido Batata doce com casca corada Chuchu com casca refogado
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Melão	Tangerina	Melancia	Maçã	Melão
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Bobó de Carne moída com Abóbora (Acém moído) *Arroz integral ½ pc cozido Batata doce com casca cozida a vapor	Ovos ^R mexidos *Arroz integral cozido Batata doce corada	*Arroz integral cozido com Ovos ^R e Manjericão Abóbora cozida Repolho roxo ralado	Sopa cremosa de *Macarrão integral ½ pc com Peito de Frango desfiado, Cenoura e Batata (Amido, Extrato de tomate)	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango) Pepino 2pc em fatias

Observação: Reservar 1pc de Abóbora, 1pc de Repolho roxo, 1pc de Beterraba, 1pc de Acelga, 1 pc de Banana nanica congelada, 1pc de Melancia para a próxima segunda-feira.

* Arroz INTEGRAL. Tipo 1. Marcas sugeridas: Camil; Tio João; Qualidade; Tio Urbano. *Macarrão INTEGRAL. Marcas sugeridas: Renata; Fusilli; Adria; Urbano; Barilla; De Massa Caseira. Flocos de Aveia. Marcas sugeridas: Quaker, Nestlé, Native, Jasmine. ***Nos dias em que não houver reserva de frutas/ hortaliças, para aumentar o teor de fibras, ofertar Farelo de Aveia.** – Poderão ser adquiridos por meio do PDAF. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Julienne J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023 **CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS**

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

Contagem de Carboidrato por refeição/dia - Média

CRECHE	CHO: 90 – 100g				
6ª Semana	Segunda-feira 26/06	Terça-feira 27/06	Quarta-feira 28/06	Quinta-feira 29/06	Sexta-feira 30/06
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz ½ pc com Manteiga ^R + Leite* + Melancia picada	Mingau de Banana prata (Fruta 1pc, Flocos de Aveia*, Leite) + Maçã ½ pc	Cuscuz ½ pc com Queijo ^R ralado (Queijo muçarela) + Leite* + Melão	Frutas picadas com Flocos de Aveia* (Abacate 1pc, Banana prata 1pc, Mamão 1pc)	Vitamina de Abacate (Fruta 1pc, Leite) + Banana prata 2pc
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Isclas de Peito de Frango aceboladas *Arroz integral cozido Purê de Abóbora Repolho roxo em tiras	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas *Arroz integral ½ pc cozido com Brócolis Feijão cozido Purê de Batata	Carne moída cozida com Batata (Acém moído) *Macarrão integral ao molho (Extrato de tomate) Vagem refogada Maçã ½ pc	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas *Arroz integral cozido Feijão cozido Abóbora refogada Salada de Alface 2pc com Tomate 2pc meia lua	Peito de Frango desfiado cozido com Cenoura e Couve- flor *Arroz integral cozido Feijão cozido Abobrinha refogada
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Sorbet de Banana nanica	Tangerina	Melão	Tangerina	Mamão
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Ovos ^R Mexidos *Arroz integral cozido Beterraba 2pc cozida Acelga 2pc ralada	Omelete de Forno com Legumes (Ovo ^R , Amido, Leite ½pc, Cenoura, Couve) *Arroz integral ½ pc cozido	Galinhada (*Arroz integral, Coxa e sobrecoxa de Frango) Salada de Repolho com Tomate	Sopa de *Macarrão integral com Carne moída e Batata (Acém moída, Extrato de tomate)	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas *Arroz integral cozido Creme de Abóbora (Leite ½ pc) Alface em tiras

Observação: * Arroz INTEGRAL. Tipo 1. Marcas sugeridas: Camil; Tio João; Qualidade; Tio Urbano. *Macarrão INTEGRAL. Marcas sugeridas: Renata; Fusilli; Adria; Urbano; Barilla; De Massa Caseira. Flocos de Aveia. Marcas sugeridas: Quaker, Nestlé, Native, Jasmine. ***Nos dias em que não houver reserva de frutas/ hortaliças, para aumentar o teor de fibras, ofertar Farelo de Aveia.** – Poderão ser adquiridos por meio do PDAF. As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Julienne J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023 CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

7ª Semana	Segunda-feira 15/05	Terça-feira 16/05	Quarta-feira 17/05	Quinta-feira 18/05	Sexta-feira 19/05
<p>DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.</p>	<p style="text-align: center;">Período de 03/07 a 11/07/2023</p> <p>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 1º semestre letivo; início do recesso escolar; ocorrência das provas de final de bimestre, bem como diminuição significativa da frequência dos estudantes. Ante o exposto, 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.</p> <p>Importante salientar que, caso a Unidade Escolar identifique a necessidade de complementação da alimentação escolar, nesse período, deverão 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).</p>				
<p>ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.</p>					
<p>LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.</p>					
<p>JANTAR Horário: 16h e 17h.</p>					

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

Gerência de Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - Creche 02 (01 a 03 anos)

1ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos)		Vit. A	Vit. C	Cálcio	Ferro	Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%					
				g	%	g	%	g	%					
1ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Creche 02	01 - 02 anos	1200,64	53,35	16%	20,95	6%	100,12	75%	269,90	14,31	75,63	1,84	5,06
		02 - 03 anos	624,17	91,01	52%	29,56	17%	16,96	24%	357,90	69,85	273,63	2,71	8,03
2ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos)		Vit. A	Vit. C	Cálcio	Ferro	Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%					
				g	%	g	%	g	%					
2ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Creche 02	01 - 02 anos	1244,18	57,25	17%	22,97	7%	102,44	74%	256,49	18,54	118,59	1,88	5,38
		02 - 03 anos	644,15	92,93	52%	29,71	17%	18,10	25%	337,29	58,42	284,60	2,80	8,80
3ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos)		Vit. A	Vit. C	Cálcio	Ferro	Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%					
				g	%	g	%	g	%					
3ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Creche 02	01 - 02 anos	1214,38	51,57	15%	22,41	7%	102,21	76%	349,56	11,10	93,32	2,26	5,66
		02 - 03 anos	658,85	95,66	52%	30,82	17%	18,91	26%	409,38	19,34	290,57	2,69	7,62
4ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos)		Vit. A	Vit. C	Cálcio	Ferro	Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%					
				g	%	g	%	g	%					
4ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Creche 02	01 - 02 anos	1340,89	50,30	14%	19,58	5%	117,45	79%	246,98	17,66	51,14	1,79	5,00
		02 - 03 anos	647,45	95,26	53%	28,55	16%	18,32	25%	329,18	69,33	284,23	2,64	8,58
5ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos)		Vit. A	Vit. C	Cálcio	Ferro	Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%					
				g	%	g	%	g	%					
5ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Creche 02	01 - 02 anos	1241,15	50,77	15%	25,51	7%	103,50	75%	317,69	10,54	110,42	2,00	5,11
		02 - 03 anos	675,61	95,80	51%	29,79	16%	20,52	27%	446,37	55,74	262,81	2,65	7,91
6ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% do VET)		Proteína (17,5% do VET ≤ 15 anos)		Lipídio (32,5% do VET ≤ 15 anos)		Vit. A	Vit. C	Cálcio	Ferro	Fibras (14g/1000kcal)
				g	%	g	%	g	%					
				g	%	g	%	g	%					
6ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Creche 02	01 - 02 anos	1000,40	46,91	17%	19,96	7%	81,10	73%	143,73	13,42	45,13	1,58	4,74
		02 - 03 anos	655,41	90,65	50%	30,53	17%	20,13	28%	300,05	64,89	271,98	3,15	8,01

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base no Caderno de Referência sobre Alimentação Escolar para Estudantes com Necessidades Alimentares Especiais, FNDE (2016).

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 3ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 22/05/2023 a 11/07/2023. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 28/08/2023.

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

OBSERVAÇÕES GERAIS CARDÁPIO ESPECIAL – DIABETES MELLITUS

***PARA MENORES DE 2 ANOS, a oferta do leite de vaca deverá ser preferencialmente em preparações, de forma gradual e acompanhada, conforme prescrição médica ou nutricional. Não ofertar leite de vaca como bebida pura para crianças de 1 até menores de 2 anos.**

- 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.
- **Amido:** Amido de milho
- **Leite:** Per capita para molhos reduzido de meio (½) para um terço (⅓).
- **Atentar-se às entregas de Queijo e Manteiga e utilizar somente 1 pc por refeição. Armazenar as reservas refrigeradas ou congeladas.**
- **Atentar-se às entregas dos Ovos. Eles chegarão uma semana antes do consumo. Por esse motivo, o ovo deverá ser armazenado sob refrigeração até o efetivo consumo.**
- **Armazenar as reservas de Carnes conforme planejamento do cardápio e de entregas.**
- **R: Reserva de Queijo ou Manteiga ou Carne ou Ovo de entregas mais distantes. Utilizar 1 pc por refeição. Armazenar as reservas refrigeradas ou congeladas.**
- **Durante o período da 3ª Distribuição sugerimos substituir o *Arroz branco/*Arroz parboilizado por *Arroz Integral e o *Macarrão tradicional pelo *Macarrão Integral e na modalidade Creche, foi inserido no cardápio a Aveia em Flocos a fim de aumentar o teor de Fibras na refeição.**
- **Na impossibilidade de realizar algum tipo de preparação proposta no cardápio, seja por falta de equipamentos e utensílios, ou por qualquer outro impedimento, a alteração no cardápio deverá ser adaptada com os ingredientes disponibilizados para o dia de acordo com a realidade de cada escola.**
- Quando Frutas e Hortaliças estiverem no cardápio às segundas-feiras, serão reservas da semana anterior. Para evitar perdas do alimento, a depender do tipo, será necessário higienizar, identificar e congelar ou resfriar para a semana seguinte.
- Para sugestões de novas preparações que tenham boa aceitação dos alunos, essas deverão ser comunicadas aos Nutricionistas das Regionais de Ensino, que deverão encaminhar a sugestão para a Gerência Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar, a fim de avaliação e inclusão nos próximos cardápios.
- As sugestões de receitas compõem o arquivo Caderno de Receitas atualizado e encaminhado a cada Distribuição.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913