

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

1ª Semana	Segunda-feira 31/07	Terça-feira 01/08	Quarta-feira 02/08	Quinta-feira 03/08	Sexta-feira 04/08
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz com *Azeite de Oliva + Leite sem lactose*	Vitamina de Morango (Leite sem lactose ½ pc, Fruta) + Tangerina	Creme de Fruta (Batata doce cozida, Banana prata 1pc, Morango congelados, Leite sem lactose)	Cuscuz com *Peito de Frango refogado (1/2 pc- Reserva) + Leite sem lactose* + Morango picado	Frutas picadas com Leite sem lactose ½ pc (Mamão + Maçã)
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Galinhada (Peito de Frango, Arroz, Açafrão)	Carne moída refogada (Acém moído) Arroz cozido com Espinafre Feijão cozido Purê de Abóbora	Farofa de Ovos com Couve (Farinha de mandioca) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Chuchu com Tomate	Peito de Frango acebolado Arroz cozido Feijão cozido Batata inglesa cozida à vapor Repolho roxo ralado com Ervas (Cebolinha, Coentro, Salsa)	Peito de Frango cozido e refogado com Cenoura Macarrão ao molho com Manjeriço (Extrato de tomate) Feijão cozido Alface picada
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Mingau de Amido (Amido, Leite sem lactose)	Melancia em fatias	Banana prata	Mamão picado	Melão
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Carne moída ao molho (Acém moído, Extrato de tomate) Arroz cozido	Farofa de Ovos com Cebola e Tomate, Açafrão (Farinha de mandioca) Arroz cozido	Peito de Frango desfiado cozido com Batata doce e Colorau Arroz cozido + Frutas picadas (Banana nanica ½ pc + Abacaxi ½ pc)	Omelete de forno (Ovo, Tomate, Cebola, Amido) Arroz cozido Cenoura refogada	Galinhada (Peito de Frango, Arroz, Açafrão) Feijão cozido Acelga em tiras

Observação: Congelar 1 pc de Banana prata e 1pc de Morango para serem usados em 02/08. Reservar ½ pc de Banana nanica, 2pc de Morango – refrigerados, 1 pc de Batata doce, 1pc de Abóbora, Beterraba para a próxima segunda-feira.

*Leite SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Itambé, Piracanjuba, Ninho, Italc.

*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

2ª Semana	Segunda-feira 07/08	Terça-feira 08/08	Quarta-feira 09/08	Quinta-feira 10/08	Sexta-feira 11/08
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Mingau de Banana nanica (Fruta ½ pc, Amido, Leite sem lactose)	Creme de Fruta (Inhame cozido, Banana prata 1pc congelada, Leite sem lactose)	Vitamina de Banana nanica (Leite sem lactose ½ pc, Fruta) + Mamão picado	Cuscuz com *Peito de Frango refogado (1/2 pc- Reserva) + Leite sem lactose* + Melão picado	Salada de Frutas com Leite sem lactose ½ pc (Banana nanica, Maçã, Mamão)
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Carne moída ao molho com Batata doce (Acém moído, Extrato de tomate) Arroz cozido	Peito de Frango-em cubos cozido com Cenoura, Inhame, Açafrão e Manjerição Arroz cozido Feijão cozido	Farofa de Ovos (Ovo, Farinha de mandioca, Colorau) Arroz cozido com Brócolis Feijão cozido Beterraba cozida	Peito de Frango refogado com Cebola, Pimentão e Colorau Arroz cozido Feijão cozido Purê de Abóbora Salada de Alface com Tomate	Peito de Frango refogado Arroz cozido Feijão cozido Salada de Chuchu com Tomate meia lua com Ervas (Cebolinha, Salsa)
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Morango 2pc	Melão em fatias	Maçã	Banana prata	Tangerina
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Peito de Frango-cozido com Abóbora Arroz cozido Beterraba cozida	Farofa de Ovos com Couve (Farinha de mandioca) Arroz cozido Feijão cozido	Carne moída ao molho com Ervas (Extrato de tomate, Ervas - Cebolinha, Coentro, Salsa) Arroz cozido	Canja (Arroz, Peito de Frango desfiado, Cenoura, Açafrão)	Peito de Frango assado com Batata doce e Colorau Arroz cozido Alface picada

Observação: **Reservar 1pc de Banana prata congelada para uso em 08/08.** Reservar **1 pc de Banana nanica - congelada**, 1 pc de **Tangerina (refrigerada)** 1pc de Abobrinha, 1pc de Inhame, 1pc de Abóbora, 1 pc de Repolho roxo, para a próxima segunda-feira.

*Leite SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Itambé, Piracanjuba, Ninho, Italc.

*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Julienne J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

3ª Semana	Segunda-feira 14/08	Terça-feira 15/08	Quarta-feira 16/08	Quinta-feira 17/08	Sexta-feira 18/08
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz com *Azeite de Oliva + Leite sem lactose* + Tangerina	Mingau de Banana prata (Fruta ½ pc, Leite, Amido) + Maçã	Frutas picadas com Leite sem lactose ½ pc (Mamão + Banana prata)	Cuscuz com *Peito de Frango refogado (1/2 pc- Reserva) + Leite sem lactose* + Abacaxi em fatias	Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc) + Mamão picado
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Peito de Frango ao molho com Inhame (Extrato de tomate) Arroz cozido Abobrinha refogada	Galinhada (Arroz, Peito de Frango, Açafrão) Feijão cozido Salada de Repolho roxo com Tomate, Pimentão e Cebola	Farofa de Ovos com Espinafre (Farinha de mandioca, Colorau) Arroz cozido Feijão cozido com Abóbora	Carne moída refogada (Acém moído) Macarrão ao molho com Abóbora (Extrato de tomate) Feijão cozido Salada de Tomate com e Hortelã	Peito de Frango desfiado cozido com Batata doce Arroz cozido Feijão cozido Alface em tiras
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Sorbet de Banana nanica congelada	Melancia em fatias	Melão em fatias	Maçã	Melão picado
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Carne moída ao molho (Acém moído, Extrato de tomate) Arroz cozido Abóbora refogada Repolho roxo refogado	Ovos mexidos com Tomate, Cebola e Manjerição Arroz cozido	Peito de Frango refogado e desfiado Macarrão ao alho e óleo com Colorau Beterraba cozida	Ovos mexidos com Pimentão Arroz cozido com Cenoura Tutu de Feijão (Farinha de mandioca)	Escondidinho de Peito de Frango desfiado com Batata doce e Açafrão Arroz cozido

Observação: Reservar 1pc de **Banana nanica - refrigerada**, 1 pc de **Melancia – refrigerada**, 1pc de Batata doce, 1 pc de Cenoura, 1 pc de Cebola, **1pc de Couve - congelada**, 1pc de Abóbora, para a próxima segunda-feira.

*Leite SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Itambé, Piracanjuba, Ninho, Italac.

*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

4ª Semana	Segunda-feira 21/08	Terça-feira 22/08	Quarta-feira 23/08	Quinta-feira 24/08	Sexta-feira 25/08
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Mingau de Banana nanica (Fruta, Amido, Leite sem lactose*)	Vitamina de Morango (Leite, Fruta 1 pc) + Abacaxi picado	Cuscuz com *Azeite de Oliva + Leite sem lactose* + Maça	Salada de Frutas com Leite sem lactose ½ pc (Banana prata, Morango, Mamão ½ pc)	Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc) + Mamão em fatias
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Carne moída cozida com Batata doce e Cenoura (Acém moído, Cebola, Colorau) Macarrão ao molho (Extrato de tomate)	Bobó de Peito de Frango com Batata doce Arroz cozido Feijão cozido Salada de Cenoura cozida com Brócolis	Farofa de Ovos com Espinafre (Farinha de mandioca, Cebola, Açafrão) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Tomate com Ervas (Cebolinha, Manjerição e Salsa)	Peito de Frango em cubos cozido com Batata (Colorau) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Repolho roxo com Pepino com casca ralado	Galinhada (Peito de Frango, Arroz, Açafrão, Cenoura) Feijão cozido com Abóbora Salada de Tomate, Cebola e Pimentão em cubos
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Melancia em fatias	Melão em fatias	Banana prata	Maça	Melão em fatias
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Sopa de Macarrão com Peito de Frango e Legumes (Peito de Frango, Extrato de tomate, Couve, Abóbora)	Ovos Mexidos com Arroz, Tomate, Cebola e Ervas (Cebolinha, Coentro e Salsa) Arroz cozido	Ovos mexidos Arroz cozido com Tomate e Açafrão Cenoura refogada	Carne moída cozida com Abóbora, Pimentão e Colorau (Acém moído) Arroz cozido	Farofa de Peito de Frango desfiado (Farinha de mandioca) Arroz cozido com Brócolis Feijão cozido

Observação: Reservar o Brócolis para uso em 25/08 (Jantar). Reservar 1 pc de Morango - congelado e 1 pc de Banana prata – refrigerada, 1pc de Batata doce, 1pc de Acelga, 1 pc de Couve – congelada, 1 pc de Batata inglesa, para a próxima semana.

*Leite SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Itambé, Piracanjuba, Ninho, Italc.

*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

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

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

5ª Semana	Segunda-feira 28/08	Terça-feira 29/08	Quarta-feira 30/08	Quinta-feira 31/08	Sexta-feira 01/09
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Mingau de Banana prata (Fruta, Amido, Leite sem lactose)	Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)	Salada de Frutas com Leite sem lactose (Banana prata ½ pc, Morango, Maçã)	Cuscuz com *Peito de Frango refogado (1/2 pc- Reserva) + Leite sem lactose* + Mamão picado	Frutas picadas (Mamão, Banana prata, Morango)
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Escondidinho de Peito de Frango desfiado com Batata doce Arroz cozido Acelga refogada com Colorau	Carne moída cozida (Acém moído, Colorau) Macarrão ao molho com Brócolis (Extrato de tomate) Feijão cozido Abóbora cozida à vapor	Farofa de Ovos (Farinha de mandioca) Arroz cozido Feijão cozido Salada de Repolho Verde com Tomate e Manjerição Batata inglesa refogada	Galinhada (Arroz, Peito de Frango, Colorau) Feijão cozido Abóbora cozida Couve refogada	Peito de Frango cozido e refogado com Açafrão, Couve-flor, Cenoura e Pimentão Arroz cozido Feijão cozido Alface picada
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Vitamina de Morango (Leite, Fruta)	Frutas picadas (Melão ½ pc + Morango)	Melancia picada	Banana prata	Melão em fatias
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Carne moída ao molho com Batata inglesa (Acém moído, Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo com Couve	Arroz com Ovos mexidos, Tomate e Manjerição Acelga refogada	Ovos mexidos com Colorau e Cebola Arroz cozido Salada de Repolho roxo ralado com Pepino picado	Peito de Frango desfiado ao molho com Cenoura (Extrato de tomate, Amido) Arroz cozido	Peito de Frango cozido com Açafrão Arroz cozido Farofa de Couve (Farinha de mandioca)

Reservar a Couve para uso em 01/09 jantar. Reservar 1pc de Maçã - refrigerada, 1 pc de Melancia – refrigerada, 1pc de Batata inglesa, 1pc de Vagem, 1pc de Batata doce, para a próxima segunda-feira.

***Leite SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Itambé, Piracanjuba, Ninho, Italc.**

***Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.**

***Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.**

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

6ª Semana	Segunda-feira 04/09	Terça-feira 05/09	Quarta-feira 06/09	Quinta-feira 07/09	Sexta-feira 08/09
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz com *Azeite de Oliva + Leite sem lactose* + Maçã	Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Creme de Fruta (Batata doce cozida, Banana nanica 1pc congelada, Leite sem lactose)	FERIADO DIA DA INDENDÊNCIA DO BRASIL	DIA LETIVO MÓVEL
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Ovos mexidos Arroz cozido Batata inglesa ao molho (Extrato de tomate) Vagem refogada	Galinhada (Arroz, Peito de Frango ^R , Colorau) Feijão cozido Couve refogada Purê de Batata doce	Carne moída refogada (Acém moído) Macarrão ao alho e óleo e Açafrão Salada de Repolho verde e Tomate picados		
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Melancia picada	Frutas picadas (Abacaxi + Banana nanica ½ pc)	Melão em fatias		
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Carne moída ^R refogada (Acém moído) Arroz cozido com Colorau Batata doce cozida	Ovos mexidos com Tomate Arroz cozido Beterraba cozida Melão em fatias	Peito de Frango em Pouch desfiado ao molho com Inhame (Extrato de tomate) Arroz cozido		

Observação: Reservar 1 pc de Banana nanica congelada para uso em 06/09. Reservar 1pc de Banana nanica e 1 pc de Melão – refrigerados, 1pc de Inhame, 1pc de Beterraba, 1pc de Abóbora, para a próxima segunda-feira.

*Leite SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Itambé, Piracanjuba, Ninho, Italc.

*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

7ª Semana	Segunda-feira 11/09	Terça-feira 12/09	Quarta-feira 13/09	Quinta-feira 14/09	Sexta-feira 15/09
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Mingau de Banana nanica (Fruta, Amido, Leite sem lactose*)	Vitamina de Morango (Fruta, Leite sem lactose) + Banana prata	Frutas picadas com Leite sem lactose ½ pc (Maçã + Banana nanica)	Cuscuz com *Peito de Frango refogado (1/2 pc- Reserva) + Leite sem lactose* + Melão picado	Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite sem lactose) + Abacaxi picado com Hortelã
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Iscas de Peito de Frango ^R aceboladas Arroz cozido Purê de Inhame Beterraba cozida	Peito de Frango refogado com Couve-flor, Tomate, Cebola e Pimentão Arroz cozido Feijão cozido Purê de Abóbora	Carne moída ^R cozida com Vagem e Batata (Acém moído) Macarrão ao molho com Espinafre (Extrato de tomate ½ pc) Feijão cozido	Estrogonofe de Frango (Amido e Leite sem lactose ½ pc, Extrato de tomate ½ pc, Peito de Frango) Arroz cozido com Brócolis Feijão cozido Repolho roxo ralado	Carne moída refogada (Acém moído) Arroz cozido Feijão tropeiro com Couve (Farinha de mandioca) Abóbora cozida
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Melão em fatias	Melão em fatias	Melancia em fatias	Frutas picadas (Morango + Banana nanica ½ pc)	Banana prata
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Bobó de Carne moída com Abóbora (Acém moído) Arroz cozido	Peito de Frango ^R ao molho branco com Brócolis (Amido e Leite sem lactose ½ pc) Arroz cozido	Peito de Frango ^R refogado com Colorau Arroz cozido Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Tomate picado com Ervas (Coentro, Salsa e Hortelã)	Carne moída ao molho com Pimentão e Cebola e Batata doce (Acém moído, Extrato de tomate) Arroz cozido	Galinhada com Cenoura (Peito de Frango ^R , Arroz, Açafrão) Alface em tiras

Observação: **Reservar a Couve para uso em 15/09.** Reservar **1 pc de Banana prata e 1 pc de Maçã - refrigerados**, 1pc de Batata inglesa, 1pc de Acelga, 1pc de Abóbora, 1 pc de Repolho verde, para a próxima segunda-feira.

*Leite SEM LACTOSE – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Itambé, Piracanjuba, Ninho, Italc.

*Azeite de Oliva – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.

*Peito de Frango (½ pc – Reserva). OU Tofu – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.

As preparações previstas no cardápio poderão ser adaptadas conforme a realidade de cada Unidade Escolar. Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - Creche 02 (01 a 03 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	%				
Creche 02		01 - 02 anos	854,15	92,81	39%	36,25	15%	38,37	40%	379,26	65,47	300,54	3,51
		02 - 03 anos	854,15	92,81	39%	36,25	15%	38,37	40%	379,26	65,47	300,54	3,51
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	%				
Creche 02		01 - 02 anos	1467,03	98,27	24%	31,49	8%	106,38	65%	328,88	58,88	247,22	3,06
		02 - 03 anos	1467,03	98,27	24%	31,49	8%	106,38	65%	328,88	58,88	247,22	3,06
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	%				
Creche 02		01 - 02 anos	1522,67	102,61	24%	33,85	8%	109,91	65%	370,10	54,80	285,59	3,48
		02 - 03 anos	1522,67	102,61	24%	33,85	8%	109,91	65%	370,10	54,80	285,59	3,48
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	%				
Creche 02		01 - 02 anos	1282,18	88,96	25%	31,42	9%	90,29	63%	393,61	56,34	237,80	2,93
		02 - 03 anos	1282,18	88,96	25%	31,42	9%	90,29	63%	393,61	56,34	237,80	2,93
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	%				
Creche 02		01 - 02 anos	1286,61	87,23	24%	31,67	9%	91,48	64%	351,49	71,12	304,42	2,79
		02 - 03 anos	1286,61	87,23	24%	31,67	9%	91,48	64%	351,49	71,12	304,42	2,79
6ª 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	%				
Creche 02		01 - 02 anos	940,26	93,69	36%	29,76	11%	51,12	49%	412,94	28,86	276,03	2,97
		02 - 03 anos	940,26	93,69	36%	29,76	11%	51,12	49%	412,94	28,86	276,03	2,97
7ª 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	%				
Creche 02		01 - 02 anos	931,43	91,06	35%	30,25	12%	51,20	49%	226,75	37,75	280,79	2,26
		02 - 03 anos	931,43	91,06	0,35	30,25	0,12	51,20	0,49	226,75	37,75	280,79	2,26

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 20 de 02/12/2020 do FNDE.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 4ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

OBSERVAÇÕES GERAIS

***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 Percíveis) 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 sem lactose:** Per capita para molhos reduzido de meio (½) para um terço (⅓).
- **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 Carne ou Ovo de entregas mais distantes. Utilizar 1 pc por refeição. Armazenar as reservas refrigeradas ou congeladas.**
- **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

Juliene J. M. Santos CRN1: 3913