

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

1ª Semana	Segunda-feira 18/09	Terça-feira 19/09	Quarta-feira 20/09	Quinta-feira 21/09	Sexta-feira 22/09
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz com *Azeite de oliva + *Leite sem lactose* + Maçã ^R	Mingau de Banana nanica (Fruta 1 pc, Amido, *Leite sem lactose pc)	Frutas picadas com *Leite sem lactose em pó (½ pc) (Mamão + Maçã)	Cuscuz com *Peito de Frango ½ pc refogado^R + *Leite sem lactose* + Banana nanica	Vitamina de Banana nanica (*Leite sem lactose , Fruta) + Abacaxi picado
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão)	Coxa e sobrecoxa de Frango refogadas Arroz cozido Tutu de Feijão com Colorau (Farinha de mandioca)	Carne moída refogada (Acém moído) Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido	Baião de três (Arroz, Ovos e Acém moído ½ pc) Feijão cozido Batata inglesa corada com Colorau	Peito de Frango desfiado cozido com Batata e Colorau Arroz cozido Feijão cozido
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Banana prata ^R	Melão picado	Melancia fatiada	Mamão picado	Melão em fatias
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Carne moída ao molho (Acém moído, Extrato de tomate) Arroz cozido	Ovos mexidos com Colorau e Cebola Arroz cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Batata e Açafrão Arroz cozido	Farofa de Peito de Frango com Colorau (Farinha de mandioca) Arroz cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Amido) Arroz cozido Feijão cozido

Observação: As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.

Reservar 1 pc de Batata inglesa, 1 pc de Maçã e 1 pc de Banana nanica para a próxima segunda-feira.

Adaptar preparações conforme itens da AGRICULTURA FAMILIAR previstos/recebidos para cada Regional de Ensino.

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 – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

2ª Semana	Segunda-feira 25/09	Terça-feira 26/09	Quarta-feira 27/09	Quinta-feira 28/09	Sexta-feira 29/09
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Mingau de Banana nanica ^R (Fruta, Amido, *Leite sem lactose)	Cuscuz com *Azeite de oliva + *Leite sem lactose* + Melão em fatias	Creme de Fruta (Banana nanica congelada, *Leite sem lactose)	Cuscuz com *Peito de Frango ½ pc refogado^R + *Leite sem lactose* + Melão picado	Vitamina de Banana nanica (*Leite sem lactose , Fruta) + Maçã
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Arroz com Ovos e Carne moída (Ovo, Acém moído ½ pc, Cebola, Açafrão) Arroz cozido Batata inglesa refogada	Coxa e sobrecoxa de Frango refogadas com Colorau Arroz cozido Feijão cozido	Carne moída refogada com Colorau (Acém moído) Arroz cozido Feijão cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Arroz cozido Feijão cozido com Colorau
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Maçã ^R	Mamão picado	Melão picado	Maçã	Mamão em fatias
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Peito de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido	Farofa de Ovos mexidos com Colorau (Farinha de mandioca) Arroz cozido	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão)	Peito de Frango ao molho branco (Amido, *Leite sem lactose ½ pc) Arroz cozido	Carne moída refogada com Cebola Arroz cozido Feijão cozido

Observação: As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.

Congelar 1 pc de Banana nanica para utilizar no dia 27/09. Reservar 1 pc de Banana nanica (congelada) e 1 pc de Mamão para a próxima segunda-feira.

Adaptar preparações conforme itens da AGRICULTURA FAMILIAR previstos/recebidos para cada Regional de Ensino.

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 – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

3ª Semana	Segunda-feira 02/10	Terça-feira 03/10	Quarta-feira 04/10	Quinta-feira 05/10	Sexta-feira 06/10
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz com *Azeite de oliva + *Leite sem lactose* + Mamão ^R	Mingau de Maçã (Fruta, *Leite sem lactose, Amido) + Melão picado	Frutas picadas com *Leite sem lactose em pó (½ pc) (Mamão + Banana nanica)	Cuscuz com *Peito de Frango ½ pc refogado^R + *Leite sem lactose* + Abacaxi em fatias	Vitamina de Banana nanica (*Leite sem lactose, Fruta) + Mamão picado
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Macarrão ao molho com Carne moída e Ovos cozidos (Acém moída ½ pc, Ovo, Extrato de tomate)	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão) Feijão cozido	Baião de Três (Acém moído ^R , Arroz, Feijão, Colorau) Melão em fatias	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho branco com Colorau e Cebola (Amido, *Leite sem lactose ½ pc) Arroz cozido Feijão cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Feijão cozido com Colorau
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Sorbet de Banana nanica ^R	Banana nanica	Maçã	Mamão em fatias	Melão
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Colorau Arroz cozido	Ovos mexidos Arroz cozido Tutu de Feijão com Colorau (Farinha de mandioca)	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango, Açafrão)	Peito de Frango ^R ao molho (Amido) Arroz cozido

Observação: As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.

Reservar 1 pc de Banana nanica e 1 pc de Maçã para a próxima segunda-feira.

Adaptar preparações conforme itens da AGRICULTURA FAMILIAR previstos/recebidos para cada Regional de Ensino.

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 – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

4ª Semana	Segunda-feira 09/10	Terça-feira 10/10	Quarta-feira 11/10	Quinta-feira 12/10	Sexta-feira 13/10
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Mingau de Banana nanica ^R (Fruta, Amido, *Leite sem lactose*)	Frutas picadas com *Leite sem lactose em pó (½ pc) (Maçã + Banana nanica)	Vitamina de Banana nanica (*Leite sem lactose, Fruta) + Abacaxi picado	FERIADO NACIONAL (DIA DE NOSSA SENHORA APARECIDA)	DIA LETIVO MÓVEL
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Omelete de forno com Carne (Ovo, Acém moído ½ pc, Amido, Colorau) Arroz cozido	Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz, Açafraão) Feijão cozido Salada de Beterraba e Repolho verde ralados	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido com Abóbora Couve refogada		
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Maçã ^R	Melão em fatias	Banana nanica		
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido	Peito de Frango assado com Batata doce e Ervas Arroz cozido	Ovos mexidos Arroz cozido Repolho roxo picado Melão picado		

Observação: As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.

Reservar 1 pc de Melão, 1 pc de Banana nanica, 1pc de Batata doce, 1pc de Cenoura, 1 pc de Abóbora e 1pc de Couve (Congelada) para a próxima semana.

Adaptar preparações conforme itens da AGRICULTURA FAMILIAR previstos/recebidos para cada Regional de Ensino.

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 – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

5ª Semana	Segunda-feira 16/10	Terça-feira 17/10	Quarta-feira 18/10	Quinta-feira 19/10	Sexta-feira 20/10
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz com *Azeite de oliva + *Leite sem lactose* + Melão em fatias ^R	Creme de Fruta (Batata doce cozida, Banana prata 1pc congelada, *Leite sem lactose)	Frutas picadas com *Leite sem lactose em pó (½ pc) (Banana nanica 1pc, Mamão 1 pc)	Cuscuz com *Peito de Frango ½ pc refogado^R + *Leite sem lactose* + Goiaba, 2pc	Vitamina de Banana nanica (*Leite sem lactose , Fruta) + Maçã
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Peito de Frango cozido com Cenoura (Amido) Arroz cozido Batata doce com casca corada	Coxa e sobrecoxa de Frango ^R refogadas Macarrão ao molho com Manjericão (Extrato de tomate) Feijão cozido Salada de Repolho verde com Cenoura ralada	Carne moída refogada com Açafrão Arroz cozido Feijão Tropeiro (Feijão, Couve, Farinha de mandioca) Beterraba crua ralada	Peito de Frango assado com Batata doce, Pimentão e Tomate Arroz cozido Feijão cozido Melão picado	Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz, Açafrão) Feijão cozido Abóbora refogada Chuchu cozido
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Banana nanica ^R	Melão em fatias	Maçã	Banana prata	Melancia
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Coxa e sobrecoxa de Frango ^R cozidas com Abóbora Arroz cozido com Couve refogada	Baião de três com Ervas (Peito de Frango ^R , Arroz, Feijão) Couve refogada	Galinhada cremosa (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz, Colorau, *Leite sem lactose ½ pc, Amido) Pepino picado Abóbora refogada	Peito de Frango cozido ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido Repolho roxo ralado	Carne moída refogada com Ervas Arroz cozido Purê de Batata doce Tomate picado

Observação: As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.

Reservar 1pc de Banana prata, 1 pc de Melancia, 1 pc de Batata doce, 1pc de Pepino, 1 pc de Cenoura para a próxima semana.

Adaptar preparações conforme itens da AGRICULTURA FAMILIAR previstos/recebidos para cada Regional de Ensino.

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 – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

6ª Semana	Segunda-feira 23/10	Terça-feira 24/10	Quarta-feira 25/10	Quinta-feira 26/10	Sexta-feira 27/10
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz com *Azeite de oliva + *Leite sem lactose* + Banana prata ^R	Mingau de Maçã (Fruta, Amido, *Leite sem lactose*)	Frutas picadas com *Leite sem lactose em pó (½ pc) (Banana nanica 1pc, Mamão 1 pc)	Cuscuz com *Peito de Frango ½ pc refogado^R ralado + *Leite sem lactose* + Goiaba	Vitamina de Banana nanica (*Leite sem lactose , Fruta ½ pc) + Melão picado
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Peito de Frango cozido com Batata doce com Açafrão Arroz cozido Pepino picado	Carne moída refogada com Açafrão (Acém moído) Baião de dois (Arroz, Feijão) Salada de Couve picada e Beterraba cozida	Farofa de Ovos (Farinha de mandioca) Arroz cozido com Cenoura e Carne (Acém moído ½ pc, Colorau) Feijão cozido Repolho roxo picado	Carne moída ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido Batata doce com casca cozida Pepino picado	Peito de Frango ao molho branco com Ervas (Amido, *Leite sem lactose ½ pc) Arroz cozido Feijão cozido com Abóbora Tomate picado
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Melancia picada ^R	Melão em fatias	Melancia	Mamão em fatias	Maçã
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Arroz com Ovos mexidos e Cenoura	Galinhada (Arroz, Peito de Frango, Açafrão) Feijão cozido Tomate picado	Bobó de Peito de Frango com Batata doce Arroz cozido Couve refogada Goiaba picada	Peito de Frango cozido com Abóbora Arroz cozido Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Repolho verde refogado	Carne moída ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido com Cenoura Pepino picado

Observação: As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.

Reservar 2pc de Goiaba, 1 pc de Banana nanica, 1 pc de Mamão, 1pc de Cenoura, 1 pc de Chuchu e 1pc de Batata doce para a próxima segunda-feira.

Adaptar preparações conforme itens da AGRICULTURA FAMILIAR previstos/recebidos para cada Regional de Ensino.

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 – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

7ª Semana	Segunda-feira 30/10	Terça-feira 31/10	Quarta-feira 01/11	Quinta-feira 02/11	Sexta-feira 03/11
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Mingau de Banana nanica ^R (Fruta, Amido, *Leite sem lactose*) + Goiaba, 2pc ^R	Frutas picadas com *Leite sem lactose em pó (½ pc) (Goiaba, 2pc + Banana nanica)	Vitamina de Banana nanica (*Leite sem lactose , Fruta ½ pc) + Melão picado	FERIADO NACIONAL (FINADOS)	DIA LETIVO MÓVEL
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Ovos mexidos Arroz cozido com Carne e Colorau (Acém moído ½ pc) Salada de Cenoura e Chuchu cozidos	Iscas de Peito de Frango refogadas com Cebola (Extrato de tomate) Arroz cozido Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Batata doce com casca corada Repolho verde em tiras	Baião de Três (Arroz, Ovos, Acém moída ½ pc, Açafrão) Feijão cozido Couve refogada Abóbora cozida		
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Mamão picado ^R	Abacaxi em fatias	Goiaba, 2pc		
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Bobó de Peito de Frango com Batata doce Arroz cozido	Omelete de forno (Ovo, Couve, Amido, *Leite sem lactose ½ pc, Colorau) Arroz cozido Melão em fatias	Peito de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Abóbora cozida Repolho verde ralado		

Observação: As sugestões de gêneros alimentícios e marcas de substitutos estão descritas nas observações gerais ao final do cardápio.
Reservar 1pc de Banana nanica, 1 pc de Melão, 1 pc de Abóbora, 1 pc de Pepino e 1 pc de Batata doce para a próxima segunda-feira.
Adaptar preparações conforme itens da AGRICULTURA FAMILIAR previstos/recebidos para cada Regional de Ensino.
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) 5ª Distribuição

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		1017,96	99,64	35%	30,51	11%	55,68	49%	179,93	39,81	265,21	3,24
	02 - 03 anos		692,60	99,64	52%	30,51	16%	19,50	25%	179,93	39,81	265,21	3,24
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		866,16	98,34	41%	31,80	13%	38,81	40%	188,99	29,65	294,74	3,19
	02 - 03 anos		703,48	98,34	50%	31,80	16%	20,72	27%	188,99	29,65	294,74	3,19
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		731,33	104,63	52%	31,40	15%	20,92	26%	195,35	53,17	283,36	3,19
	02 - 03 anos		731,33	104,63	52%	31,40	15%	20,92	26%	195,35	53,17	283,36	3,19
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		675,68	94,21	50%	30,85	16%	20,13	27%	289,68	23,82	248,26	3,07
	02 - 03 anos		675,68	94,21	50%	30,85	16%	20,13	27%	289,68	23,82	248,26	3,07
5ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Vit. A	Vit. C	Calcio	Ferro
				(55% a 65% do VET)		(10% a 15% do VET)		(15% a 30% do VET)					
				g	%	g	%	g	%				
Creche 02	01 - 02 anos		703,60	110,10	56%	30,20	15%	16,97	22%	364,90	58,97	282,19	3,15
	02 - 03 anos		703,60	110,10	56%	30,20	15%	16,97	22%	364,90	58,97	282,19	3,15
6ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Vit. A	Vit. C	Calcio	Ferro
				(55% a 65% do VET)		(10% a 15% do VET)		(15% a 30% do VET)					
				g	%	g	%	g	%				
Creche 02	01 - 02 anos		900,70	111,45	45%	34,16	14%	36,78	37%	414,81	71,89	296,43	3,66
	02 - 03 anos		738,02	111,45	54%	34,16	17%	18,69	23%	414,81	71,89	296,43	3,66
7ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lipídio		Vit. A	Vit. C	Calcio	Ferro
				(55% a 65% do VET)		(10% a 15% do VET)		(15% a 30% do VET)					
				g	%	g	%	g	%				
Creche 02	01 - 02 anos		769,95	108,07	51%	38,10	18%	22,20	26%	564,26	143,86	296,22	3,71
	02 - 03 anos		769,95	108,07	0,51	38,10	0,18	22,20	0,26	564,26	143,86	296,22	3,71

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

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 – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 18/09/2023 a 03/11/2023. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 04/12/2023

04 Refeições: Creche 2 (1 a 3 anos)

OBSERVAÇÕES GERAIS

***PARA MENORES DE 2 ANOS**, a oferta do ***Leite sem lactose de vaca** deverá ser preferencialmente em preparações, de forma gradual e acompanhada, conforme prescrição médica ou nutricional. Não ofertar ***Leite sem lactose 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.
- **Substitutos do Leite de vaca e derivados:**
 - Leite integral substituir por ***Leite sem lactose** – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Itambé, Piracanjuba, Ninho, Italac.
 - Manteiga substituir por ***Azeite de Oliva** – Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Andorinha; Gallo; Cocinero.
 - Queijo muçarela substituir por ***Peito de Frango ou Carne moída (½ pc – Reserva)**. OU Tofu–Poderá ser adquirido por meio do PDAF. Marcas sugeridas: Nippo, Ecobras, Hattori.
- Pc: Per capita. Utilizar ½ pc de sal para fazer o cuscuz. E para frango/carne/ovo *in natura* como acompanhamento para o cuscuz utilizar ½ pc de sal e 1 pc de óleo (1ml).
- **Amido:** Amido de milho
- ***Leite sem lactose:** Per capita para molhos é de 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.**
- **Temperos:** açafrão, colorau e ervas (salsa, coentro e cebolinha) podem estar descritos no cardápio ou utilizados conforme a realidade de cada escola.
- **Os gêneros (perceíveis e não perceíveis) que eventualmente tiveram reposição ou substituição na distribuição devem ser inseridos ao cardápio.**
- **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.**
- 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.
- **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.**
- Para sugestões de novas preparações que tenham boa aceitação dos alunos, essas deverão ser comunicadas aos Nutricionistas das Regionais de Ensino, que deverão encaminhar à 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