

SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO DO DISTRITO FEDERAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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*)	Frutas picadas com Leite em pó (½ pc) (Maçã + Banana nanica)	Vitamina de Banana nanica (Leite, 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	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Açafrão Arroz cozido Feijão cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido		
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	Galinhada (Arroz, Peito de Frango, Açafrão)	Ovos mexidos com Colorau Arroz cozido		

Observação: Reservar 1 pc de Melão (Refrigerado), 1 pc de Banana nanica (Congelada) para a próxima semana.
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

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.	Mingau de milho (Leite*, Farinha de milho flocada) + Melão em fatias ^R	Cuscuz com Manteiga ^R + Leite*	Frutas picadas com Leite em pó (Banana nanica 1pc + Mamão 1pc)	Cuscuz com Queijo muçarela ^R ralado + Leite*	Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta) + Maçã
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Galinhada (Arroz, Peito de Frango cozido, Açafrão)	Coxa e sobrecoxa de Frango ^R cozidas (Amido) Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido	Carne moída refogada com Colorau Arroz cozido Tutu de Feijão (Farinha de mandioca)	Baião de três (Arroz, Peito de Frango, Feijão cozido, Colorau)	Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz, Açafrão) Feijão cozido
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Sorbet de Banana nanica ^R	Melão em fatias	Melancia picada	Maçã	Melão picado
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Coxa e sobrecoxa de Frango ^R cozidas com colorau Arroz cozido	Baião de três (Peito de Frango ^R , Arroz, Feijão, Açafrão)	Galinhada cremosa (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz, Colorau, Leite ½ pc, Amido)	Peito de Frango ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido	Arroz cozido com Carne moída (Acém moído, Colorau)

Observação: Reservar 1 pc de Melancia para a próxima semana.

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

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 Manteiga ^R + Leite*	Mingau de Maçã (Fruta, Amido, Leite*)	Frutas picadas com Leite em pó (½ pc) (Banana nanica 1pc, Mamão 1 pc)	Cuscuz com Queijo muçarela ^R ralado + Leite*	Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta 1 pc) + Melão picado
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Galinhada (Arroz, Peito de Frango e Açafrão)	Carne moída refogada com Colorau (Acém moído) Baião de dois (Arroz, Feijão)	Farofa de Ovos (Farinha de mandioca) Arroz cozido com Carne (Acém moído ½ pc, Colorau) Feijão cozido	Carne moída ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido	Peito de Frango ao molho branco (Amido, Leite ½ pc) Arroz cozido Feijão cozido
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Melancia picada ^R	Melão em fatias	Melancia picada	Mamão em fatias	Maçã
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Farofa de Ovos mexidos e Colorau (Farinha de mandioca) Arroz cozido	Galinhada (Arroz, Peito de Frango, Açafrão)	Peito de Frango refogado com Colorau Arroz cozido Feijão cozido	Peito de Frango desfiado cozido (Amido) Arroz cozido	Carne moída ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido

Observação: Reservar 1pc de Mamão (Refrigerado), 1 pc de Banana nanica (Refrigerada) para a próxima segunda-feira.
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

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*)	Frutas picadas com Leite em pó (½ pc) (Abacaxi 1pc + Banana nanica 1pc)	Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta 1pc) + 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)	Iscas de Peito de Frango refogadas com Cebola (Extrato de tomate) Arroz cozido Tutu de Feijão (Farinha de mandioca)	Baião de Três (Arroz, Ovos, Acém moída ½ pc, Açafrão) Feijão cozido		
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Mamão picado ^R	Melão picado	Melão picado		
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Peito de Frango desfiado ao molho branco (Amido, Leite ½ pc) Arroz cozido	Ovo cozido ao molho de tomate (Extrato de tomate) Arroz cozido	Galinhada (Arroz, Peito de Frango, Açafrão)		

Observação: Reservar 1pc de Banana nanica (Refrigerada) para a próxima segunda-feira.

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

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

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	650,00	88,12	49%	30,09	17%	20,04	28%	199,22	13,30	233,64	2,78
		02 - 03 anos	650,00	88,12	49%	30,09	17%	20,04	28%	199,22	13,30	233,64	2,78
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	658,30	97,28	53%	28,99	16%	17,43	24%	122,88	18,47	278,54	2,77
		02 - 03 anos	658,30	97,28	53%	28,99	16%	17,43	24%	122,88	18,47	278,54	2,77
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	660,48	94,07	51%	31,68	17%	18,30	25%	190,77	28,66	274,78	3,13
		02 - 03 anos	660,48	94,07	51%	31,68	17%	18,30	25%	190,77	28,66	274,78	3,13
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	676,96	86,11	46%	36,16	19%	21,59	29%	271,84	33,78	275,36	3,31
		02 - 03 anos	676,96	86,11	0,46	36,16	0,19	21,59	0,29	271,84	33,78	275,36	3,31

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 – 5ª DISTRIBUIÇÃO DE 2023

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 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. 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:** Per capita para molhos é de 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.**
- **Temperos:** açafrão, colorau e ervas (salsa, coentro e cebolinha) podem estar descritos no cardápio ou utilizados conforme a realidade de cada escola.
- **Os gêneros (percíveis e não percíveis) que eventualmente tiveram reposição ou substituição na distribuição devem ser inseridos ao cardápio, conforme realidade de cada escola.**
- **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.**
- 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