

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

1ª Semana	Segunda-feira 14/02	Terça-feira 15/02	Quarta-feira 16/02	Quinta-feira 17/02	Sexta-feira 18/02
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Mingau de Biscoito Maisena (Biscoito Maisena, Leite)	Biscoito Maisena Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Carne Moída refogada (½ pc) Suco Cremoso de Abacaxi (Fruta ½ pc, Leite)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Amanteigado	Melão picado	Mamão picado	Melão picado	Mamão picado
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Estrogonofe de Frango (Peito de Frango Pouch ½ pc, Amido, Leite ½ pc) Arroz parboilizado	Farofa de Ovos com Cebolinha (Farinha de mandioca) Arroz parboilizado Feijão cozido Purê de Batata doce Cenoura cozida	Carne Moída (½ pc) cozida com Chuchu Arroz parboilizado Feijão cozido Beterraba cozida	Macarrão com Peito de Frango (Peito de Frango Pouch ½ pc, Extrato de tomate) Feijão cozido Batata corada Pepino com casca picado Mamão em fatias	Ovos Mexidos com Cebolinha Arroz parboilizado Feijão cozido Purê de Abóbora Repolho verde em tiras Maçã
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Rosquinha de coco Leite	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Maisena Suco Cremoso de Abacaxi (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Peito de Frango refogado (Pouch ½ pc) Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Macarrão à Bolonhesa (Macarrão, Extrato de tomate, Carne Moída ½ pc)	Peito de Frango desfiado cozido com Batata (Peito de Frango Pouch ½ pc) Arroz parboilizado	Arroz parboilizado com Ovos Mexidos e Cebolinha Abóbora cozida Pepino picado Maçã	Farofa de Ovos com Cebolinha (Farinha de mandioca) Arroz parboilizado Feijão cozido Beterraba cozida Repolho verde picado	Carne Moída refogada (½ pc) com Pimentão Arroz parboilizado Beterraba cozida Pepino picado

**Observação: Reservar 1 pc de Banana nanica (congelada), 1 pc de Beterraba, 1 pc de Inhame e 1 pc de Cenoura 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 – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

2ª Semana	Segunda-feira 21/02	Terça-feira 22/02	Quarta-feira 23/02	Quinta-feira 24/02	Sexta-feira 25/02
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Maisena Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Curau de Milho Verde <i>In natura</i> (Milho 2pc, Leite) + Mamão picado	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Peito de Frango desfiado (½ pc) Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Rosquinha de coco	Melão picado	Abacaxi em fatias	Goiaba	Mamão picado
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Farofa de Frango desfiado (Peito de Frango ½ pc, Farinha de mandioca) Arroz parboilizado Inhame dourado ao forno Beterraba crua ralada	Escondidinho de Peito de Frango com Batata doce (Peito de Frango ½ pc, Batata doce) Arroz parboilizado Feijão cozido Cenoura e Chuchu cozidos	Galinhada (Arroz parboilizado, Peito de Frango) Feijão cozido com Abóbora Batata doce corada Pepino em fatias	Macarrão ao molho branco com Peito de Frango (Peito de Frango, Amido, Leite ½ pc) Feijão cozido Repolho verde em tiras Beterraba cozida Mamão picado	Carne Moída ao molho com Batata (Extrato de tomate) Arroz parboilizado Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Salada de Cenoura crua ralada e Pepino picado
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Maisena Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Maisena Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Peito de Frango refogado (½ pc) Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Galinhada (Arroz parboilizado, Peito de Frango) Farofa de Cenoura (Farinha de mandioca)	Carne Moída cozida com Abóbora Arroz parboilizado Melancia picada	Sopa de Carne Moída com Macarrão, Cenoura e Repolho verde (Extrato de tomate)	Carne Moída refogada Arroz parboilizado cozido Cenoura crua ralada Batata doce corada	Bobó de Peito de Frango com Abóbora Baião de dois (Arroz parboilizado e Feijão cozidos) Beterraba crua ralada

**Observação:** Reservar 1 pc de Banana nanica, 1pc de Goiaba e 1 pc de Cebolinha – todos congelados; 1 pc de Alho, 1 pc de Cebola, 1 pc de Abóbora, 2 pc de Repolho verde, 1 pc de Chuchu e 2 pc de Beterraba – todos refrigerados para a próxima semana.

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 – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

3ª Semana	Segunda-feira 28/02	Terça-feira 01/03	Quarta-feira 02/03	Quinta-feira 03/03	Sexta-feira 04/03
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	<b>RECESSO ESCOLAR</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Cream cracker Vitamina de Goiaba (Leite, Fruta ½ pc)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.				Biscoito Amanteigado	Biscoito Maisena
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.				Bobó de Carne Moída (½ pc) com Abóbora Arroz parboilizado Farinha torrada (Farinha de mandioca) Repolho verde picado	Carne Moída (½ pc) ao molho (Extrato de tomate) Macarrão ao Alho e Óleo Feijão cozido Chuchu refogado Beterraba crua cozida
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.				Biscoito Maisena Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.				Macarrão à Bolonhesa (Macarrão, Extrato de tomate, Carne Moída) Beterraba crua ralada	Galinhada (Arroz parboilizado, Peito de Frango) Repolho verde refogado

**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 – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

4ª Semana	Segunda-feira 07/03	Terça-feira 08/03	Quarta-feira 09/03	Quinta-feira 10/03	Sexta-feira 11/03
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Biscoito Maisena Leite	Biscoito Amanteigado Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Maisena Vitamina de Banana nanica (Fruta, Leite ½ pc)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Fruta, Leite ½ pc)	Pão com Peito de Frango refogado (½ pc) Suco cremoso de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Leite)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Amanteigado	Melancia picada	Goiaba	Frutas Picadas (Mamão ½ pc + Maçã ½ pc)	Mamão picado
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Hambúrguer grelhado de Carne Moída Macarrão ao molho branco (Amido, Leite ½ pc)	Ovos Mexidos com Cheiro verde Arroz parboilizado Feijão cozido Purê de Abóbora Chuchu cozido Maçã	Galinhada (Arroz parboilizado, Peito de Frango) Feijão cozido com Abóbora Beterraba crua ralada	Farofa de Ovos com Cheiro verde (Farinha de mandioca) Arroz parboilizado Feijão cozido Batata doce corada Pepino em fatias Mamão picado	Peito de Frango ao molho com Batata e Pimentão (Extrato de tomate) Arroz parboilizado Feijão cozido Salada de Repolho roxo com Cenoura crua ralada
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Frapê (Biscoito Rosquinha de coco, Leite gelado)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Carne Moída refogada (½ pc) Vitamina de Maçã (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Maisena Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Estrogonofe de Frango (Peito de Frango em cubos, Amido, Leite ½ pc) Arroz parboilizado	Carne Moída ao molho com Pimentão (Extrato de tomate) Arroz parboilizado Beterraba cozida Repolho verde em tiras	Macarrão com Ovos (Extrato de tomate) Batata doce assada Cenoura crua ralada Frutas Picadas (Mamão ½ pc + Abacaxi ½ pc)	Canja de Peito de Frango (Arroz parboilizado, Peito de Frango, Cenoura)	Farofa de Ovos Mexidos com Cheiro verde (Farinha de mandioca) Arroz parboilizado Feijão cozido Beterraba cozida

**Observação:** Reservar ½ pc de Goiaba e ½ de Banana nanica congelados, 1 pc de Cenoura e 1 pc de Inhame e 1 pc Abóbora 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 – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

5ª Semana	Segunda-feira 14/03	Terça-feira 15/03	Quarta-feira 16/03	Quinta-feira 17/03	Sexta-feira 18/03
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Biscoito Maisena Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Curau de Milho Verde <i>In natura</i> (Milho 2 pc, Leite) + Frutas Picadas (Mamão ½ pc + Maçã ½ pc)	Biscoito Maisena Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Peito de Frango refogado (½ pc) Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Rosquinha de coco	Abacaxi picado	Mamão picado	Frutas Picadas (Mamão ½ pc + Maçã ½ pc)	Mamão em fatias
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Galinhada (Arroz parboilizado, Peito de Frango) Inhame Cozido Cenoura crua ralada	Carne Moída refogada Arroz parboilizado Feijão cozido Purê de Batata Couve refogada Beterraba crua ralada	Farofa de Ovos (Farinha de mandioca) Arroz parboilizado Feijão cozido Abóbora cozida Pepino picado	Peito de Frango acebolado Macarrão ao Sugo com Manjericão (Extrato de tomate) Feijão cozido Salada de Repolho verde com Cenoura crua ralada Melão picado	Ovos Mexidos com Cheiro verde Baião de dois (Arroz e Feijão cozidos) Batata doce corada Chuchu cozido
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Maisena Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Carne Moída refogada (½ pc) Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Carne Moída ao molho (Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo Abóbora cozida	Arroz parboilizado com Ovos Mexidos e Cheiro verde Cenoura cozida Pepino em fatias Melão picado	Galinhada (Arroz parboilizado, Peito de Frango desfiado) Couve refogada	Arroz parboilizado com Ovos Mexidos e Cheiro verde Feijão tropeiro (Feijão, Couve, Farinha de mandioca)	Peito de Frango com Batata assada Arroz parboilizado Pepino em fatias com Limão

**Observação:** Reservar ½ pc de Banana nanica, ½ pc de Goiaba e 1 pc de Couve congelados; 1 pc de Inhame e 1 pc de Abóbora 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 – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

6ª Semana	Segunda-feira 21/03	Terça-feira 22/03	Quarta-feira 23/03	Quinta-feira 24/03	Sexta-feira 25/03
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Biscoito Maisena Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Maisena Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Peito de Frango refogado (½ pc) Suco cremoso de Abacaxi com Hortelã (Fruta ½ pc, Leite, Hortelã)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Rosquinha de coco	Melão picado	Mamão picado	Frutas Picadas (Mamão ½ pc + Abacaxi ½ pc)	Frutas Picadas (Mamão ½ pc + Maçã ½ pc)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Carne Moída cozida Arroz parboilizado Farofa de Couve (Farinha de mandioca) Purê de Inhame	Estrogonofe de Frango (Amido, Leite ½ pc) Arroz parboilizado Feijão cozido Batata doce corada Cenoura crua ralada Melancia picada	Carne Moída cozidas com Abóbora Arroz parboilizado Feijão cozido Couve refogada Beterraba crua ralada	Macarrão com Peito de Frango e Pimentão (Extrato de tomate) Feijão cozido Batata corada Repolho Roxo em tiras Mamão picado	Carne refogada Arroz parboilizado Feijão cozido Purê de Abóbora Pepino com casca fatiado
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Amanteigado Vitamina de Goiaba (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Maisena Vitamina de Maçã (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Peito de Frango desfiado (½ pc) Vitamina de Maçã (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Bobó de Peito de Frango com Abóbora Arroz parboilizado Farinha torrada (Farinha de mandioca)	Macarrão à Bolonhesa (Macarrão, Extrato de tomate, Carne Moída) Beterraba crua ralada Frutas picadas (Maçã ½ pc + Abacaxi ½ pc)	Peito de Frango em cubos cozido com Cenoura e Pimentão Batata doce corada Arroz parboilizado	Carne Moída cozida Baião de dois (Arroz e Feijão cozidos) Repolho verde refogado Beterraba cozida	Galinhada (Arroz parboilizado, Peito de Frango) Batata doce corada

**Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi e ½ de Banana nanica congelados; 1 pc de Inhame e 1 pc de Chuchu e 1 pc de Abóbora 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 – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

7ª Semana	Segunda-feira 28/03	Terça-feira 29/03	Quarta-feira 30/03	Quinta-feira 31/03	Sexta-feira 01/04
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Biscoito Amanteigado Suco cremoso de Abacaxi (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Curau de Milho Verde <i>In natura</i> (Milho 2 pc, Leite) + Frutas Picadas Abacaxi ½ pc + Maçã ½ pc	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Peito de Frango desfiado (½ pc) Suco cremoso de Abacaxi (Fruta ½ pc, Leite)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Maisena	Melão picado	Mamão picado	Frutas Picadas (Mamão ½ pc + Maçã ½pc)	Frutas Picadas (Mamão ½ pc + Abacaxi ½ pc)
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Isca de Peito de Frango grelhada Inhame dourado ao forno Arroz parboilizado Chuchu refogado	Carne Moída cozida com Batata Arroz parboilizado Feijão cozido Beterraba crua ralada	Isclas de Peito de Frango acebolada Arroz parboilizado Feijão cozido Purê de Batata doce Couve refogada	Isca de Peito de Frango refogada Arroz parboilizado Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Beterraba cozida Cenoura crua ralada	Macarrão ao Sugo com Manjericão (Extrato de tomate) Carne Moída cozida com Cenoura Feijão cozido Salada de Repolho roxo em tiras com Pepino Mamão picado
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Rosquinha de Coco Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Maisena Vitamina de Maçã (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Fruta ½ pc, Leite)	Pão com Peito de Frango desfiado (½ pc) Suco cremoso de Abacaxi (Fruta ½ pc, Leite)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Maçã (Fruta ½ pc, Leite)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Carne Moída refogada Arroz parboilizado Farinha torrada (Farinha de mandioca) Abóbora cozida	Galinhada com Cenoura (Arroz parboilizado, Peito de Frango, Cenoura) Pepino com casca em fatias e Limão Mamão picado	Canja de Frango (Arroz parboilizado, Peito de Frango, Cenoura)	Macarrão com Peito de Frango (Extrato de tomate) Couve refogada Batata doce corada	Isca de Peito de Frango acebolada Arroz parboilizado Feijão cozido Couve refogada

**Observação:** Reservar 1pc Abóbora, 1 pc de Inhame e 1 pc de Beterraba para a próxima segunda-feira.

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

**CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022**

1ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (15% a 30% do VET)		Vit. A mcg	Vit. C mg	Cálcio mg	Ferro mg
				g	%	g	%	g	%				
	Creche 01	07-11 meses	991,74	138,23	50%	41,42	15%	36,24	33%	459,68	59,96	577,41	4,44
	Creche 02	01-03 anos	991,74	138,23	50%	41,42	15%	36,24	33%	459,68	59,96	577,41	4,44
2ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (15% a 30% do VET)		Vit. A mcg	Vit. C mg	Cálcio mg	Ferro mg
				g	%	g	%	g	%				
	Creche 01	07-11 meses	957,57	138,71	52%	43,44	16%	31,24	29%	543,86	120,23	557,35	3,81
	Creche 02	01-03 anos	957,57	138,71	52%	43,44	16%	31,24	29%	543,86	120,23	557,35	3,81
3ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (15% a 30% do VET)		Vit. A mcg	Vit. C mg	Cálcio mg	Ferro mg
				g	%	g	%	g	%				
	Creche 01	07-11 meses	898,46	128,60	52%	38,06	15%	34,43	34%	253,88	68,68	505,21	2,94
	Creche 02	01-03 anos	898,46	128,60	52%	38,06	15%	34,43	34%	253,88	68,68	505,21	2,94
4ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (15% a 30% do VET)		Vit. A mcg	Vit. C mg	Cálcio mg	Ferro mg
				g	%	g	%	g	%				
	Creche 01	07-11 meses	1041,58	139,21	48%	48,60	17%	38,00	33%	580,19	110,32	603,48	4,59
	Creche 02	01-03 anos	1041,58	139,21	48%	48,60	17%	38,00	33%	580,19	110,32	603,48	4,59



5ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (15% a 30% do VET)		Vit. A mcg	Vit. C mg	Cálcio mg	Ferro mg
				g	%	g	%	g	%				
				Creche 01	07-11 meses	994,38	132,65	48%	47,51				
Creche 02	01-03 anos	994,38	132,65	48%	47,51	17%	36,23	33%	540,30	126,02	564,25	4,57	
6ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (15% a 30% do VET)		Vit. A mcg	Vit. C mg	Cálcio mg	Ferro mg
				g	%	g	%	g	%				
				Creche 01	07-11 meses	946,50	135,03	51%	44,00				
Creche 02	01-03 anos	946,50	135,03	51%	44,00	17%	32,79	31%	465,49	78,76	557,76	3,74	
7ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato (55% a 65% do VET)		Proteína (10% a 15% do VET)		Lipídio (15% a 30% do VET)		Vit. A mcg	Vit. C mg	Cálcio mg	Ferro mg
				g	%	g	%	g	%				
				Creche 01	07-11 meses	913,63	129,70	51%	43,10				
Creche 02	01-03 anos	913,63	129,70	51%	43,10	17%	29,15	29%	443,65	80,98	538,67	3,40	

**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 – 1ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022**

**PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 14/02/2022 a 01/04/2022. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 02/05/2022**

**05 Refeições - Creche 01 e 02**

**OBSERVAÇÕES GERAIS**

- 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 Óleo e ½ pc de Tempero para preparar o recheio do Pão.
- Amido de Milho: Utilizar 1 pc de Amido para ½ pc de Leite, ou avaliar a consistência de forma que a preparação não fique muito grossa, tampouco fina demais!
- **As preparações previstas neste Cardápio poderão ser adaptadas para atender às necessidades específicas de alunos menores de 01(um) ano de idade que se encontram na fase da Introdução Alimentar. Poderão ser realizadas mudanças na consistência das preparações e hortaliças previstas. Neste caso a Unidade Escolar deverá procurar o Nutricionista responsável pela Regional de Ensino que se encontra a escola.**
- **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 Unidade Escolar.**
- **Quando Frutas estiverem no cardápio às segundas-feiras, serão reservas da semana anterior. Para evitar perdas do alimento, será necessário, de preferência no dia do recebimento, 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 GPAE, afim de avaliação e inclusão nos próximos cardápios.
- Temperos: utilizar alho e cebola nas preparações salgadas. Solicitamos que os temperos naturais como Cebolinha, coentro e salsa sejam higienizados e que uma parte deles seja congelada para utilização em todas as refeições salgadas do cardápio, inclusive às segundas-feiras quando houver previsão no cardápio.
- **As sugestões de receitas comporão arquivo em separado atualizado e encaminhado a cada Distribuição.**