

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

1ª Semana	Segunda-feira 04/04	Terça-feira 05/04	Quarta-feira 06/04	Quinta-feira 07/04	Sexta-feira 08/04
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Leite	Biscoito Maisena Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Pão com Peito de Frango Pouch desfiado (½ pc) Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Curau de Milho verde <i>in natura</i> (Milho 2pc, Leite) + Melancia picada	Biscoito Amanteigado Vitamina de Maçã (Leite, Fruta ½ pc)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Amanteigado	Maçã	Melancia em fatias	Mamão picado	Banana nanica
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Bobó de Peito de Frango Pouch com Abóbora Arroz cozido Inhame dourado ao forno Farinha torrada (Farinha de mandioca)	Escondidinho de Batata com Carne moída (Acém moído ½ pc, Batata) Arroz cozido Pepino com casca em fatias e Limão	Galinhada (Arroz, Peito de Frango Pouch ½ pc) Purê de Inhame Couve refogada Beterraba crua ralada	Macarrão à Bolonhesa (Acém moído ½ pc, Extrato de tomate) Batata doce com casca assada Cenoura crua ralada Melão em fatias	Carne moída refogada com Cheiro-verde (Acém moído) Arroz cozido Abóbora cozida Repolho roxo em tiras com Pimentão verde
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Rosquinha de coco	Biscoito Amanteigado Suco cremoso de Abacaxi (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Maisena Vitamina de Maçã (Leite, Fruta ½ pc)	Pão com Carne moída (Acém moído ½ pc) Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Carne moída refogada (Acém moído) Arroz cozido Beterraba cozida	Macarrão ao molho com Peito de Frango Pouch (½ pc) (Extrato de tomate) Batata doce corada Couve refogada	Carne moída cozida (½ pc) Arroz cozido Farofa de Biscoito Cream cracker com Cenoura	Carne moída refogada (½ pc) Arroz cozido Beterraba crua ralada Banana nanica	Peito de Frango Pouch (½ pc) refogado com Pimentão Arroz cozido Beterraba cozida Repolho verde em tiras

Observação: Reservar ½ pc de Abacaxi congelado, 1pc de Abóbora, 1 pc de Chuchu 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

2ª Semana	Segunda-feira 11/04	Terça-feira 12/04	Quarta-feira 13/04	Quinta-feira 14/04	Sexta-feira 15/04
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Biscoito Rosquinha de coco Leite	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Leite	Biscoito Maisena Vitamina de Maçã (Leite, Fruta ½ pc)	<b>FERIADO (SEXTA – FEIRA SANTA)</b>
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Maisena	Maçã	Abacaxi picado	Melancia em fatias	
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Carne moída refogada (Acém moído) Arroz cozido Creme de Abóbora (Abóbora, Leite ½ pc) Chuchu refogado	Peito de Frango cozido com Inhame e Manjeriço (½ pc) Arroz cozido Feijão carioca cozido Beterraba cozida	Galinhada com Cheiro-verde (Arroz, Peito de Frango ½ pc) Feijão carioca cozido Batata doce corada Chuchu refogado Maçã em fatias com Limão	Galinhada com Cheiro-verde (Arroz, Peito de Frango ½ pc) Arroz cozido Feijão Tropeiro (Farofa de Biscoito Cream cracker, Feijão carioca, Couve) Cenoura crua ralada	
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Amanteigado Suco cremoso de Abacaxi (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Maçã (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Maisena Suco cremoso de Abacaxi (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)	
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Galinhada (Arroz, Peito de Frango ½ pc) Farofa de Cenoura (Farinha de mandioca, Cenoura)	Carne moída ao molho (Acém moído, Extrato de tomate) Arroz cozido Couve refogada Cenoura crua ralada	Carne moída refogada Arroz cozido Feijão carioca cozido Cenoura cozida	Isca de Peito de Frango acebolada (Peito de Frango ½ pc) Arroz cozido Abóbora cozida Abacaxi em fatias	

**Observação:** Congelar as folhas da Couve picadas para consumo em 14/04, sexta-feira.

**Reservar 1pc de Abóbora, 1 pc de Repolho verde 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.**

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

3ª Semana	Segunda-feira 18/04	Terça-feira 19/04	Quarta-feira 20/04	Quinta-feira 21/04	Sexta-feira 22/04
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Biscoito Maisena Leite	Biscoito Rosquinha de coco Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1pc)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1pc)	<b>TIRADENTES/ ANIVERSÁRIO DE BRASÍLIA</b>	<b>DIA LETIVO MÓVEL</b>
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Rosquinha de coco	Biscoito Amanteigado	Biscoito Maisena		
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Carne moída refogada (Acém moído) Arroz cozido Purê de Abóbora Repolho verde em tiras	Peito de Frango ao molho (Peito de Frango ½ pc, Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão carioca cozido Inhame dourado ao forno Farofa de Cenoura (Farinha de mandioca)	Galinhada (Arroz, Peito de Frango ½ pc) Feijão carioca cozido Batata doce com casca assada Chuchu refogado Abacaxi em fatias		
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Amanteigado Leite	Biscoito Maisena Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1pc)	Biscoito Rosquinha de coco Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1pc)		
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Peito de Frango ao molho (Peito de Frango ½ pc, Extrato de tomate) Farinha de mandioca torrada Arroz cozido Beterraba cozida	Carne moída cozida com Batata doce Arroz cozido Melão picado	Isca de Peito de Frango acebolada (Peito de Frango ½ pc) Arroz cozido Feijão carioca cozido Pepino em fatias Beterraba crua ralada		

**Observação: Reservar 1pc de Abóbora, 1 pc de Beterraba, 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

4ª Semana	Segunda-feira 25/04	Terça-feira 26/04	Quarta-feira 27/04	Quinta-feira 28/04	Sexta-feira 29/04
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Leite	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)	Pão com Peito de Frango desfiado (½ pc) Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1pc)	Curau de Milho verde <i>in natura</i> (Milho 2pc, Leite) + Melancia em fatias	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1 pc)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Maisena	Abacaxi picado	Maçã	Abacaxi em fatias	Mamão picado
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Carne moída cozida com Abóbora (Acém moído ½ pc) Arroz cozido Beterraba crua ralada	Carne moída ao molho com Batata (Acém moído ½ pc) Macarrão ao alho e óleo Feijão carioca cozido Salada de Cenoura crua com Pepino com casca em fatias e Limão	Bobó de Peito de Frango com Abóbora (Peito de Frango ½ pc) Arroz cozido Feijão carioca cozido Batata doce com casca assada Melão em fatias	Carne moída ao molho (Acém moído, Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão carioca cozido Repolho roxo em tiras com Cenoura crua ralada e Hortelã	Carne em cubos cozida (Acém em peça) Farofa de Biscoito Cream cracker triturado Arroz cozido Feijão carioca cozido Beterraba cozida Chuchu refogado
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Rosquinha de coco Leite	Biscoito Maisena Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1pc)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1 pc)	Pão com Carne moída (Acém moído ½ pc) Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Maisena Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Macarrão ao molho com Peito de Frango (Peito de Frango ½ pc, Extrato de tomate) Cenoura crua ralada	Peito de Frango refogado ( ½ pc) Arroz cozido Farofa de Couve (Farinha de mandioca, Couve) Beterraba cozida	Arroz com Ovos mexidos Cenoura crua ralada Maçã	Ovos mexidos Arroz cozido Feijão carioca cozido Pepino em fatias	Carne moída cozida com Pimentão verde e Limão (Acém moído) Arroz cozido Cenoura cozida Repolho verde em tiras

**Observação:** Reservar ½ pc de Banana nanica congelada, 1 pc de Maracujá polpa congelada, 1pc de Inhame, 1 pc de Beterraba, 1 pc de Abacate, e 1 pc de Batata doce 1 pc de Cebola 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

5ª Semana	Segunda-feira 02/05	Terça-feira 03/05	Quarta-feira 04/05	Quinta-feira 05/05	Sexta-feira 06/05
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Biscoito Maisena Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1pc)	Cuscuz com Ovos mexidos (Farinha de milho flocada) Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Pão com Carne moída refogada (Acém moído ½ pc) Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1pc)	Curau de Milho verde <i>in natura</i> (Milho 2 pc, Leite) + Mamão em fatias	Biscoito Rosquinha de coco Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1pc)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Rosquinha de coco	Abacaxi em fatias	Maçã	Melão picado	Mamão em fatias
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Galinhada cremosa (Arroz, Peito de Frango ½ pc, Leite em pó ½ pc) Inhame corado Beterraba crua ralada	Isca de Peito de Frango acebolada (Peito de Frango ½ pc) Arroz cozido Feijão carioca cozido Batata assada Salada de Repolho roxo em tiras com Pimentão verde	Carne em cubos cozida (Acém em peça) Arroz cozido Feijão carioca cozido Abóbora refogada Inhame dourado ao forno Banana nanica	Farofa de Ovos com Couve (Farinha de mandioca, Couve, Ovos) Arroz cozido Feijão carioca cozido Purê de Abóbora Pepino picado	Macarrão ao molho com Peito de Frango e Manjeriçao (Extrato de tomate) Feijão carioca cozido Abobrinha refogada Beterraba crua ralada
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Amanteigado Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1pc)	Biscoito Maisena Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1pc)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Pão com Peito de Frango desfiado (½ pc) Suco cremoso de Abacaxi (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1pc)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Carne moída cozida (Acém moído) Arroz cozido Farofa de Cebola (Farinha de mandioca) Batata doce cozida	Ovos mexidos Arroz cozido Feijão carioca cozido Purê de Abóbora	Peito de Frango refogado Macarrão ao Sugo (Extrato de tomate) Batata doce corada Cenoura crua ralada	Carne moída cozida com Limão e Cheiro-verde (Acém moído) Arroz cozido Batata doce assada Banana nanica	Galinhada (Arroz, Peito de Frango) Abóbora cozida Pepino com casca em fatias e Limão

**Observação:** Congelar a Couve picada para consumo em 05/05.

**Reservar ½ pc de Banana nanica congelada, 1pc de Maracujá polpa congelada, 1pc de Batata doce, 1 pc de Cenoura 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.**

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

6ª Semana	Segunda-feira 09/05	Terça-feira 10/05	Quarta-feira 11/05	Quinta-feira 12/05	Sexta-feira 13/05
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana nanica (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Maisena Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1pc)	Pão com Peito de Frango desfiado (½ pc) Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1pc)	Curau de Milho verde <i>in natura</i> (Milho 2 pc, Leite) + Maçã	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Maisena	Melancia em fatias	Tangerina	Melão em fatias	Mamão picado
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Isca de Peito de Frango grelhada Arroz cozido Purê de Batata doce Farofa de Biscoito Cream cracker com Cenoura ralada	Carne moída refogada (Acém moído) Macarrão cremoso (Extrato de tomate, Leite ½ pc) Feijão carioca cozido Batata assada Acelga em tiras	Galinhada (Arroz, Peito de Frango) Feijão carioca cozido Salada cozida de Vagem e Cenoura	Carne moída cozida com Batata doce e Hortelã (Acém moído) Arroz cozido com Brócolis Feijão carioca cozido Beterraba crua ralada	Ovos mexidos Arroz cozido Feijão carioca cozido Couve-flor dourada Cenoura cozidos Tangerina
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Rosquinha de coco Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1pc)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Maisena Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1pc)	Pão com Carne moída (Acém moído ½ pc) Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Carne moída ao molho (Acém moído, Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo Beterraba cozida	Galinhada (Arroz, Peito de Frango) Batata doce corada Couve refogada	Ovos mexidos Arroz cozido Feijão cozido Purê de Abóbora	Ovos mexidos com Cenoura ralada Arroz cozido Tangerina	Bobó de Carne moída com Abóbora (Acém moído) Arroz cozido Farinha de mandioca torrada Pepino com casca em fatias e Limão

**Observação:** Reservar ½ de Banana nanica congelada e 1 pc de Abacate refrigerado,  
1pc de Abóbora, 1pc de Repolho verde, 1 pc de Abacate, 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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

05 Refeições - Creche 01 e 02

7ª Semana	Segunda-feira 16/05	Terça-feira 17/05	Quarta-feira 18/05	Quinta-feira 19/05	Sexta-feira 20/05
<b>DESJEJUM</b> Horário: 8h e 8:30.	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1pc)	Cuscuz com Ovos mexidos (Farinha de milho flocada) Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1 pc)	Pão com Peito de Frango desfiado (½ pc) Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1pc)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc) Mamão picado
<b>COLAÇÃO</b> Horário: 9:30 e 9:45.	Biscoito Maisena	Maçã	Melão picado	Mamão em fatias	Tangerina
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:45 e 12:30.	Bobó de Peito de Frango com Abóbora (Peito de Frango ½ pc) Arroz cozido Repolho verde picado	Carne cozida com Cenoura (Acém em peça) Arroz cozido Feijão carioca cozido Farofa de Biscoito Cream cracker com Espinafre	Galinhada Cremosa (Arroz, Peito de Frango ½ pc, Leite em pó ½ pc e Manjerição) Feijão carioca cozido Inhame dourado Salada de Alface com Tomate e Cheiro-verde	Peito de Frango grelhado Macarrão ao Sugo (Extrato de tomate) Feijão carioca cozido Batata doce com casca assada Couve refogada Tangerina	Escondidinho de Carne moída com Batata (Acém moído) Arroz cozido Feijão carioca cozido Abobrinha refogada
<b>LANCHE</b> Horário: 15h e 15:30.	Biscoito Amanteigado Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Maisena Vitamina de Banana prata (Leite, Fruta ½ pc)	Biscoito Amanteigado Vitamina de Maçã (Leite, Fruta 1pc)	Pão com Peito de Frango desfiado (½ pc) Suco cremoso de Maracujá (Leite, Fruta 1 pc)	Biscoito Rosquinha de coco Vitamina de Abacate (Leite, Fruta 1pc)
<b>JANTAR</b> Horário: 17h e 17:30.	Isca de Peito de Frango grelhada Arroz cozido Farofa de Cenoura (Farinha de mandioca)	Carne moída ao molho com Tomate e Salsa (Acém moído) Arroz cozido Brócolis cozido	Carne em cubos ao molho (Acém em peça, Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo Brócolis cozido Tangerina	Ovos mexidos Arroz cozido Feijão carioca cozido Batata doce assada	Galinhada (Arroz, Peito de Frango) Salada de Cenoura ralada com Tomate e Cheiro-verde

**Observação: Reservar os Talos de Espinafre.**

**Reservar 1pc de Chuchu, 1pc de Beterraba 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.**

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 5 REFEIÇÕES													
1ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lípido		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 01	07-11 meses	927,63	141,39	55%	36,99	14%	28,94	28%	363,02	42,61	478,45	3,40
	Creche 02	01-03 anos	927,63	141,39	55%	36,99	14%	28,94	28%	363,02	42,61	478,45	3,40
2ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lípido		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 01	07-11 meses	1035,33	157,78	55%	44,32	15%	34,48	30%	433,72	51,31	555,37	3,88
	Creche 02	01-03 anos	1035,33	157,78	55%	44,32	15%	34,48	30%	433,72	51,31	555,37	3,88
3ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lípido		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 01	07-11 meses	1020,72	148,45	52%	43,09	15%	37,80	33%	398,01	35,73	515,13	3,43
	Creche 02	01-03 anos	1020,72	148,45	52%	43,09	15%	37,80	33%	398,01	35,73	515,13	3,43
4ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lípido		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 01	07-11 meses	1019,33	141,94	50%	47,60	17%	35,28	31%	469,17	51,08	548,12	4,60
	Creche 02	01-03 anos	1019,33	141,94	50%	47,60	17%	35,28	31%	469,17	51,08	548,12	4,60
5ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lípido		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 01	07-11 meses	1063,85	146,53	50%	48,83	17%	36,49	31%	531,21	56,48	579,18	4,94
	Creche 02	01-03 anos	1063,85	146,53	50%	48,83	17%	36,49	31%	531,21	56,48	579,18	4,94



6ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lípido		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 01	07-11 meses	1057,28	144,05	49%	49,17	17%	37,95	32%	595,09	74,03	582,71	4,69
	Creche 02	01-03 anos	1057,28	144,05	49%	49,17	17%	37,95	32%	595,09	74,03	582,71	4,69
7ª Semana Composição nutricional (Média semanal)	Etapa de Ensino	Faixa Etária	Energia (Kcal)	Carboidrato		Proteína		Lípido		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 01	07-11 meses	1106,79	158,94	52%	50,54	16%	35,57	29%	549,00	83,19	580,98	4,67
	Creche 02	01-03 anos	1106,79	158,94	52%	50,54	16%	35,57	29%	549,00	83,19	580,98	4,67

**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 – 2ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 04/04/2022 a 20/05/2022. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 20/06/2022.

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.
- Utilizar ½ pc de sal para fazer o cuscuz. E para cuscuz com ovos, utilizar ½ pc de sal e ½ pc de óleo.
- **Amido de Milho: Não foi disponibilizado per capita de amido de milho nessa Distribuição. Porém, se a escola tiver o gênero remanescente em estoque, deverá utilizar na vigência deste cardápio nas preparações que desejar, podendo se basear nas Receitas sugeridas no Caderno de Receitas.** 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!
- **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 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 Gerência Planejamento, Acompanhamento e Oferta da Alimentação Escolar, 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.**