



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE)

04 Refeições: Creche 2 (> 2 anos)

1ª Semana	Segunda-feira 07/11	Terça-feira 08/11	Quarta-feira 09/11	Quinta-feira 10/11	Sexta-feira 11/11
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Batata doce cozida + Banana nanica	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Suco de Melão (Fruta 1 pc)	Batata doce corada + Mamão picado	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Suco de Melancia (Fruta 1 pc)	Inhame cozido + Mamão em fatias
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Bobó de Peito de Frango desfiado com Abóbora Arroz cozido Inhame cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Pimentão Arroz cozido Tutu de Feijão (Farinha de mandioca) Abóbora refogada Chuchu cozido com Cheiro- verde	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Feijão cozido Purê de Inhame Couve refogada	Isclas de Peito de Frango refogadas com Ervas (Cebolinha, Hortelã, Manjericão e Salsa) Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Abóbora cozida Repolho verde em tiras	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Batatas Arroz cozido Feijão cozido Pepino picado Beterraba cozida com Cheiro-verde
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Mamão picado	Banana nanica	Melancia picada	Mamão picado	Abacaxi em fatias
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Peito de Frango em cubos cozido com Cenoura Arroz cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Arroz cozido Beterraba cozida Couve refogada	Peito de Frango em cubos ao molho (Extrato de tomate) Arroz cozido Feijão cozido Batata doce assada	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango) Pepino em fatias Maçã	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura e Pimentão (Acém em peça) Macarrão ao alho e óleo Repolho verde ralado

Observação:

Reservar 1pc de Maçã, 1pc de Cenoura, 1pc de Batata doce, 1 pc de Banana nanica congelada e 1pc de Abóbora para a próxima quarta-feira.

Reservar parte do quantitativo de temperos e congelar picados para a próxima semana: Alho, Cebola, Cebolinha, Coentro, Salsa e Pimentão.

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

Cardápio sujeito a alterações.

Responsável Técnico

Juliene J. M. Santos CRN1: 3913



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE)

04 Refeições: Creche 2 (> 2 anos)

2ª Semana	Segunda-feira 14/11	Terça-feira 15/11	Quarta-feira 16/11	Quinta-feira 17/11	Sexta-feira 18/11
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	DIA LETIVO MÓVEL	FERIADO NACIONAL (Proclamação da República)	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Maçã	Batata doce cozida + Banana nanica	Inhame corado + Suco de Abacaxi (Fruta 1 pc)
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.			Peito de Frango cozido com Batata doce e Cenoura Arroz cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Feijão cozido Purê de Abóbora Beterraba cozida	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cebola e Pimentão (Acém em peça) Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Batata doce corada Chuchu refogado
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.			Sorbet de Banana nanica (1 pc)	Maçã	Banana nanica
JANTAR Horário: 16h e 17h.			Bobó de Peito de Frango desfiado com Abóbora Arroz cozido	Coxa e sobrecoxa de Frango ao molho (Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo Salada de Cenoura ralada e Pepino com casca picado Melão em pedaços	Galinhada (Arroz, Coxa e sobrecoxa de Frango) Feijão cozido Abóbora cozida Beterraba cozida

Observação:

Reservar 1pc de Inhame, 1 pc de Cenoura, 1 pc de Maçã refrigerada, 1 pc de Melão e 2 pc de Batata doce 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



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE)

04 Refeições: Creche 2 (> 2 anos)

3ª Semana	Segunda-feira 21/11	Terça-feira 22/11	Quarta-feira 23/11	Quinta-feira 24/11	Sexta-feira 25/11
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Batata doce cozida + Maçã	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Suco de Goiaba (Fruta 2pc)	Batata doce corada + Maçã	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Suco de Melancia (Fruta 2 pc)	Inhame corado + Goiaba (2 pc)
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Peito de Frango cozido com Cenoura Arroz cozido Purê de Inhame	Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) Feijão cozido Salada cozida de Cenoura, Chuchu e Cheiro-verde	Coxa e sobrecoxas de Frango cozidas com Pimentão (Acém em peça) Arroz cozido Feijão cozido Inhame cozido Couve refogada	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas com Batata doce Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Cenoura cozida com Salsa	Peito de Frango em cubos refogado com Hortelã Arroz cozido Feijão cozido Purê de Batatas Beterraba cozida com Cheiro- verde Repolho verde em tiras
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Melão picado	Banana nanica	Goiaba (2pc)	Banana nanica	Mamão em fatias
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Peito de Frango em cubos ao molho (Extrato de tomate) Macarrão ao alho e óleo Batata doce corada	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Purê de Batata doce Couve refogada	Peito de Frango em cubos cozido com Abóbora Arroz cozido Feijão cozido	Iscas de Peito de Frango aceboladas Arroz cozido Feijão cozido Repolho verde ralado com Salsa Mamão picado	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura e Pimentão Arroz cozido Pepino em fatias

Observação:

Reservar 1 pc de Maçã refrigerada, 1 pc de Melancia, 1 pc de Abóbora, 1pc de Pepino, 1 pc de Beterraba e 1pc 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.

Responsável Técnico

Juliane J. M. Santos CRN1: 3913



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE)

04 Refeições: Creche 2 (> 2 anos)

4ª Semana	Segunda-feira 28/11	Terça-feira 29/11	Quarta-feira 30/11	Quinta-feira 01/12	Sexta-feira 02/12
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Suco de Melancia (Fruta 1 pc)	Batata doce corada + Banana nanica	FERIADO LOCAL (Dia do Evangélico)	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Suco de Melão (Fruta 1 pc)	Inhame cozido + Maçã
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Bobó de Peito de Frango Pouch com Abóbora Arroz cozido Pepino em tiras	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Feijão cozido Batata doce cozida Pepino em fatias		Macarrão ao molho com Peito de Frango e Manjerição (Extrato de tomate) Inhame corado Couve refogada	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas com Cenoura, Pimentão e Salsa Arroz cozido Feijão cozido Repolho verde ralado com Cheiro-verde Mamão picado
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Maçã	Melão picado		Maçã	Banana nanica
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Peito de Frango acebolado Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Beterraba cozida	Peito de Frango em Pouch cozido com Abóbora e Pimentão refogado com Arroz cozido Couve refogada		Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) Cenoura cozida com Cheiro- verde Melancia picada	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Feijão cozido Pepino com casca em fatias

Observação: Higienizar, picar e congelar a Couve recebida em 28/11 para oferta em 01/12.

Reservar 1 pc de Maçã refrigerada, 1 pc de Mamão, 1 pc de Batata doce, 1pc de Beterraba, 1 pc de Abóbora e 1 pc de Repolho verde 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



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

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

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

04 Refeições: Creche 2 (> 2 anos)

5ª Semana	Segunda-feira 05/12	Terça-feira 06/12	Quarta-feira 07/12	Quinta-feira 08/12	Sexta-feira 09/12
DESJEJUM Horário: 8h e 8:30h.	Batata doce cozida + Mamão picado	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Suco de Goiaba (Fruta 2pc)	Batata doce corada + Maçã	Cuscuz (Farinha de milho flocada) + Suco de Melão (Fruta 1 pc)	Inhame cozido + Goiaba inteira (2pc)
ALMOÇO Horário: 11h e 11:30.	Isca de Peito de Frango refogada Arroz cozido Purê de Abóbora Beterraba cozida	Coxa e sobrecoxa de Frango assadas Arroz cozido Feijão cozido Purê de Inhame Cenoura cozida com Salsa e Pimentão	Isclas de Peito de Frango refogadas com Ervas (Hortelã, Cebolinha, Salsa, Coentro e Cebola) Arroz cozido Feijão cozido Abóbora cozida Pepino com casca picado	Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) com Cheiro verde Feijão cozido Beterraba cozida Repolho verde picado Abacaxi picado	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Macarrão ao molho (Extrato de tomate) Feijão cozido Batata doce assada Chuchu refogado com Cebolinha
LANCHE 1 Horário: 14h e 14:30.	Maçã	Banana nanica	Mamão em fatias	Goiaba inteira (2pc)	Mamão picado
JANTAR Horário: 16h e 17h.	Macarrão ao molho com Peito de Frango (Extrato de tomate) Repolho verde picado	Coxa e sobrecoxa de Frango cozidas Arroz cozido Feijão cozido Couve refogada	Peito de Frango acebolado Arroz cozido Beterraba cozida Repolho verde em tiras	Peito de Frango refogado Arroz cozido Batata doce assada Maçã	Galinhada (Coxa e sobrecoxa de Frango, Arroz) Salada de Cenoura crua ralada e Pepino com casca em tiras

Observação:

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 – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE)

04 Refeições: Creche 2 (> 2 anos)

Período de 12/12 a 22/12/2022

6ª e 7ª Semanas

DESJEJUM

Horário: 8h e 8:30h.

Com o intuito de adequar os estoques das Unidades Escolares, a fim de evitar o acúmulo de gêneros alimentícios, assim como possíveis perdas em virtude do término do ano letivo, como a ocorrência das provas de final de ano, a diminuição significativa da frequência dos estudantes, bem como o início do recesso escolar, solicitamos às Unidades Escolares, junto ao Quadro Técnico de Nutricionistas lotado nas Regionais de Ensino, que adaptem os cardápios nesse período conforme disponibilidade de gêneros em estoque.

ALMOÇO

Horário: 11h e 11:30.

Importante salientar que, caso a Unidade Escolar identifique a necessidade de complementação da alimentação escolar nesse período, deverá entrar em contato com os Nutricionistas da UNIAE para a solicitação de **pedido extra de gêneros alimentícios perecíveis, de acordo com a Nota Técnica nº 01/2021 – SEE/SUAG/DIAE/GPEA (066695935)**.

Importante!

Alguns gêneros alimentícios, como por exemplo: **amido de milho, farinha de mandioca, arroz parboilizado, leite sem lactose dentre outros**, para algumas modalidades de ensino, não estarão presentes nos cardápios propostos, no entanto, caso ainda estejam presentes nos depósitos das escolas, é importante que haja comunicação com os nutricionistas da Regional de Ensino, a fim de realizarem as devidas adaptações nos cardápios para o consumo imediato e evitar que esses produtos permaneçam armazenados nos depósitos durante o recesso escolar.

LANCHE 1

Horário: 14h e 14:30.

JANTAR

Horário: 16h e 17h.

Observação:

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



GOVERNO DO DISTRITO FEDERAL
SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
SUBSECRETARIA DE APOIO ÀS POLÍTICAS EDUCACIONAIS
DIRETORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
GERÊNCIA DE PLANEJAMENTO, ACOMPANHAMENTO E OFERTA DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIOS ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 4 REFEIÇÕES - Creche > 2 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	02-03 anos		552,68	89,58	58,3%	23,69	15,4%	11,11	18,1%	265,87	72,85	80,64	3,13
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	02-03 anos		578,78	95,96	59,7%	23,29	14,5%	11,37	17,7%	333,97	24,84	55,66	2,68
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	02-03 anos		588,24	98,03	60,0%	24,77	15,2%	10,94	16,7%	361,31	108,64	73,92	3,22
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	02-03 anos		561,27	94,96	60,9%	21,56	13,8%	10,84	17,4%	238,36	39,70	62,04	2,81
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	02-03 anos		582,19	97,95	60,6%	23,33	14,4%	10,97	17,0%	288,48	108,77	72,51	3,13

VET: Valor Energético Total. Valores semanais de referência com base na Resolução nº 06, de 08 de maio de 2020/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 – 6ª DISTRIBUIÇÃO DE 2022

CARDÁPIO ESPECIAL – INTOLERÂNCIA À LACTOSE

PERÍODO DE ATENDIMENTO DO CARDÁPIO: 07/11/2022 a 22/12/2022. PRAZO DE CONSUMO DOS GÊNEROS ALIMENTÍCIOS: até 22/12/2022.

04 Refeições: Creche 2 (> 2 anos)

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 sal para fazer o cuscuz. E para cuscuz com ovos, utilizar ½ pc de sal e **1 pc de óleo**.
- **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, a depender do tipo de fruta, será necessário 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, a fim de avaliação e inclusão nos próximos cardápios.

As sugestões de receitas comporão arquivo em separado atualizado e encaminhado a cada Distribuição.

Responsável Técnico

Juliene J. M. Santos CRN1: 3913