



## ANEXO VI - VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

### CRECHE

30% das Necessidades diárias									
Categoria	Idade	Energia (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	A (mcg)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Creche	7-11 meses	204	28 a 33	5 a 8	6 a 8	150	15	78	2
	1 - 3 anos	304	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4	150	1

Fonte: Energia - Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação - FAO, 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio - Organização Mundial de Saúde - OMS, 2004 e 2007. Dietary Reference Intakes para Vitamina C (2000); Dietary Reference Intakes para Vitamin A e ferro (2001); e Dietary Reference Intakes para Calcio (2011).

\*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta - VET.

70% das Necessidades diárias									
Categoria	Idade	Energia (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	VITAMINAS		MINERAIS	
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	A (mcg)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Creche	7-11 meses	204	65 a 77	12 a 18	13 a 18	350	35	182	5
	1 - 3 anos	304	97 a 115	18 a 27	20 a 28	147	9	350	2

Fonte: Energia - Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação - FAO, 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio - Organização Mundial de Saúde - OMS, 2004 e 2007. Dietary Reference Intakes para Vitamina C (2000); Dietary Reference Intakes para Vitamin A e ferro (2001); Dietary Reference Intakes para Calcio (2011).

\*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta - VET.

#### Observações:

As faixas de referência para micronutrientes são destacadas especialmente para crianças em creche (0 a 3 anos) devido à maior vulnerabilidade dessa faixa etária. Nessa fase, o

crescimento e desenvolvimento são intensos, e a oferta adequada de vitaminas e minerais essenciais, como ferro, vitamina A e cálcio, é fundamental para prevenir deficiências nutricionais e garantir a saúde e o desenvolvimento adequado das crianças. Dados do Estudo Nacional de Alimentação e Nutrição Infantil, realizado entre 2019 e 2020 com crianças de 6 a 59 meses, mostram que a prevalência de anemia no Brasil afeta cerca de 10% (dez por cento) das crianças, sendo mais comum na região Norte. A deficiência de vitamina A atinge aproximadamente 6,5% (seis vírgula cinco por cento) das crianças, com maior incidência nos primeiros 36 meses de vida. Para os públicos escolares de faixas etárias maiores, as necessidades nutricionais são diferentes e as orientações são mais gerais, considerando também a maior autonomia alimentar dessas crianças.

Fonte: Organização Mundial da Saúde - OMS. Recomendação de nutrientes para crianças pequenas. In: WHO Child Growth Standards. Genebra: OMS; 2006-2007. Dietary Reference Intakes for Vitamin A, Cálcio e Ferro. Institute of Medicine, National Academies Press, 2001-2011.

### **PRÉ-ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL, ENSINO MÉDIO E EJA**

20% das Necessidades diárias					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)
			55% a 65% do VET	10 a 15% do VET	15% a 30% do VET
Pré-escola	4 - 5 anos	270	37 a 44	7 a 10	8 a 11
Ensino fundamental	6 - 10 anos	329	45 a 53	8 a 12	9 a 13
	11 - 15 anos	473	65 a 77	12 a 18	13 a 18
Ensino médio	16 - 18 anos	543	75 a 88	14 a 20	15 a 21
EJA	19 - 30 anos	477	66 - 77	12 a 18	8 a 16
	31 - 60 anos	459	63 - 75	11 a 17	8 a 15

Fonte: Energia - Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação - FAO, 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio - Organização Mundial de Saúde - OMS, 2004 e 2007.

\*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta - VET.

30% das Necessidades diárias					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)
			55% a 65% do VET	10 a 15% do VET	15% a 30% do VET
Pré-escola	4 - 5 anos	405	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Ensino fundamental	6 - 10 anos	493	68 a 80	12 a 18	14 a 19
	11 - 15 anos	710	98 a 115	18 a 27	20 a 28
Ensino médio	16 - 18 anos	815	112 a 132	20 a 31	23 a 32

EJA	19 - 30 Anos	715	98 a 116	18 a 27	12 a 24
	31 - 60 Anos	689	95 a 112	17 a 26	11 a 23

Fonte: Energia - Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação - FAO, 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio - Organização Mundial de Saúde - OMS, 2004 e 2007.

\*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta - VET.

70% das Necessidades diárias					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)
			55% a 65 % do VET	10 a 15% do VET	15% a 30% do VET
Pré-escola	4 - 5 anos	945	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Ensino fundamental	6 - 10anos	1150	158 a 187	29 a 43	32 a 45
	11 - 15 anos	1656	228 a 269	41 a 62	46 a 64
Ensino médio	16 - 18 anos	1902	262 a 309	48 a 71	53 a 74
EJA	19 - 30 anos	1668	229 a 271	42 a 63	28 a 56
	31 - 60 anos	1607	221 a 261	40 a 60	27 a 54

Fonte: Energia - Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação - FAO, 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio - Organização Mundial de Saúde - OMS, 2004 e 2007.

\*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta - VET.



Documento assinado eletronicamente por **Levi Santos Duarte**, **Coordenador(a)-Geral**, em 04/05/2026, às 12:12, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Patrícia Tatiana Ferreira Ramos**, **Administrador(a)**, em 04/05/2026, às 13:18, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Rute Cléa Pereira de Noronha**, **Coordenador(a)**, em 04/05/2026, às 14:00, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Vinicius Saldanha Geronasso**, **Assistente em Administração**, em 04/05/2026, às 14:27, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Daniel Nazareno Souza de Oliveira, Administrador(a)**, em 04/05/2026, às 14:46, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site [https://colaboragov.sei.gov.br/sei/controlador\\_externo.php?acao=documento\\_conferir&id\\_orgao\\_acesso\\_externo=0](https://colaboragov.sei.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0), informando o código verificador **59600564** e o código CRC **16ABF91F**.

---

**Referência:** Processo nº 19973.018355/2025-42.

SEI nº 59600564