

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE: Cardápios na Alimentação Escolar

Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação – FNDE
Coordenação-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar – CGPAE
Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional – COSAN

**26 E 27 DE MARÇO DE 2014
ARACAJU/SE**

PNAE

**OFERTA DE
REFEIÇÕES
SAUDÁVEIS**



**EDUCAÇÃO
ALIMENTAR E
NUTRICIONAL**

OBJETIVO

- Crescimento;
- Aprendizagem;
- Desenvolvimento biopsicossocial;
- Rendimento escolar;
- Formação de práticas alimentares saudáveis.

Lei nº 11.947/2009.

O PLANEJAMENTO DE CARDÁPIOS
inicia todo o processo produtivo para
a oferta de refeições saudáveis.

O QUE É UM CARDÁPIO?

Relação das preparações que compõe uma refeição ou todas as refeições de um dia ou de um período determinado.

O QUE É UM CARDÁPIO?

SECRETARIA (MUNICIPAL/ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DE (MUNICÍPIO/ESTADO)
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO ETAPA/MODALIDADE DE ENSINO (FAIXA ETÁRIA)

Mês/Ano

	2ª FEIRA dia/mês	3ª FEIRA dia/mês			4ª FEIRA dia/mês		5ª FEIRA dia/mês			6ª FEIRA dia/mês		
Refeição												
Horário												
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

**SECRETARIA (MUNICIPAL/ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DE (MUNICÍPIO/ESTADO)
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA (4-5 ANOS)

Março/2014

	2ª FEIRA 24/3	3ª FEIRA 25/3	4ª FEIRA 26/3	5ª FEIRA 27/3	6ª FEIRA 28/3							
Lanche Manhã 8h	Mingau de milho											
Almoço 11h	Arroz branco Carne seca com jerimum Quiabo Sobremesa: Laranja											
Composição nutricional	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)

EXEMPLO

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

PLANEJAMENTO DE CARDÁPIOS

ASPECTOS A SEREM CONSIDERADOS



Clientela atendida

Faixa etária/etapa de ensino;
Estado nutricional;
Necessidades nutricionais específicas;
Cultura alimentar; ...



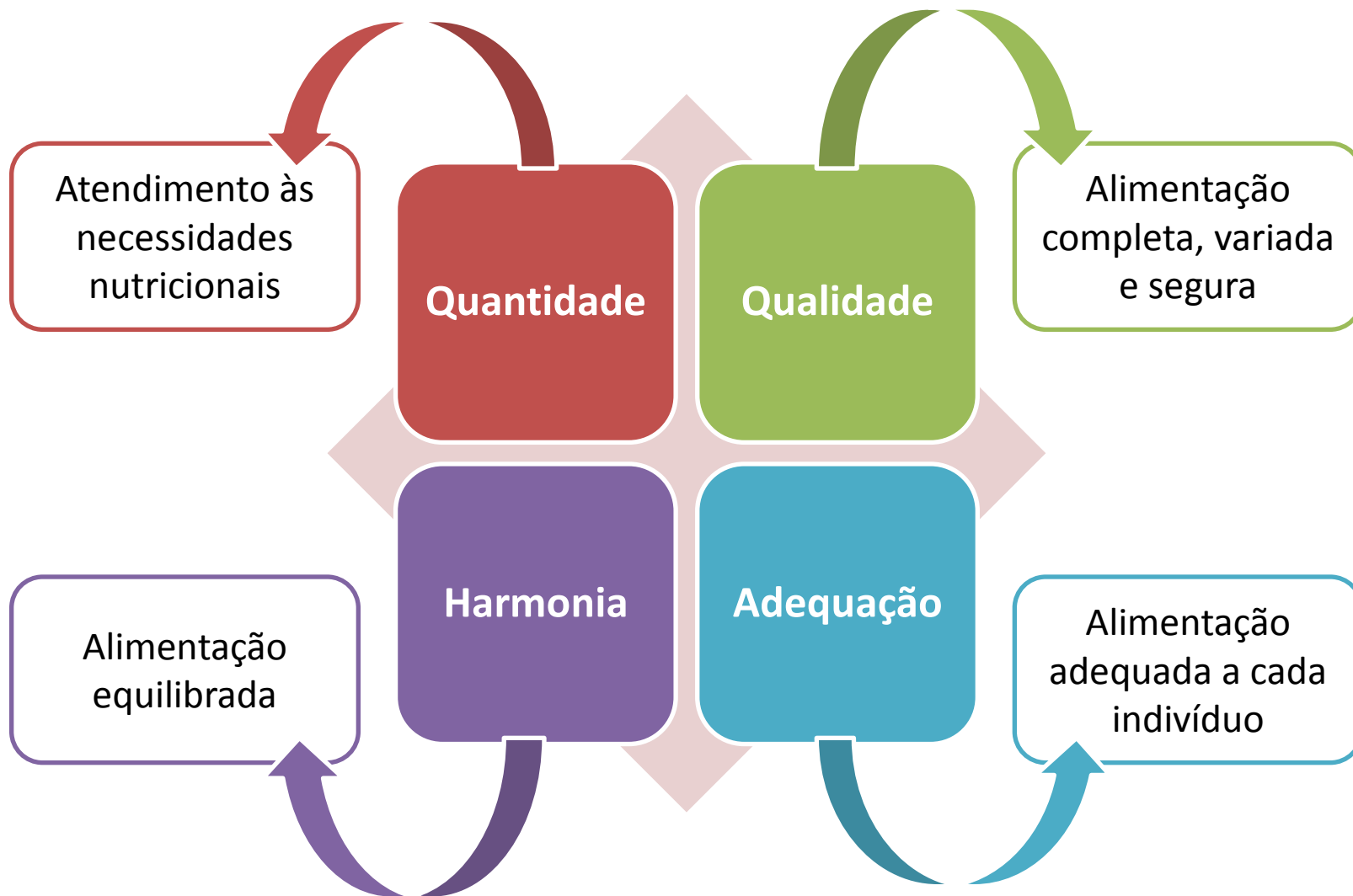
Infraestrutura cozinha/estoque

Espaço físico;
Equipamentos/utensílios;
Mão de obra;
Nº de refeições;
Horário de distribuição; ...



Seleção e aquisição de alimentos

Valor nutritivo;
Safrá dos alimentos;
Mercado fornecedor;
Características da refeição -
textura, cor, sabor;
Aceitação;
Preço dos produtos;
Orçamento disponível; ...



“Art. 12 §1º COMPETE AO NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICO PELO PNAE:

II – **planejar, elaborar, acompanhar e avaliar o cardápio da alimentação escolar** de acordo com a cultura alimentar, o perfil epidemiológico da população atendida e a vocação agrícola da região, acompanhando desde a aquisição dos gêneros alimentícios, o preparo, a distribuição até o consumo das refeições pelos escolares.”

Resolução CD/FNDE nº 26/2013.



PROMOÇÃO DA ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NO PNAE

**Oferta de
frutas e
hortaliças**

**Restrição da
oferta de sódio**

**Restrição da
oferta de doces**

**Restrição da
oferta de
alimentos
industrializados**

**Proibição da
oferta de
bebidas de
baixo valor
nutricional**

Resolução CD/FNDE nº 26/2013.

Como estão sendo planejados os cardápios da Alimentação Escolar?

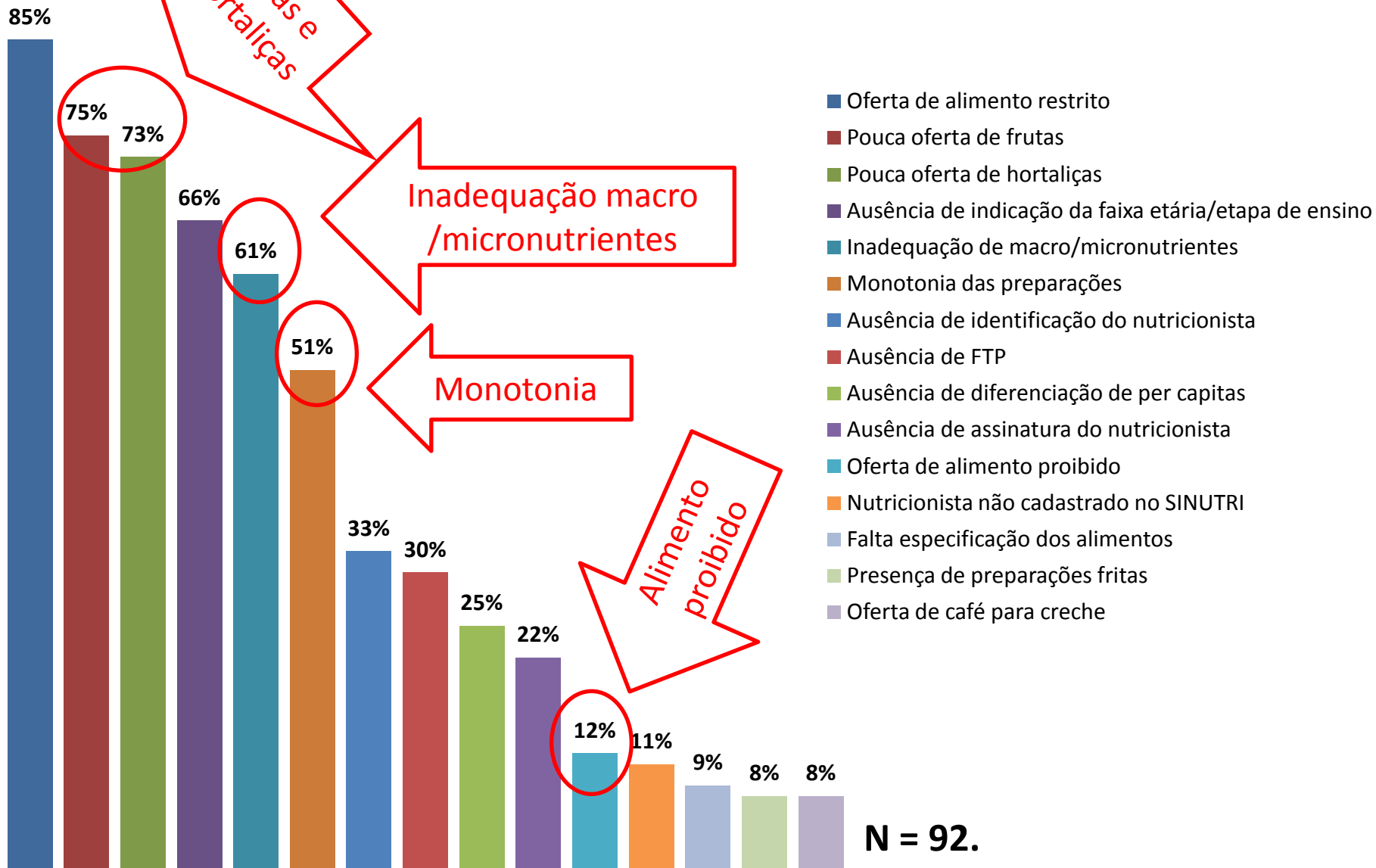
-Atendem à legislação vigente (Lei 11.947/2009 e Resolução 26/2013)?

CARDÁPIO AGOSTO - 2013
RURAIS E INFANTIS

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SEMANA 1	Leite com Achocolatado Biscoito Salgado	Arroz Doce com Canela	Massa com Sardinha e Molho de Tomate	Mingau de Chocolate	Leite Caramelado ou com Canela e Cravo** Biscoito Salgado
SEMANA 2	Leite com Flocos de Milho <small>(acrescentar fruta cfe disponibilidade)</small>	Arroz - Feijão Salsicha com Molho	Leite com Achocolatado Biscoito Salgado	Leite com Flocos de Milho <small>(acrescentar fruta cfe disponibilidade)</small>	Arroz Doce com Canela
SEMANA 3	Polenta com Guisado e Molho	Leite com Flocos de Milho <small>(acrescentar fruta cfe disponibilidade)</small>	Leite Caramelado ou com Canela e Cravo** Biscoito Salgado	Leite com Achocolatado Biscoito Doce	Leite com Flocos de Milho <small>(acrescentar fruta cfe disponibilidade)</small>
SEMANA 4	Leite Caramelado ou com Canela e Cravo** Biscoito Salgado	Arroz Guisado com Molho de Tomate	Leite com Flocos de Milho <small>(acrescentar fruta cfe disponibilidade)</small>	Leite com Achocolatado Pão Com Doce de Frutas ou Margarina	Arroz Doce com Canela

A Escola poderá complementar este cardápio referência com itens já estocados (de remessas anteriores) em sua despensa. Sempre deverão ser priorizados os gêneros alimentícios com menor prazo de validade.

Pareceres Técnicos COSAN/CGPAE/DIRAE/FNDE Nordeste 2009-2013



N = 92.

Cardápios da Alimentação Escolar

– o que considerar durante o planejamento?

1

Identificação (nome e nº CRN) e assinatura do nutricionista responsável por sua elaboração → cadastro no SINUTRI.

2

Indicação da faixa etária e etapa/modalidade de ensino, bem como do **horário** em que é servida a alimentação escolar.

3

Atenção para a oferta de refeições para a **creche** e o **Programa Mais Educação**.

4

Presença de **ficha técnica de preparação** (descrição dos ingredientes, *per capita*s e valores de energia, macro e micronutrientes).

FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

SECRETARIA (MUNICIPAL/ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DE (MUNICÍPIO/ESTADO)
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

FICHA TÉCNICA DE PREPARO - CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA (4-5 ANOS)

NOME DA PREPARAÇÃO: Arroz branco

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL

INGREDIENTES	PB (g)	PL (g)	FC	CUSTO UNITÁRIO R\$	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)	
Arroz branco	25	25	1	0,06													
Óleo de soja	1	1	1	0,003													
Alho	1,08	1	1,08	0,01													
Sal	1	1	1	0,002													
TOTAL				0,075													

MODO DE PREPARO: Lave o arroz, escorra e deixe secar. Aqueça o óleo e refogue o alho. Acrescente o arroz e deixe refogar por alguns minutos mexendo bem. Adicione a água fervente e o sal. Deixe cozinhando, em fogo médio, por aproximadamente 20 minutos, ou até o arroz ficar seco e soltinho. Sirva a seguir.

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

TÉCNICA DIETÉTICA

- *Per capita* (= por pessoa) de um alimento é a **quantidade**, em gramas ou mililitros, **necessária para a preparação da refeição para uma pessoa**.
 - O *per capita bruto* corresponde ao **alimento cru**, ainda com as aparas, cascas, caroços, etc.
 - O *per capita líquido* corresponde ao **alimento já limpo**.
 - Fator de Correção (FC) e Índice de Cocção (IC).

5

Diferenciação de *per capita* de alimentos para as diferentes faixas etárias.

6

Cardápios diferenciados para alunos com **necessidades nutricionais específicas**.

7

Presença de **alimentos regionais** que respeitam a cultura e tradição local (inclusive indígenas e quilombolas).

8

Cardápio **variado**.

9

Oferta de **frutas e hortaliças** (mínimo 3 porções/semana).

10

Atenção para a oferta de **doces** (máximo 2 porções/semana).

11

Atenção para a oferta de **alimentos restritos**.

12

Atenção para a oferta de **alimentos proibidos**
(bebidas baixo valor nutricional).

13

Atenção para a oferta frequente de **bebida láctea**.

14

Atenção para a oferta de **café para a educação infantil**.

15

Atenção para a oferta de **preparações fritas**.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

- O nutricionista tem **papel fundamental** na gestão do PNAE;
- O planejamento do cardápio é **atividade estratégica** para alcançar o objetivo do Programa;
- Consiste no **processo de programar tecnicamente refeições** que visem assegurar a oferta de uma **alimentação de qualidade e em quantidade suficiente**;
- Valorização do **trabalho em equipe** (gestor, nutricionista, merendeira, CAE, professor/diretor, outros...).

Stella Lemke

Agente PNAE – CECANE UFOP
COSAN/CGPAE

cotan@fnde.gov.br

(61) 2022-5663 / 5649