

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

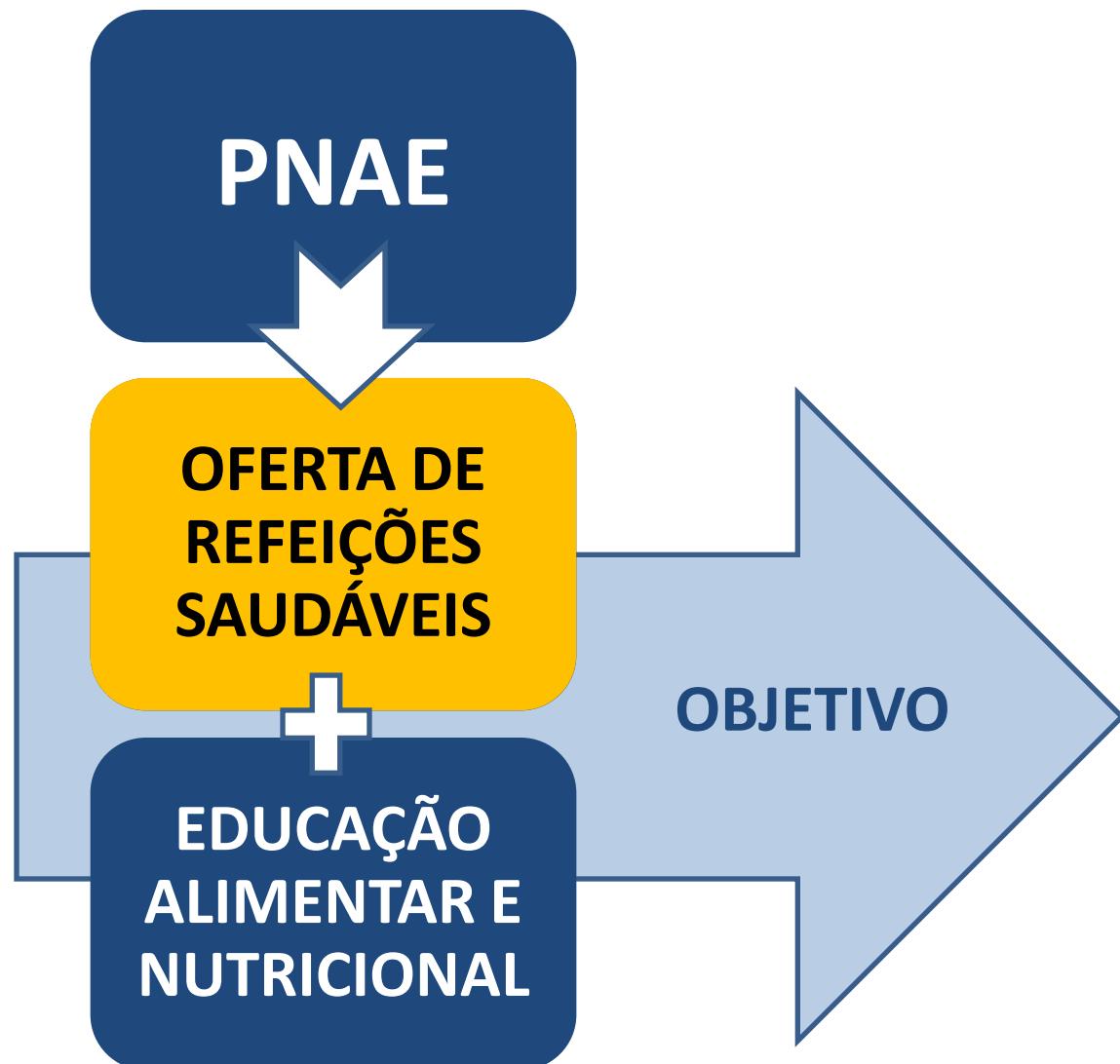
Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação – FNDE
Coordenação-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar – CGPAE
Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional – COSAN

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



Ministério da
Educação





- 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.

EXEMPLO

EXEMPLO

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 Quiabão 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)

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; ...



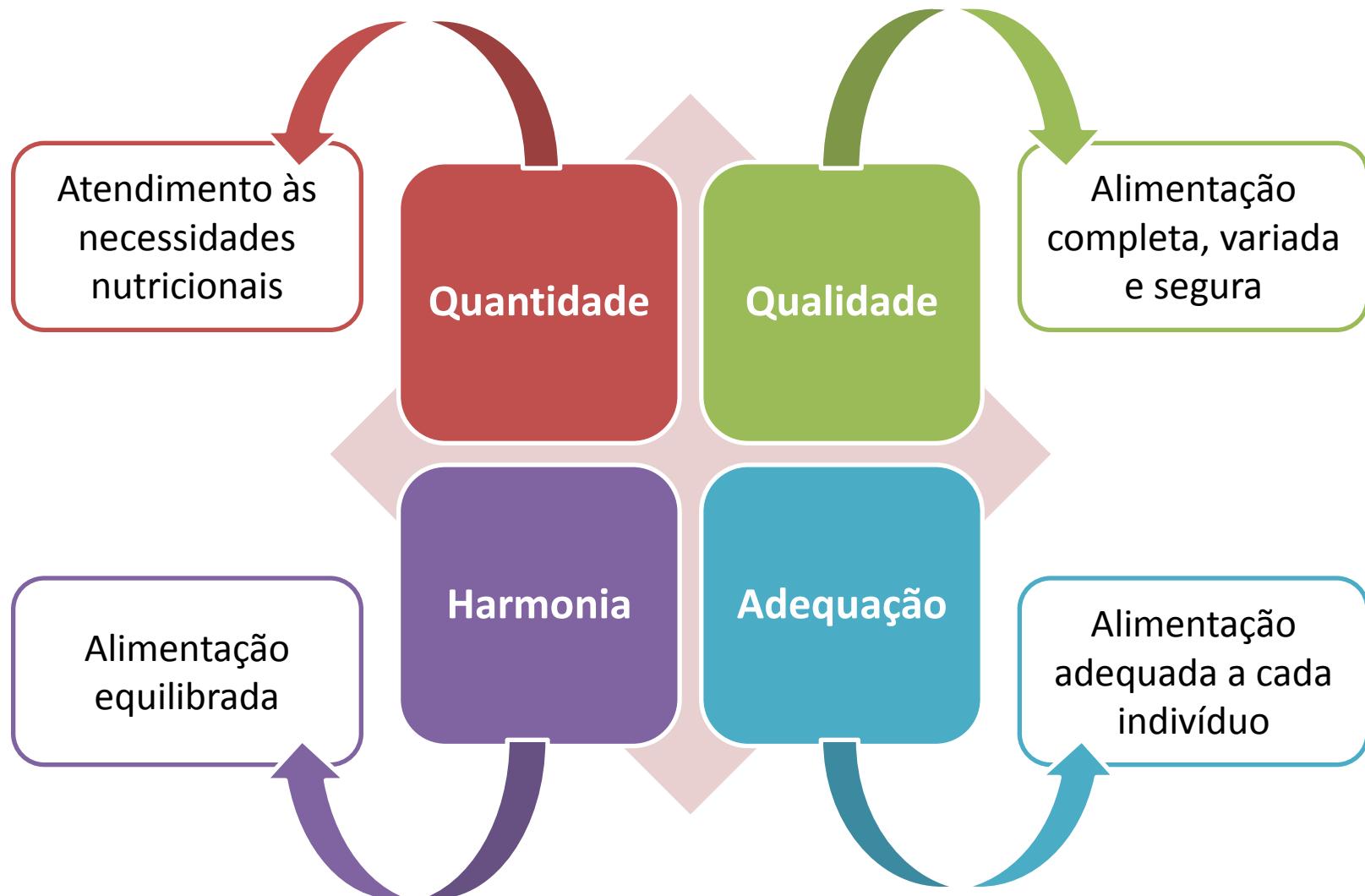
Infraestrutura cozinha/estoque

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



Seleção e aquisição de alimentos

Valor nutritivo;
Safra 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)?



Ministério da
Educação



EXEMPLO

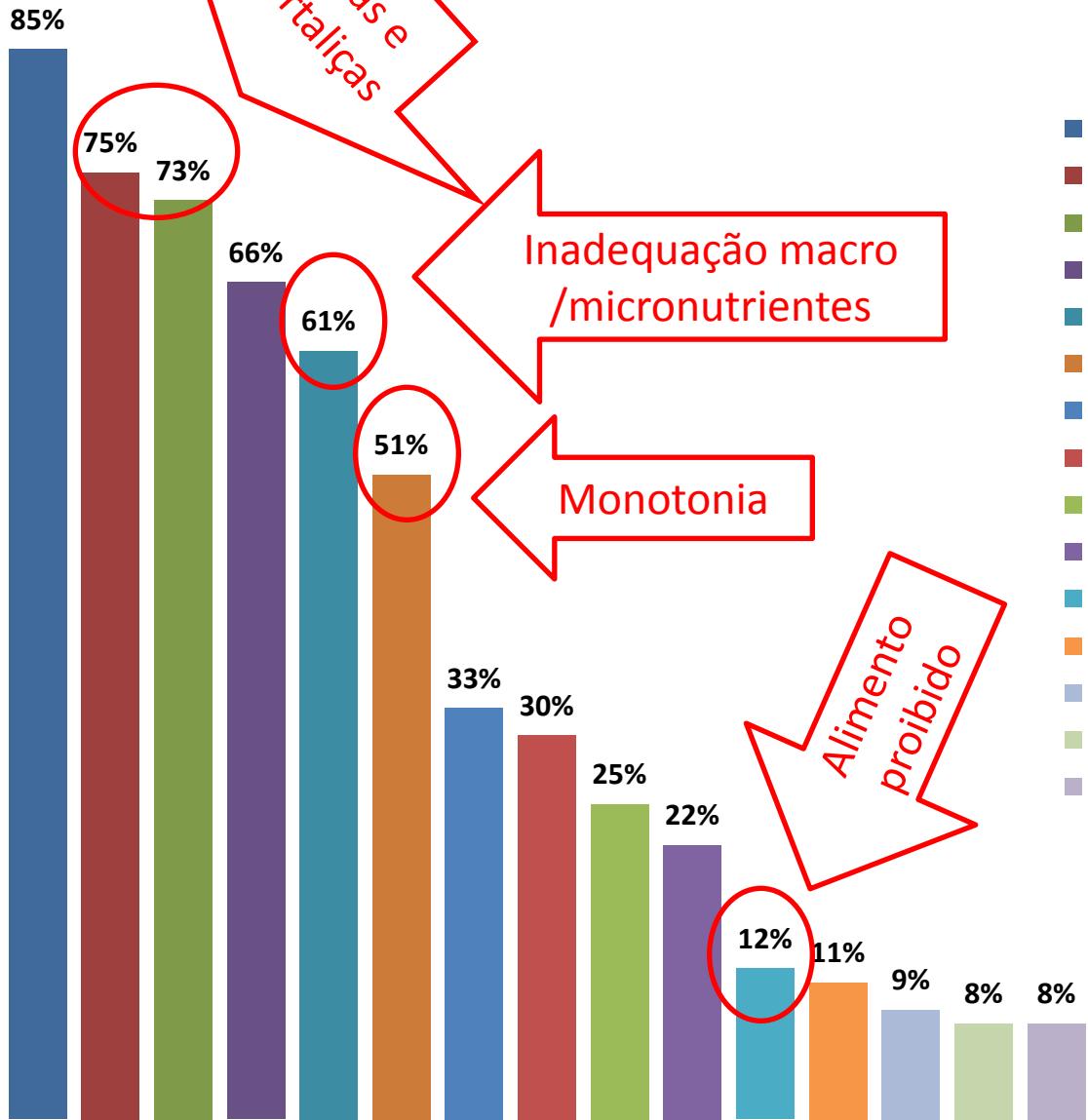
CARDÁPIO AGOSTO - 2013 RURAIS E INFANTIS

	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 (aumentar fruta conforme disponibilidade)	Arroz - Feijão Salsicha com Molho	Leite com Achocolatado Biscoito Salgado	Leite com Flocos de Milho (aumentar fruta conforme disponibilidade)	Arroz Doce com Canela
SEMANA 3	Polenta com Guisado e Molho	Leite com Flocos de Milho (aumentar fruta conforme disponibilidade)	Leite Caramelado ou com Canela e Cravo** Biscoito Salgado	Leite com Achocolatado Biscoito Doce	Leite com Flocos de Milho (aumentar fruta conforme disponibilidade)
SEMANA 4	Leite Caramelado ou com Canela e Cravo** Biscoito Salgado	Arroz Guisado com Molho de Tomate	Leite com Flocos de Milho (aumentar fruta conforme disponibilidade)	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



- Oferta de alimento restrito
- Pouca oferta de frutas
- Pouca oferta de hortaliças
- Ausência de indicação da faixa etária/etapa de ensino
- Inadequação de macro/micronutrientes
- Monotonia das preparações
- Ausência de identificação do nutricionista
- Ausência de FTP
- Ausência de diferenciação de per capitais
- Ausência de assinatura do nutricionista
- Oferta de alimento proibido
- Nutricionista não cadastrado no SINUTRI
- Falta especificação dos alimentos
- Presença de preparações fritas
- Oferta de café para creche

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 capitais* 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