

Comitê Gestor Institucional de Formação Inicial e Continuada de
Profissionais da Educação Básica

ESPECIALIZAÇÃO EM “ALIMENTOS, NUTRIÇÃO E SAÚDE NO ESPAÇO ESCOLAR”

**ANÁLISE COMPARATIVA DA QUALIDADE NUTRICIONAL DAS
PREPARAÇÕES DOS CARDÁPIOS DOS CENTROS DE EDUCAÇÃO
INFANTIL DE DOIS MUNICÍPIOS DO ESTADO DO PARANÁ**

DARYANE DE SOUZA CANO

Trabalho de Conclusão de Curso a ser apresentado ao curso de especialização “Alimentos, nutrição e saúde no espaço escolar”/COMFOR, da Universidade Federal da Integração Latino-Americana (UNILA), como requisito parcial para obtenção do título de Especialista em Alimentos, nutrição e saúde no espaço escolar.
Orientador(a): Prof^a Dr^a Rozane Toso Bleil

Foz do Iguaçu
2016

RESUMO

Uma alimentação adequada e variada na fase pré-escolar é essencial para o bom desenvolvimento da criança e, por conseguinte, a formação de hábitos alimentares saudáveis. Neste trabalho foi realizada uma Avaliação Qualitativa das Preparações dos Cardápios (AQPC) oferecidos em dois centros de educação infantil (CMEI), em dois municípios do Oeste do Paraná. Analisou-se o número de porções de alimentos oferecidos nas escolas comparando-os com a pirâmide alimentar infantil. Na AQPC notou-se a baixa oferta semanal de frutas e ausência de alimentos integrais no CMEI I, alta prevalência de preparações e produtos com açúcar em ambos os centros e um alto consumo de bolos e biscoitos e alimentos flatulentos e de difícil digestão no CMEI II. Por outro lado, este apresentou uma maior variedade de alimentos como: peixe, cereais integrais, açúcar mascavo e lentilha. Em comparação a pirâmide alimentar, o CMEI I apresenta uma menor oferta de pães e cereais e de verduras e legumes, já no CMEI II a oferta desses dois grupos de alimentos ultrapassam o número de porções recomendado pelo guia alimentar. O grupo das frutas e do leite e derivados são ofertados inadequadamente em ambas as cidades, e não suprem as necessidades diárias das crianças. O resultado deste estudo pressupõe a necessidade de um acompanhamento mais rigoroso na elaboração dos cardápios, com realização de avaliações qualitativas periódicas para evitar desequilíbrios nutricionais e garantir uma alimentação adequada aos pré-escolares.

Palavras-chave: alimentação escolar, avaliação qualitativa do cardápio escolar, programa de alimentação escolar, pirâmide alimentar infantil.

INTRODUÇÃO

Nos primeiros anos de vida, uma alimentação qualitativa e quantitativamente adequada é primordial para garantir o crescimento e desenvolvimento das crianças, pois fornece energia e nutrientes necessários para o bom desempenho de suas funções e para a manutenção de um bom estado de saúde (MONTEIRO, 1995). Caso haja uma deficiência energético-proteica nesta faixa etária pode acarretar baixo crescimento, vulnerabilidade às infecções e, deficiências no processo de maturação do sistema nervoso, no desenvolvimento mental e intelectual, que pode provocar desequilíbrios morfológicos e funcionais os quais, dependendo da intensidade e da duração podem ser irreversíveis (CRUZ, et al. 2001). Ao contrário, se a oferta de alimentos exceder as necessidades calóricas, pode se desenvolver doenças crônicas não transmissíveis relacionadas aos excessos alimentares (BRASIL, 2012).

O Brasil passa por um período de transição nutricional que é caracterizado por mudanças no perfil dos problemas relacionados à saúde pública, com o predomínio das Doenças Crônicas não Transmissíveis (DCNT's), redução na prevalência de desnutrição e a obesidade abrangendo proporções epidêmicas (BRASIL, 2011). São múltiplos os fatores que devem ser considerados para o desenvolvimento desse aspecto atual, entre eles, o hábito de assistir à televisão, a propagação dos jogos eletrônicos, o abandono do aleitamento materno antes dos seis meses de idade e o uso de alimentos formulados na alimentação infantil, bem como a substituição dos alimentos menos processados pelos industrializados, que geralmente têm maior quantidade de energia, açúcares e gorduras (ESCRIVÃO et al., 2000).

A educação infantil engloba crianças entre 0 e 6 anos de idade, ou seja, a creche e a pré-escola e é nesse período que os hábitos de vida se fortalecem. Nessa fase, as crianças passam por situações de falta de apetite às refeições básicas e/ou alimentos. Tal rejeição ocorre pelo fato de possuírem maior seletividade em relação aos alimentos, guloseimas de fácil acesso, além da maior incidência de infecções e verminoses que reduzem o apetite (BRASIL, 2012). Os hábitos, preferências e aversões são estabelecidos nessa primeira etapa e levados até a fase adulta, quando frequentemente encontram resistência para alterações alimentares (MAHAN, ESCOTT-STUMP, 2005). Deste modo, o conhecimento de novos sabores, texturas e cores, são experiências sensoriais que influenciarão diretamente o padrão alimentar a ser adotado pela criança. (PHILIPPI, et al. 2003).

As crianças nesta idade pertencem a um grupo de risco nutricional, pois estão expostas a uma grande variedade de alimentos, que, em geral, a quantidade, o tipo e o número de refeições consumidas não são supervisionados adequadamente pelos pais/responsáveis,

pois existe uma grande dificuldade das mães em coincidir o emprego com o cuidado infantil. Tal situação impulsionou a criação de Centros Municipais de Educação Infantil (CMEI), destinados ao atendimento integral das crianças (TUMA et al. 2005). Segundo o Censo Escolar, de 2010 a 2014 houve um crescimento de 10,86% de pré-escolares que frequentam creches públicas (BRASIL, 2016). Este indicador é considerado um avanço estratégico para a saúde pública do nosso país, pois promove uma melhoria no crescimento e desenvolvimento de crianças pertencentes a classes sociais mais carentes (FISBERG; BUENO; MARCHIONI, 2003).

As escolas assumem um papel importante na medida em que adotam estratégias de intervenção voltadas à promoção da saúde e o consumo de alimentos saudáveis. (YOKOTA et al., 2010), pois, estas consistem em uma abordagem capaz de prevenir, ao mesmo tempo, as doenças causadas por deficiências nutricionais (desnutrição, carências de ferro, de vitamina A e outras) e também reduzir a incidência do excesso de peso e de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como a obesidade, diabetes, hipertensão e câncer (BRASIL, 2014).

Portanto, o planejamento de cardápios destinados à alimentação do escolar necessita ter um cuidado especial, pois as crianças precisam perceber o alimento de maneira atrativa, que desperte o desejo de consumi-lo e ao mesmo tempo, deve ser nutricionalmente adequado. Assim, o estímulo à formação de hábitos alimentares saudáveis pode ser visto como um método de educação alimentar e nutricional. (PROENÇA et al., 2005).

Diante do exposto, se torna importante avaliar a qualidade do cardápio oferecido nos CMEI, assim como, comparar com a proposta da pirâmide alimentar infantil em relação a quantidade de porções ofertadas, a fim de analisar a qualidade das refeições fornecidas nestes espaços. Para tanto, este estudo fará uma análise comparativa dos cardápios oferecidos em dois Centros Municipais de Educação Infantil das cidades de Foz do Iguaçu e Santa Terezinha de Itaipu, ambas na região Oeste do Estado do Paraná.

REFERENCIAL TEÓRICO

Programa Nacional de Alimentação Escolar

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), antes conhecido como programa de merenda escolar, é gerenciado pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). É um direito garantido, desde a Constituição Federal de 1988, a todos os matriculados na rede pública de educação básica, e destinados a suprir, parcialmente, as necessidades nutricionais destes alunos (SANTOS et al., 2007).

De acordo com a Resolução Nº 26, de 17 de Junho de 2013, O PNAE tem como objetivo principal contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e a formação de práticas alimentares saudáveis dos alunos, através de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo. A merenda escolar é um bem-estar proporcionado aos alunos durante sua permanência na escola (MASCARENHAS; SANTOS, 2006).

O PNAE é considerado um dos maiores programas na área de alimentação escolar no mundo e é o único com atendimento universalizado, ao todo, o programa beneficia 45,6 milhões de estudantes da educação básica. (BRASIL, 2013). O programa visa à transferência, em caráter suplementar, de recursos financeiros aos estados, ao Distrito Federal e aos municípios (FNDE, 2015). Sendo que a partir do mês de Junho de 2013, o valor repassado pela União a Estados e Municípios foi reajustado para R\$1,00 por dia, para os alunos matriculados em escolas de tempo integral com permanência mínima de sete horas na escola. Os cardápios deverão ser planejados para atender às necessidades nutricionais estabelecidas de modo a suprir no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para os alunos participantes (BRASIL, 2013).

De acordo com o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) para as preparações diárias da alimentação escolar, recomenda-se no máximo:

- I. 10% da energia total proveniente de açúcar simples adicionado;
- II. 15 a 30% da energia total proveniente de gorduras totais;
- III. 10% da energia total proveniente de gordura saturada;
- IV. 1% da energia total proveniente de gordura trans;
- V. 1.400mg de sódio per capita, em período integral, quando ofertadas três ou mais refeições.

Ainda segundo o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) os cardápios deverão ser elaborados pelo nutricionista Responsável Técnico (RT), considerando:

- I. Uma alimentação saudável e adequada, utilizando alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares;
- II. A oferta de, no mínimo, três porções de frutas e hortaliças, 200g, por aluno na semana, sendo que as bebidas à base de frutas não substituem a oferta de frutas in natura;
- III. A combinação de alimentos; as técnicas de preparo; os aspectos sensoriais, como as cores, os sabores, a textura;
- IV. O alimento adequado a cada tipo de refeição e também o horário em que é servida a alimentação.
- V. A porção do alimento a ser ofertada deve ser diferenciada por faixa etária dos alunos, pois a necessidade energética diária de um indivíduo para o outro varia conforme o seu estágio de vida, em virtude da idade, da altura, do peso, entre outros fatores;
- VI. A oferta de doces e preparações doces fica restringida a duas porções de 110 Kcal por semana.

Planejamento de cardápios

Uma alimentação correta e equilibrada busca suprir as necessidades de nutrientes que o organismo necessita para ter uma boa saúde. Para tanto, o cardápio oferecido aos alunos matriculados em escolas, deve ter um conjunto de alimentos variados, e servidos diariamente durante as principais refeições. O planejamento dos cardápios é fundamental, e deve respeitar alguns aspectos técnicos como: escolha dos alimentos, sua composição química, compatibilidade entre os ingredientes, as recomendações nutricionais do PNAE, o custo médio per capita, e a sua variação, a fim de evitar por parte dos alunos, prejuízo na aceitabilidade (ALVES, 2001).

Um cardápio consiste na sequência de preparações culinárias que compõem as refeições diárias ou de determinado período. É extremamente necessário que seja colorido, contenha alimentos de todos os grupos alimentares, tenha texturas equilibradas, possua alimentos comuns da região em que vivem, seja seguro do ponto de vista higiênico-sanitário e obedeça aos limites financeiros disponíveis, entre outros critérios para atender às necessidades, tanto fisiológicas quanto sensoriais dos comensais (ABREU et al., 2011).

Esses cardápios devem ser planejados por nutricionistas, a partir do diagnóstico do estado nutricional do público atendido em consonância com as normas do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), para adequá-los às necessidades da população específica (BRASIL, 2010). Além de nutricionalmente adequados, os cardápios oferecidos

para as crianças devem ser atrativos (MENEGAZZO, 2011). A aceitabilidade da alimentação escolar envolve alguns fatores como: hábitos alimentares, influência dos colegas, odor e sabor, apresentação do prato e suas características nutricionais (BIESALSKI; GRIMM; 2007). Deste modo, ressalta-se a importância do planejamento correto, pois falhas nesta etapa de construção do cardápio podem interferir na qualidade das refeições servidas, podendo resultar preparações monótonas, com pouca atratividade devido à repetição e desequilibradas quanto ao aspecto nutricional (AKUTSU et al., 2005).

Um instrumento vantajoso para avaliar qualitativamente a composição do cardápio é o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio - AQPC (PASSOS, 2008). Este método tem o objetivo de auxiliar o nutricionista a construir cardápios mais adequados do ponto de vista nutricional e sensorial, pois o mesmo, ao verificar os critérios como cores, oferta de frutas, folhosos, combinações e teor de enxofre, contribui para a melhoria das características organolépticas e da qualidade nutricional das preparações (VEIROS et al. 2006). O método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) tenta preencher a lacuna existente quando a análise é apenas quantitativa, pois permite analisar qualitativamente a composição de diferentes tipos de cardápios. (VEIROS; PROENÇA, 2003; PROENÇA et al., 2005)

Para melhor análise, Veiros e Martineli (2012) elaboraram o método AQPC - Escola baseado nos princípios de recomendações como a Estratégia Global para Alimentação, Atividade Física e Saúde da Organização Mundial de Saúde (WHO, 2004), o Guia Alimentar para a População Brasileira (BRASIL, 2008), e também as legislações para cardápios escolares do PNAE: Portaria Interministerial 1.010/2006 (BRASIL, 2006), Lei nº 11.947/2009 (BRASIL, 2009).

Pirâmide Alimentar Brasileira para pré-escolares

Em uma Conferência Internacional de Nutrição, realizada em Roma em 1992, chegou-se ao consenso que todos os países deveriam identificar estratégias e ações para melhorar o consumo alimentar e o bem-estar nutricional da população, estimulando a elaboração de guias alimentares de acordo com a faixa etária, para atingir este objetivo, cada país necessitaria planejar ações conforme as doenças atuais que estão relacionadas com a alimentação (OMS, 1992).

Para facilitar o entendimento sobre hábitos alimentares saudáveis, as principais orientações no Brasil deste guia alimentar, foram ilustradas em formato de pirâmide. Esse

desenho gráfico é constituído por oito grupos alimentares, distribuídos em quatro níveis, com a apresentação dos alimentos da base ao ápice da pirâmide, atendendo a sua participação na dieta em quantidades de acordo com o número de porções. A pirâmide é organizada de acordo com a função do nutriente principal de cada alimento e também com a quantidade diária necessária. A apresentação em grupos de alimentos com o estabelecimento de níveis e as respectivas porções em unidades ou medidas caseiras permite uma interpretação mais fácil para o indivíduo (CUPPARI *et al.*, 2005). Seguem os dados de algumas referências nacionais que realizaram orientações de porções diárias de alimentos adequadas para o público infantil:

Quadro 1 - Comparativo entre referencias nacionais em relação as porções diárias recomendadas de grupos de alimentos, para crianças. Foz do Iguaçu, 2016.

	Nº de porções diárias			
	BRASIL (2013) ¹	PHILIPPI et al. (2003) ²	SPB (2012) ³	Nutroclínica (1997) ⁴
Faixa etária	12 a 24 meses	2 a 3 anos	4 a 6 anos	2 a 12 anos
Pães e cereais	5	5	6	6
Verduras e legumes	3	3	3 a 4	3
Frutas	4	3	3 a 4	3
Leguminosas	2	1	1	1
Carnes e ovos	2	2	2	2
Leite e derivados	3	3	2	2 a 3
Açúcar e doces	0	1	1	*
Óleos e gorduras	2	1	1	*

*Usar o mínimo possível;

Fonte: elaborado pelo autor (2016)⁵.

¹ BRASIL, 2013;

² PHILLIPPI ET AL., 2003;

³ SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA, 2012;

⁴ NUTROCLINICA, 1997;

⁵ CANO, 2016.

MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizado um estudo de caso documental, que avaliou o planejamento de cardápio de crianças em idade pré-escolar, de 1 a 6 anos, em todos os Centros de Educação Infantil (CMEI) integrais dos municípios de Foz do Iguaçu e Santa Terezinha de Itaipu, ambos situados no Oeste do Paraná.

A cidade de Foz do Iguaçu possui 256.088 habitantes, com dimensão de 617,700 km², dispõe de 34 centros de educação infantil da rede pública municipal de ensino, todas localizadas em áreas urbanas, e atende diariamente 6.256 pré-escolares, sendo que 2.150 alunos em período integral. Santa Terezinha de Itaipu possui 20.841 habitantes, dimensão de 259,393 km², conta com 6 centros de educação infantil localizados em áreas urbanas e atendem 883 pré-escolares diariamente, sendo 338 crianças em período integral.

Os dois municípios distam entre si 28 km, sendo o primeiro considerado de médio porte e o segundo de pequeno porte. Ambos os municípios são considerados lindeiros, pois margeiam o Lago de Itaipu, e sobrevivem, em especial, dos royalties provenientes da construção da Usina Hidrelétrica de Itaipu. A primeira cidade, por ser fronteira com o Paraguai e possuir a Cataratas do Iguaçu, tem forte apelo turístico e também é caracterizada por sua diversidade cultural com mais de 80 nacionalidades estrangeiras, sendo as que mais representam são procedentes do Paraguai, Líbano, China e Argentina. A segunda tem a agricultura como principal fonte de renda, sendo a soja e o trigo as produções agrícolas principais do município e também possui como atrativo turístico o Lago de Itaipu, oriundo da barragem da usina hidrelétrica.

O cardápio das duas cidades foi disponibilizado pelas nutricionistas da Alimentação Escolar da Secretaria de Educação, embora o de Santa Terezinha de Itaipu encontre-se disponível no sítio eletrônico da prefeitura. Foram avaliados os cardápios de 4 semanas, correspondentes ao mês de Setembro de 2015. Na primeira cidade o cardápio repete semanalmente com algumas alterações no lanche da tarde e jantar e na segunda cidade o cardápio é mensal.

Na cidade de Foz do Iguaçu o café da manhã é fornecido às 7:45h, almoço às 10:30h, lanche vespertino às 13:30h e o jantar às 16:00h, totalizando quatro refeições na escola. Em Santa Terezinha o café da manhã é distribuído às 8:00h, o lanche matinal às 9:30h, o almoço às 11:30h, o lanche vespertino às 14:30h e o jantar às 16:30h, totalizando cinco refeições feitas pelas crianças na escola.

Os cardápios foram analisados qualitativamente usando o método elaborado por Veiros e Martineli (2012) denominado Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC). Esse método auxilia na avaliação global do cardápio considerando as preparações que o compõem de acordo com os seguintes critérios:

- I. Alimentos Recomendados: Frutas in natura, saladas, vegetais não amiláceos, cereais, pães, massas e vegetais amiláceos, alimentos integrais, carnes e ovos, leguminosas, leite e derivados.
- II. Alimentos Controlados: Preparações com açúcar adicionado e produtos com açúcar, embutidos ou produtos cárneos industrializados, alimentos industrializados semiprontos ou prontos, enlatados e conservas, alimentos concentrados, em pó ou desidratados, cereais matinais, bolos e biscoitos, alimentos flatulentos e de difícil digestão, bebidas com baixo teor nutricional, preparação com cor similar na mesma refeição, frituras, carnes gordurosas e molhos gordurosos.

Em um segundo momento, foi avaliado o número de porções ofertadas de alimentos em cada centro de cada cidade e comparados com os números de porções diárias para pré-escolares formulado por PHILIPPI et al. (2003). Neste guia o número de porções diárias foi realizado para a faixa etária de 2 ano a 3 anos, no entanto nota-se que não há diferença significativa de porções com outras referências, assim optou-se por este guia pois orienta a idade média do público estudado.

Para facilitar a descrição e análise dos resultados, os centros municipais infantis foram classificados em CMEI I e CMEI II (Foz do Iguaçu e Santa Terezinha de Itaipu, respectivamente).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O método AQPC possibilitou uma avaliação qualitativa dos cardápios dos dois centros de educação infantil de acordo com os seguintes critérios: alimentos recomendados e alimentos controlados. Os alimentos recomendados necessitam estarem presentes em percentual elevado e os alimentos controlados em um percentual menor que 20%. Na sequência foi realizada uma análise das porções de alimentos oferecidas nas escolas comparando-as com a pirâmide alimentar infantil. Os cardápios analisadas se encontram em anexos no final deste trabalho.

O Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) preconiza o aumento de alimentos *in natura* ou minimamente processados, limita os alimentos processados e orienta a evitar os ultraprocessados, pois estes passam por várias etapas de processamento e possuem diversos ingredientes, como o sal, açúcar, óleos e gorduras e substâncias de uso exclusivamente industrial. Na análise qualitativa do cardápio dos centros de educação infantil das duas cidades foram encontrados todos os dias alimentos recomendados como: cereais, pães, massas, vegetais amiláceos, saladas e vegetais não amiláceos; carnes e ovos; leguminosas; leite e derivados. A seguir os dados obtidos na tabela:

Quadro 2 – Distribuição diária (%) da análise qualitativa dos cardápios em relação à presença de alimentos recomendados. Foz do Iguaçu, PR. 2016.

Alimentos recomendados	(CMEI I)	(CMEI II)
Cereais, pães, massas e vegetais amiláceos	100%	100%
Alimentos integrais	0%	60%
Vegetais não amiláceos	100%	100%
Legumes	100%	100%
Frutas <i>in natura</i>	60%	100%
Leites e derivados	100%	100%
Carnes e ovos	100%	100%
Leite e derivados	100%	100%

De acordo com a análise qualitativa de cardápios foi observado que no CMEI I, três vezes na semana foi servido fruta (60%), o que corresponderia a 0,6 porção ao dia,

exatamente a quantidade que o Programa Nacional de Alimentação Escolar preconiza (200g/semana). No CMEI II, em 100% dos dias foram ofertadas ao menos 1,4 porções diárias, resultado superior ao CMEI I. Portanto, observou-se que em ambas as escolas foi encontrado baixa oferta de frutas no cardápio quando comparado com o guia alimentar, o qual orienta 3 porções diárias de frutas para pré-escolares. Apesar das duas cidades não conseguirem seguir a recomendação da pirâmide observa-se que a CMEI II fornece uma porção maior aos seus alunos. Essa diferença possibilita questionar a gestão do serviço, uma vez que os dois municípios recebem o mesmo custeio de R\$1,00 por aluno para realizar suas compras e uma consegue ofertar mais porções de fruta do que a outra.

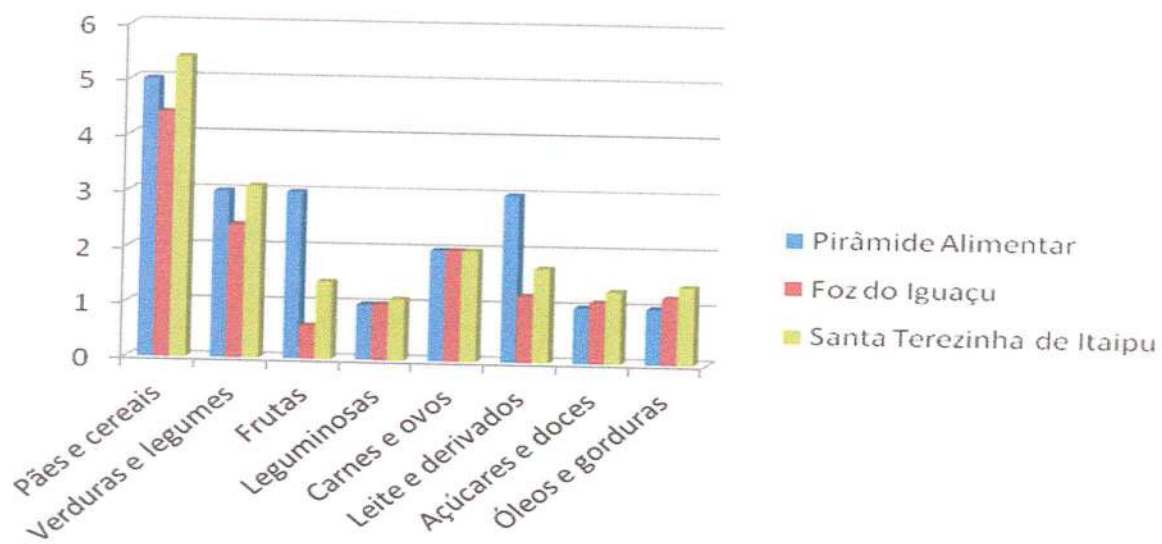
Boaventura et al. (2013) realizaram um estudo qualitativo de cardápios para pré-escolares de escolas municipais das seguintes cidades da Grande São Paulo: Barueri, Guarulhos, São Bernardo do Campo e São Paulo. Os autores encontraram que, com exceção de Guarulhos, os demais municípios ofereceram frutas em 100% dos dias. Resultado semelhante com este trabalho foi encontrado por Barbosa et al. (2005) em uma avaliação do consumo alimentar para crianças de dois a seis anos que frequentam período integral de um centro infantil onde também foi observado um baixo consumo de frutas, sendo 1,2 porções diárias. Oliveiras e Mendes (2008) em uma avaliação da qualidade nutricional de cardápios para pré-escolares encontraram a oferta de frutas em apenas 2 vezes na semana na forma de suco, não sendo ofertadas na forma in natura, sendo também insuficiente para garantir a recomendação da Pirâmide Alimentar Infantil.

De acordo com a pirâmide alimentar adaptada para crianças de 1 ano a 6 anos, o grupo dos pães e cereais para atender as necessidades nutricionais deve apresentar 5 porções diárias. De acordo com o quadro 2 observa-se que no cardápio dos CMEI I são servidas 4,4 e nos CMEI II 5,4 porções diárias, sendo que no segundo centro ultrapassa a porção diária recomendada pela pirâmide alimentar, enquanto que no primeiro centro não se atinge a necessidade diária. Em um estudo realizado em Florianópolis por Barbosa et al. (2005), sobre o consumo alimentar de crianças com idade de dois a três anos em uma creche filantrópica de período integral encontraram a ingestão insuficiente de 4,2 porções diárias, porém este mesmo estudo analisou o consumo alimentar da criança também nos finais de semana e chegou-se na conclusão de que embora a alimentação escolar não atingiu as recomendações nutricionais diárias a dieta do final de semana é ainda mais inadequada. Em outro estudo realizado por Oliveiras e Mendes (2008), os quais avaliaram a adequação do cardápio oferecido em centros de educação Infantil o consumo de cereais, pães e massas seguiu a

recomendação para a faixa estudada (5 porções), embora relatem a insuficiência de energia e demais nutrientes no cardápio.

O CMEI II destacou-se, pois, em 60% dos dias foram ofertados ao menos uma porção de cereal integral, enquanto que no CMEI I ainda não foram introduzidos esses alimentos em seus cardápios. O pão caseiro integral e o biscoito integral foram os alimentos integrais encontrados no cardápio do município de Santa Terezinha de Itaipu. Segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), versões menos processadas dos alimentos devem ser priorizadas, como o arroz integral e a farinha de trigo integral, pois os cereais polidos excessivamente, como o arroz branco e os grãos de trigo usados na confecção da maioria das farinhas de trigo, apresentam menor quantidade de fibras e micronutrientes. Realizando a avaliação qualitativa das preparações do Cardápio Escolar, Veiros e Martinelli (2012) identificaram os alimentos integrais em apenas um dia no cardápio mensal.

Gráfico 1 – Comparação da distribuição das porções dos grupos de alimentos presentes nos cardápios nos municípios pesquisados em relação à Pirâmide alimentar infantil. Foz do Iguaçu, PR. 2016.



Em relação às verduras e legumes, a recomendação da pirâmide alimentar é de três porções ao dia. No CMEI I foram fornecidas 2,4 porções e no CMEI II foram 3,1 porções. Esse resultado foi melhor do que o estudo realizado por Oliveiras e Mendes (2008), na cidade de Douradina/MS quando foi encontrada a oferta de somente uma porção por dia. No estudo realizado por Barbosa et al. (2005) sobre avaliação do consumo alimentar de uma creche filantrópica, os autores observaram que era ofertada 2,2 porções/dia de legumes durante a semana e 0,5 porção no final de semana, período em que esta criança estava em

casa, demonstrando que mesmo o consumo de legumes na escola não ter atingido a recomendação diária, em casa a porção ofertada é ainda menor. A média de porções diárias de hortaliças vem aumentando devido a Resolução de junho de 2013, onde o PNAE preconiza que os cardápios devem oferecer, no mínimo, três porções de frutas e hortaliças por semana (200g/aluno/semana), porém ainda não esta adequada com as recomendações nutricionais da Pirâmide alimentar infantil. Sugere-se ao Programa Nacional de Alimentação Escolar que revise suas diretrizes e princípios, pois independente se a criança estude em regime parcial ou integral a orientação em relação à quantidade de porções de frutas e hortaliças é a mesma.

Nesta análise quantitativa o que também chamou atenção foi o baixo fornecimento de leite e derivados, pois a média diária é de três porções e no CMEI I a média diária obtida foi de 1,2 e no CMEI II foram oferecidas 1,7 porções deste grupo. Nos estudos de Oliveiras e Mendes (2008) e Barbosa et al. (2005) os resultados foram melhores, cujo a oferta foi de 2 e 2,1 porções desse grupo, respectivamente. Sendo esses centros de ensino em tempo integral, onde as crianças fazem no mínimo cinco refeições diárias, seria recomendável uma maior oferta de leite e derivados, pois estes são ricos em proteínas, vitamina A e cálcio, nutrientes fundamentais para o crescimento e desenvolvimento da criança (BRASIL, 2014).

Na Pesquisa de Orçamentos Familiares (POF) 2008-2009, realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) em nosso país, observou-se que as famílias, principalmente entre os escolares e adolescentes, apresentaram uma ingestão muito inferior ao recomendado para frutas e leite, sendo que, menos de 10% da população consegue atingir as recomendações diárias deste grupo de alimento, esse dado confirma os resultados do presente trabalho e faz refletir sobre a importância da escola, como promotora na prevenção e promoção da saúde.

O PNAE preconiza que a alimentação escolar necessita suprir no mínimo 70% das necessidades nutricionais da criança, quando esta permanece o dia todo na escola. Se calcularmos 70% das três porções de frutas e leite/derivados que são recomendadas pela pirâmide infantil, a escola teria que oferecer no mínimo 2,1 porções desses alimentos.

A ingestão de leguminosas, carnes e ovos apresentaram resultados bastante satisfatórios nos dois centros, sendo o número de porções ofertadas iguais ao da pirâmide alimentar, com a ingestão diária de uma porção de leguminosas e duas porções de carnes ou ovos. Também Barbosa et al. (2005) e Oliveiras e Mendes (2008) em seus trabalhos, encontraram resultados semelhantes.

A porção média orientada para o grupo de óleos e gorduras é de 1 porção e o PNAE recomenda que 15 a 30% da energia total proveniente de gorduras totais. No CMEI I

foram ofertadas 1,2 porções e no CMEI II, 1,4 porções. Além da margarina que acompanha o pão no café da manhã, neste estudo foi considerado como critério de análise o óleo usado para temperar a salada do almoço e do jantar, sendo contabilizada meia porção, uma colher de sobremesa de óleo vegetal, para cada refeição. Em estudo semelhante realizado por Oliveiras e Mendes (2008) os autores encontraram duas porções diárias. Apesar da porção média de ambas as creches estarem um pouco acima do recomendado, é importante lembrar que os lipídios são necessários para a absorção de vitaminas lipossolúveis (A, D, E e K) e carotenóides, devendo ser ofertados em quantidade satisfatórias na dieta para permitir o crescimento e o desenvolvimento da criança e, ao mesmo tempo, reduzir os riscos de doença cardiovasculares (CUPPARI, 2005).

Em cumprimento a Resolução/CD/FNDE n 26, de 17 de junho de 2013 do Programa Nacional de Alimentação Escolar não foram encontrados no grupo de alimentos controlados: Embutidos ou produtos cárneos industrializados, alimentos industrializados semiprontos ou prontos, enlatados e conservas, alimentos concentrados, em pó ou desidratados. A tabela abaixo explana a ocorrência desses alimentos controlados:

Quadro 3 - Distribuição diária (%) da análise qualitativa dos cardápios em relação frequência de oferta de alimentos controlados. Foz do Iguaçu, PR. 2016.

Alimentos controlados	(CMEI I)	(CMEI II)
Preparações com açúcar adicionado e produtos com açúcar	100%	100%
Embutidos ou produtos cárneos industrializados	0%	0%
Alimentos industrializados semiprontos ou prontos	0%	0%
Enlatados e conservas	0%	0%
Alimentos concentrados, em pó ou desidratados	0%	0%
Cereais matinais, bolos e biscoitos	20%	100%
Alimentos flatulentos e de difícil digestão	20%	70%
Bebidas com baixo teor nutricional	20%	15%
Preparação com cor similar na mesma refeição	20%	15%
Frituras, carnes gordurosas e molhos gordurosos	0%	10%

No grupo de alimentos controlados foram encontrados todos os dias em ambas as escolas preparações com açúcar adicionado e também produtos com açúcar, sendo eles: chá,

doces de frutas, achocolatado, sagu, arroz doce, canjica. No CMEI I é ofertado leite caramelizado e suco de soja. Já no CMEI II é oferecido café com leite e açúcar mascavo, bebida láctea, vitaminas e suco de frutas. Menegazzo et al. (2011) em uma avaliação quantitativa de um cardápio mensal para crianças de dois a seis anos também encontraram um alto índice (96%) de ocorrência de alimentos doces.

Para avaliar as porções de açúcares e doces foi adotado o critério de contabilizar as preparações com adição de açúcar, e que segundo o PNAE deve ser no máximo 10% da energia total diária. A média diária encontrada foi de 1,1 porções em Foz do Iguaçu e 1,3 em Santa Terezinha de Itaipu, estando um pouco acima do proposto pela Pirâmide Alimentar, que é somente uma porção/dia para este grupo. Boaventura (2013) em seu estudo destaca que na cidade de Guarulhos foram servidas, em média, duas preparações doces por dia, enquanto Barueri, São Bernardo do Campo e São Paulo apresentaram média de 1,6, 1,0 e 0,6, respectivamente. O PNAE restringe a oferta de doces e preparações doces para duas porções de 110 Kcal por semana. No CMEI I foram ofertadas em dois dias da semana sagu e canjica, no CMEI II a oferta de preparações doces são de dois dias ao mês onde é ofertado sagu com leite, canjica, pudim de chocolate, arroz doce ou torta de bolacha. Esse resultado nos mostra que os dois municípios seguem a norma preconizada pelo programa.

Foi considerada bebida de baixo valor nutricional os chás oferecidos para as crianças na escola, pois o único nutriente presente é o açúcar, sendo que a porcentagem encontrada foi de 20% no CMEI I e 15% no CMEI II. Trabalho semelhante feito por Veiros e Martinelli (2012) foi relatado um total mensal de 10%. O Guia Alimentar para a população brasileira (2014) relaciona o consumo excessivo dos açúcares ao risco aumentado de desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), como o diabetes e a obesidade.

O grupo dos cereais matinais, bolos e biscoitos são ofertados diariamente no CMEI II, sendo os principais alimentos bolachas e cucas caseiras, bolos não confeitados feitos com açúcar mascavo, bolacha de mel, biscoito doce e salgado; esses produtos devem ser consumidos com moderação, pois segundo o Guia Alimentar para a População Brasileira (2014), esses alimentos possuem alta densidade energética estando associado ao risco de obesidade. No primeiro centro esse grupo de alimentos é encontrado em 20% dos dias, tendo bolo de cenoura uma vez na semana, o que mostra resultado bem distinto entre os dois centros. No estudo de Veiros e Martinelli (2012) os autores encontraram um percentual de ingestão mensal de 30%.

Quanto ao grupo dos alimentos flatulentos, foram encontrados os seguintes alimentos nas refeições: batata doce, brócolis, couve, feijão, lentilha, maçã, ovo e repolho. Do total, 20% dos dias analisados no Centro I estavam relacionados a dois ou mais alimentos flatulentos e 70% no Centro II respectivamente. Esses alimentos, segundo Reis (2003) são ricos em enxofre e podem causar desconforto gastrointestinal e flatulência, portanto devem estar presentes no cardápio de maneira que não se repita com outros alimentos fontes deste mineral na mesma refeição e no mesmo dia. O feijão por ser um prato típico, com valor nutricional significativo e diário dos brasileiros não foi considerado nessa análise. Esse resultado difere significamente de Menegazzo et al. (2011) que em sua pesquisa obteve a ocorrência de somente 4% de combinações desarmônicas, mas é bom observar que a variedade de alimentos oferecidos também eram bem menores, como é o caso do CMEI de Foz do Iguaçu.

Em relação às cores monocromáticas similares na mesma refeição, nessa pesquisa foram obtidas 20% no CMEI I e 15% no CMEI II. Foi considerada uma refeição monótona, almoço ou jantar, quando pelo menos 50% dos alimentos apresentaram semelhança de cores; A refeição considerada com cores similares no CMEI I foi o almoço e teve as seguintes preparações: arroz, feijão, ovos, purê de batata e salada repolho com cenoura, no CMEI II foi no jantar onde se serviu canjiquinha com frango. Menegazzo et al. (2011) em uma avaliação de um cardápio mensal para crianças que frequentam, em período integral, os CEI de um município da Grande Florianópolis (SC) encontraram um percentual de 12%. Segundo Abreu et al. (2011) é extremamente necessário que a alimentação dos pré-escolares seja colorida e atrativa, e nesta análise foi encontrado um bom percentual mostrando a preocupação do nutricionistas na elaboração do cardápio.

Frituras, carnes gordurosas e molhos gordurosos fazem parte dos alimentos controlados e não foram encontradas no primeiro centro e no segundo encontrou um percentual de 10%, em que de quinzenalmente é ofertada à carne suína. Menegazzo et al. (2011) encontrou um percentual desses alimentos de 8% em seu trabalho e ressalta esse dado como positivo para a promoção da saúde das crianças, uma vez que o consumo de gorduras em excesso é um fator de risco para doenças cardiovasculares.

De acordo com Veiros e Martinelli (2012) carnes gordurosas são aquelas que a quantidade diária de gordura ultrapasse 50% do valor calórico total. Foram classificadas como carnes magras: peixes em geral, bovinos (acém, patinho, músculo, paleta) e frango sem pele; e como carnes gordas: as demais partes bovinas e a carne de porco. É necessário observar que apesar da grande quantidade de gordura saturada, a oferta de carne vermelha é necessária,

pois são excelentes fontes de proteína de alta qualidade e têm teor elevado de muitos micronutrientes, especialmente ferro, zinco e vitamina B12, contudo escolher cortes magros é extremamente importante (BRASIL, 2014).

CONCLUSÃO

No presente estudo, com base na AQPC notou-se a baixa oferta semanal de frutas e ausência de alimentos integrais na CMEI I, alta prevalência de preparações e produtos com açúcar em ambos os centros e um alto consumo de bolos e biscoitos e também de alimentos flatulentos e de difícil digestão, no CMEI II.

De acordo com a pirâmide alimentar, o CMEI I apresenta uma menor oferta de pães e cereais e de verduras e legumes, já no CMEI II esses dois grupos de alimentos ultrapassam o número de porções recomendado pelo guia alimentar. O grupo das frutas e do leite e derivados são ofertados inadequadamente em ambas as cidades, pois não suprem as necessidades diárias das crianças, em relação à oferta dos grupos dos açúcares e doces e dos óleos e gorduras, em ambos os centros foi superior em relação ao preconizado pela pirâmide alimentar. Os grupos das carnes e leguminosas são ofertados adequadamente nos dois centros.

O resultado deste estudo pressupõe a necessidade de um acompanhamento mais rigoroso na elaboração dos cardápios, com realização de avaliações qualitativas periódicas para evitar desequilíbrios nutricionais e garantir uma alimentação escolar adequada. Sugere-se também que o Programa Nacional de Alimentação Escolar revise suas diretrizes e princípios, pois apesar de ter sido aperfeiçoado com o passar dos anos, ainda não segue recomendações nutricionais orientada pela Pirâmide Alimentar Infantil.

O Programa Nacional de Alimentação Escolar transfere o valor da compra dos alimentos, em caráter suplementar, e a prefeitura de cada cidade complementa a despesa remanescente, pois somente o valor repassado não é suficiente para uma alimentação adequada, logo a qualidade e a variedade da alimentação escolar dependem financeiramente de cada município. Neste estudo observou-se que o CMEI II dispõe de uma maior diversidade de alimentos do que o CMEI I, pois fornecem alimentos poucos consumidos pelas crianças em suas casas, sendo os que mais chamaram a atenção foram à carne de peixe, cereais integrais, açúcar mascavo e a lentilha. A inclusão de novos alimentos no cardápio é fundamental para a formação de bons hábitos alimentares, pois promove o conhecimento de novos sabores, texturas e cores, e essas experiências sensoriais influenciarão no padrão alimentar a ser adotado pela criança.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ABREU, E. S.; SPINELLI, M. G. N.; SOUZA PINTO, A. M. **Gestão de Unidades de Alimentação e Nutrição: um modo de fazer**. São Paulo: Metha, 2011.
- AKUTSU, R. C. et al. Adequação das boas práticas de fabricação em serviços de alimentação. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.18, n.3, p. 419-427, 2005.
- ALVES, R. C. C. **Controle de qualidade e planejamento de cardápios**. Brasília: Ministério da Educação, 2001.
- BARBOSA, R. M. S.; CROCCIA, C.; CARVALHO, C. G. N.; FRANCO V. C.; SALLES-COSTA, R.; SOARES, E. A. Consumo alimentar de crianças com base na pirâmide alimentar brasileira infantil. **Revista de Nutrição**, Campinas, v.18, n.5: p. 633-64,1 set./out., 2005.
- BIESALSKI, H. K.; GRIMM, P. **Nutrição: texto e atlas**. Porto Alegre, RS: Artmed, 2007.
- BOAVENTURA, P. S. et al. Avaliação qualitativa de cardápios oferecidos em escolas de educação infantil da grande São Paulo. São Paulo: **Demetra**, v. 8, n. 3; p. 397-409, 2013.
- BRASIL. Conselho Federal de Nutricionistas. Resolução/CFN nº 465 de 23 de agosto de 2010. Dispõe sobre as atribuições do Nutricionista, estabelece parâmetros numéricos mínimos de referência no âmbito do Programa de Alimentação Escolar (PAE) e dá outras providências. **Diário Oficial da União: República Federativa do Brasil: Poder Legislativo**, Brasília, DF, 23 ago., 2010.
- _____. **Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação**. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacaoescolar/alimentacaoescolarfuncionamento/execu%C3%A7%C3%A3o-alimentacao>>. Acesso em: 15 nov. 2015.
- _____. **Guia Alimentar para a População Brasileira: promovendo a alimentação saudável**. Brasília, DF: Ministério da Saúde: 2014.
- _____. Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira – INEP. **Censo escolar, 2010 - 2014**. Disponível em: <<http://portal.inep.gov.br/basica-censo>>. Acesso em: 15 jan., 2016.
- _____. Lei n 11.947, de 16 de junho de 2009. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar e do Programa Dinheiro Direto na Escola aos alunos da educação básica. **Diário Oficial da União: Presidência da República do Brasil: Poder legislativo**, Brasília, DF, 16 jun., 2009.
- _____. Ministério da Educação. **Manual Orientação para a Alimentação Escolar na Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos**. 2ª Edição, Brasília, DF: Ministério da Educação, 2012.
- _____. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. 1ª Edição. Brasília, DF: Ministério da Educação, 2012.

_____. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate a Fome. Conselho Nacional de Segurança Alimentar e Nutricional. **4ª Conferência Alimentar de Segurança Alimentar e Nutricional. Documento de referência.** Brasília, DF: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate a Fome, 2011.

_____. Portaria Interministerial nº 1010, de 8 de maio de 2006. Institui as diretrizes para a Promoção da Alimentação Saudável nas Escolas de educação infantil, fundamental e nível médio das redes públicas e privadas, em âmbito nacional. **Diário Oficial da União:** Presidência da República do Brasil: Poder legislativo, Brasília, DF, 8 maio jun. 2006.

_____. BRASIL. Resolução/CD/FNDE n 26, de 17 de junho de 2013. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). Brasília, DF: Ministério da Educação. 2013. **Diário Oficial da União:** Presidência da República do Brasil: Poder legislativo, Brasília, DF, 17 jun., 2013.

CRUZ, G. F.; SANTOS, R. S.; CARVALHO, C. M. R. G.; MOITA, G. C. Avaliação dietética em creches municipais de Teresina, Piauí, Brasil. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 14, n.1, p 21-32, abr., 2001.

CUPPARI, L. et al. **Nutrição clínica no adulto.** Barueri, SP: Manole, 2005.

ESCRIVÃO, M. A. M. S.; OLIVEIRA, F. L. C.; TADDEI, J. A. A. C.; LOPEZ, F. A. Obesidade exógena na infância e na adolescência. Rio de Janeiro: **Jornal de Pediatria**, v. 76, n. 3, p. 305-10, 2000.

FISBERG, R. M.; BUENO, M. B; MARCHIONI, D. M. L. Evolução nutricional de crianças atendidas em creches públicas no município de São Paulo, Brasil. **Revista Panamericana de Saúde Pública**, v. 14, p. 165- 70, 2003.

MAHAN, L. K.; ESCOTT-STUMP, S. **Alimentos, nutrição e dietoterapia.** São Paulo: Roca, 2005.

MARTINS, C., ABREU, S. **Pirâmide de Alimentos: Manual do Educador.** Nutroclínica: Curitiba, 1997.

MASCARENHAS, J. M. O.; SANTOS, J. C. Avaliação da composição nutricional dos Cardápios e custos da alimentação escolar da rede municipal de Conceição do Jacuípe/Ba. **Sitientibus**, Feira de Santana, n.35, p.75-90, jul./dez., 2006.

MENEGAZZO, M. et al. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de centros de educação infantil. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 24, n. 2, p. 243-251, mar./abr., 2011.

MONTEIRO, C. A., et al. Evolução da desnutrição infantil. In: **Velhos e novos males da saúde no Brasil.** São Paulo: Hucitec, p. 93-114, 1995.

OLIVEIRA, J. F.; MENDES, R.. C. D. Avaliação da qualidade nutricional do cardápio do centro de educação infantil (CEI) do município de Douradina – MS. **Interbio**, v.2 n.1, 2008.

- PASSOS, A. L. A. **Análise do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição institucional em Brasília – DF segundo o método avaliação qualitativa das preparações do cardápio.** Brasília, 2008. 41p. Monografia (Especialização em Gastronomia e Saúde) - Universidade de Brasília.
- PHILIPPI, S. T.; CRUZI, A. T. R.; COLUCCI, A. C. A. Pirâmide alimentar para crianças de 2 a 3 anos. **Revista de Nutrição**, Campinas, v. 16, n. 1, p. 5-19, jan./mar., 2003.
- PROENÇA, R. P. C; SOUZA, A. A.; VEIROS, M. B.; HERING, B. Qualidade Nutricional e Sensorial na Produção de Refeições. **Revista Nutrição em pauta**, Florianópolis, nov./dez., 2005.
- REIS, N. T. **Nutrição Clínica - Sistema Digestório.** Rio de Janeiro: Rubio, p.294, 2003.
- SANTOS, L. M. P. et al. Avaliação de políticas públicas de segurança alimentar e combate à fome no período 1995-2002. 4 - Programa Nacional de Alimentação Escolar. **Caderno de Saúde Pública**, v. 23, n. 11, p. 2681-2693, 2007.
- TUMA, R. C. F. B.; COSTA, T. H. M.; SCHIMTZ, B. A. S. **Avaliação antropométrica e dietética de pré-escolares em três creches de Brasília, Distrito Federal.** Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil, Recife, v. 5, n.4, p. 419-428, out./dez., 2005.
- VEIROS, M. B. et al. How to analyse and develop healthy menus in foodservice. **Journal de Foodservice**, v. 17, p. 159-165, 2006.
- _____; PROENÇA, R. C. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma Unidade de Alimentação e Nutrição – Método AQPC. **Revista Nutrição em Pauta**, São Paulo, v.11, n. 62, p. 36-42, set./out. 2003.
- _____; MARTINELLI, S. S. Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio Escolar – AQPC Escola. **Nutrição em Pauta**, São Paulo, v. 20, n. 114, p. 2-12, 2012.
- WHO. Food and Nutrition Board/World Health Organization. **International Conference on Nutrition.** World Declaration and Plan of Action for Nutrition, FAO/WHO. Rome: 1992.
- _____. Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health. **57ª World Health Assembly.** Geneva: World Health Organization. Eighth plenary meeting, Committee A, third report, p. 38-55, 2004.
- YOKOTA, R. T. C et al. Projeto “A escola promovendo hábitos alimentares saudáveis”: comparação de duas estratégias de educação nutricional no Distrito Federal, Brasil. **Revista de Nutrição**, v. 23, n. 1, p. 37-47, jan./fev., 2010.

ANEXO 1 - CMEI I

CARDÁPIO DOS CMEI'S – Período Integral 2015 – Verão 2º Semestre

REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ 7:45 às 8:15	<ul style="list-style-type: none"> • Pão • Doce • Leite com achocolatado 	<ul style="list-style-type: none"> • Bolo de cenoura simples • Chá 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão • Doce • Leite com achocolatado 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão • Margarina • Leite caramelizado 	<ul style="list-style-type: none"> • Pão • Doce • Leite com achocolatado
ALMOÇO 10:30 às 11:15	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Ovos cozidos ou mexidos • Purê de batata • Salada repolho com cenoura 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Frango ao molho • Farofa de legumes • Salada de repolho com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Macarrão • Carne moída ao molho de legumes • Salada verde com beterraba 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Canjiquinha • Frango ao molho • Salada verde com tomate 	<ul style="list-style-type: none"> • Arroz • Feijão • Polenta • Músculo ao molho • Salada mista
LANCHE 13:30 às 14:00	<ul style="list-style-type: none"> • Saguuu 	<ul style="list-style-type: none"> • Canjica 	<ul style="list-style-type: none"> • Banana 	<ul style="list-style-type: none"> • Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> • Maçã ou mamão picado
JANTAR 16:30	<ul style="list-style-type: none"> • Macarrão com carne moída • Salada <p><i>Kcal: 843 Ptn: 27g</i> <i>Cho: 135g Lip: 21g</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Canjiquinha com músculo • Salada verde <p><i>Kcal: 903 Ptn: 29g</i> <i>Cho: 130g Lip: 29g</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Risoto • Salada de repolho com cenoura <p><i>Kcal: 801 Ptn: 29g</i> <i>Cho: 107g Lip: 29g</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Madalena (polenta com carne moída) • Salada <p><i>Kcal: 846 Ptn: 39g</i> <i>Cho: 104g Lip: 31g</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> • Torta salgada com frango e legumes (cenoura/tomate) • Suco de soja <p><i>Kcal: 727 Ptn: 30g</i> <i>Cho: 112g Lip: 17g</i></p>

Obs: 1- Oferecer salada todos os dias, e organizar conforme disponibilidade de entrega. 2- Colocar no prato de todas as crianças a salada. 3- O bolo também poderá ser de banana ou laranja.

ANEXO 2 - CMEI II



CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEI

CARDÁPIO SEMANAL

CRIANÇAS DE 1,5 a 3,5 ANOS



REFEIÇÃO	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Café da manhã 08:00 h	Chá mate, camomila ou erva - doce Pão caseiro integral com doce (de frutas) Bolacha caseira	Café com leite e açúcar mascavo Pão de leite com margarina Cuca caseira	Leite achocolatado Pão caseiro integral com doce (mel) Biscoito doce/Salgado	Café com leite e açúcar mascavo Pão de leite com margarina Cuca caseira	Leite achocolatado Pão caseiro integral com doce (de frutas) Bolacha caseira
Lanche 09:30 h	Banana/laranja	Maçã / mamão	Banana/laranja	Maçã / mamão	Banana/laranja
Almoço 11:30 h	Arroz Feijão branco com caldo Molho de carne moída Polenta Refogado / salada cozida: Abobrinha e beterraba e brócolis Salada: rúcula, tomate e repolho	Arroz Feijão preto com caldo Frango desfiado e picado/porco Canjiquinha Mandioca, chuchu e cenoura Salada: alface e tomate	Arroz Feijão branco com caldo Molho de carne moída Macarrão Refogado / salada cozida: Cabotiá, abobrinha e beterraba Salada: rúcula, tomate e repolho	Arroz Lentilha/Feijão preto Carne picado/peixe Farofa de ovos Refogado / salada cozida: Batata doce, cenoura e chuchu Salada: almeirão e tomate	Arroz Feijão branco com caldo Frango assado Maionese Refogado / salada cozida: abobrinha, beterraba e brócolis Salada: rúcula, tomate e repolho
1ª Semana	Bebida láctea com Cuca	Vitamina de frutas com Bolo de chocolate e açúcar mascavo	Melancia/Biscoito integral	Bebida láctea com Bolacha caseira	Suco de laranja com sanduíche natural (carne moída)
2ª Semana	Bebida láctea com Bolacha caseira	Suco de abacaxi com pão de queijo	Sagu com leite/canjeica/pudim de chocolate/ arroz doce/torta de bolacha/salada de fruta	Bebida láctea com Cuca	Leite achocolatado com salgada/Quibe assado
3ª Semana	Bebida láctea com bolachão	Leite achocolatado com Bolo de cenoura/laranja /fubá com aveia	Melancia/Biscoito integral	Bebida láctea te com Biscoito Rosquinha	Suco de laranja com sanduíche natural (frango)
4ª Semana	Bebida láctea com Biscoito doce/salgado	Suco de abacaxi com pão de queijo	Sagu com leite/canjeica/pudim de chocolate/ arroz doce/torta de bolacha/salada de fruta	Bebida láctea com Bolachão de mel	Vitamina de frutas com Torta salgada/Quibe assado
1ª e 3ª Semana	Macarrão com frango Salada: Almeirão	Arroz carreteiro Salada: Repolho	Risoto Salada: Alface	Sopa de feijão com macarrão e legumes	Farofa de ovos, arroz, cenoura, couve
2ª e 4ª Semana	Sopa de Legumes com frango	Farofa de ovos, arroz, cenoura, couve	Risoto Salada: Alface	Canjiquinha com frango	Arroz carreteiro Salada: Alface

Obs. As frutas e verduras poderão sofrer variação, de acordo com a época, porém devendo ser ofertada, necessariamente, 02 tipos de salada crua e 01 tipo cozida (pele menos).