



Prefeitura de
TRÊS RIOS
De mãos dadas com você!



Boas Práticas de Alimentação Escolar

MERENDA ESCOLAR MUNICÍPIO DE TRÊS RIOS

REPRESENTANTES

Hélida Siqueira – Secretária Municipal de Educação

Valéria Werneck Ferreira - Coordenadora de Alimentação Escolar

Carolina Faria Machado / Helena Márcia Machado/ Roberta Carvalho – Nutricionistas



Diagnóstico

1. A merenda escolar de Três Rios seguia as regras determinadas pelo PNAE:
 - Utilização de 30% da agricultura familiar;
 - Poucos gêneros processados;
 - Embutidos dentro do percentual permitido;
 - Hortaliças e frutas diariamente;
2. *Per capita* global.
3. Não possuía o cálculo nutricional dos cardápios.
4. Não possuía programa de educação nutricional nas escolas.
5. Horta nas escolas (lei municipal).
6. Projeto desperdício zero.

HORTAS ESCOLARES



Manutenção do Projeto DESPERDÍCIO ZERO devido aos seus bons resultados.

Quem financia a merenda escolar?



Você e sua família pagam impostos para o governo.



Todo dinheiro arrecadado é reunido e irá para os cofres públicos.



Parte desse dinheiro é destinado para a compra da merenda escolar.



As cozinheiras preparam diariamente os alimentos que foram comprados.



O aluno através de uma alimentação balanceada é suprido de energia e nutrientes necessários ao seu desenvolvimento.

Alimentação escolar saudável = DESPERDÍCIO ZERO

Acompanhe a redução do desperdício da sua escola

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira



Meados de 2017

- Através da Plataforma CONVIVA foi possível elaborar o valor nutricional dos cardápios. Com este cálculo percebeu-se que era necessário fazer adequações no que estava sendo desempenhado na merenda do município para que se adequasse os cardápios às recomendações nutricionais do FNDE, tanto em termos de melhoria na oferta de nutrientes quanto na adequação das *per capita*s dos segmentos.
- Percebeu-se que adequando as *per capita*s seria possível diversificar mais os gêneros dos cardápios, melhorando nutricionalmente o que é servido aos alunos da Rede Municipal, adequando o cardápio ao que é preconizado pelo FNDE.



2018

- Para a elaboração do cardápio que está em vigor este ano nas Unidades Escolares da cidade de Três Rios, todos os problemas visualizados no ano de 2017 foram levados em consideração.
- A primeira mudança foi na per capita oferecida aos alunos. Todos os segmentos têm *per capitas* específicas.
- Após a estipulação da nova per capita, percebeu-se a possibilidade de acrescentar hortaliças diferentes no cardápio, dessa maneira, minerais, vitaminas e fibras, que estavam abaixo do recomendado anteriormente, foram adequadas.
- Com a alteração das *per capitas*, foi possível retirar totalmente a salsicha do cardápio e incluir a carne bovina picada (acém) e o lombo suíno, melhorando significativamente a composição nutricional.

2018

- No cardápio das creches, reduziu-se a quantidade de açúcar oferecida, a quantidade de biscoitos e aumentou o teor de fibras dos cardápios com o aumento da utilização de frutas e aveia;
- Implementação do projeto de educação nutricional nas unidades escolares do município.
- Verificação em loco nas plantações dos fornecedores da agricultura familiar.



Da horta até a mesa



EXEMPLO DE CARDÁPIOS ATUAIS



Arroz com
cenoura, feijão,
frango com batatas
e vagem refogada
com tomate.



Arroz, feijão, ovos
mexidos e beterraba
cozida.

EXEMPLO DE CARDÁPIOS ATUAIS



Sopa de legumes com carne picada.



Arroz com cenoura, feijão tropeiro e couve refogada.



Arroz, feijão, angu a baiana, couve refogada, alface e tomate.

EXEMPLO DE CARDÁPIOS ATUAIS



Arroz com cenoura,
feijão, abóbora
madura, carne
picadinha e salada
de tomate e alface.



Arroz, feijão, pirão
de frango com
cenoura.

COMPARAÇÃO NUTRICIONAL 2017/2018

- 2017: Jardim, 1º segmento, 2º segmento, Ensino médio e EJA

Composição Nutricional	Desjejum/Café da Manhã	Almoço	2017	FNDE
Energia (kcal)	49,0	122,1	171,1	270,0
Energia (kj)	205,5	510,5	716,0	--
Proteína (g)	0,7	3,9	4,5	8,4
Lipídios (g)	0,1	3,5	3,5	6,8
Colesterol (mg)	0,0	99,3	99,3	--
Carboidratos (g)	13,0	18,7	31,7	43,9
Fibra Alimentar (g)	1,0	1,7	2,7	5,0
Cálcio (mg)	4,0	31,1	35,1	160,0
Magnésio (mg)	13,0	12,1	25,1	26,0
Ferro (mg)	0,2	0,7	0,9	2,0
Sódio (mg)	0,0	154,1	154,1	--
Zinco (mg)	0,1	0,4	0,5	1,0
Retinol (mcg)	0,0	8,0	8,0	--
RE (mcg)	16,0	152,7	168,7	--
Vitamina C (mg)	10,8	1,7	12,5	5,0
Saturados (g)	0,0	0,9	0,9	--
Monoinsaturados (g)	0,0	1,2	1,2	--
Poliinsaturados (g)	0,0	0,9	0,9	--
Ácidos Graxos Trans (18:1t) (g)	0,0	0,0	0,0	--
Ácidos Graxos Trans (18:2t) (g)	0,0	0,0	0,0	--

COMPARAÇÃO NUTRICIONAL 2017/2018

- 2018 : Segmentos calculados separadamente, devido a *per capita* diferenciada.

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	JARDIM		1ª SEGMENTO		2º SEGMENTO		EJA	
	2018	FNDE	2018	FNDE	2018	FNDE	2018	FNDE
Energia (kcal)	270,76	270	348,88	300	427,78	435	461,68	450
Energia (kj)	1131,5	--	1458,4	--	1789,24	--	1931,1	--
Proteína (g)	14,7	8,4	19,12	9,4	31,9	13,6	33,56	14
Lipídios (g)	6,14	6,8	7,04	7,5	10,5	10,9	10,56	11,3
Colesterol (mg)	28,76	--	36,46	--	79,24	--	80,26	--
Carboidratos (g)	40,24	43,9	53,14	48,5	51,82	70,7	58,4	73,1
Fibra Alimentar (g)	4,74	5	6,4	5,4	7,46	6,1	8,76	6,3
Cálcio (mg)	62,68	160	75,58	210	90,54	260	98,14	200
Magnésio (mg)	52,6	26	68,3	37	68,66	63	78,82	71
Ferro (mg)	1,68	2	2,14	1,8	2,56	2,1	2,88	2,6
Sódio (mg)	484,3	--	487,62	--	495,72	--	481,62	--
Zinco (mg)	2,04	1	2,64	1,3	4,18	1,8	4,46	1,9
Retinol (mcg)	7,64	--	7,76	--	7,22	--	7,22	--
RE (mcg)	152,64	--	158,76	--	190,68	--	190,8	--
Vitamina C (mg)	28,12	5	47,28	7	49,96	12	50,5	17
Saturados (g)	1,76	--	2,1	--	3,46	--	3,5	--
Monoinsaturados (g)	1,76	--	2,02	--	3,22	--	3,24	--
Poliinsaturados (g)	2,1	--	2,32	--	2,96	--	2,9	--
Ácidos Graxos Trans (18:1t) (g)	0	--	0	--	0	--	0	--
Ácidos Graxos Trans (18:2t) (g)	0,04	--	0,04	--	0,1	--	0,1	--

COMPARAÇÃO 2017/2018

Hortifrutis utilizados em 2017	Hortifrutis utilizados atualmente
Abóbora madura/ abobrinha verde	Abóbora madura/ abobrinha verde
Alface/banana prata/ batata doce	Agrião/ aipim/ alface/ banana prata
Batata inglesa/ beterraba/ cenoura	Batata doce/ batata inglesa
Couve manteiga/ chuchu/ inhame	Beterraba/ brócolis/ cenoura
Laranja lima/ maçã/ melancia	Couve flor/ chuchu/ espinafre/ Inhame/ laranja lima/ maçã/ mamão/ Melancia/ pepino/ tangerina/ tomate
Tangerina/ tomate/ alho/ cebola	Vagem/ alho/ cebola

COMPARAÇÃO 2017/2018

Proteínas utilizadas em 2017	Proteínas utilizadas atualmente
Carne moída (pá)	Carne moída (pá)
Filé de peito de frango	Carne bovina picada (acém)
Fígado bovino	Filé de peito de frango
Músculo	Lombo suíno
Salsicha	Moela
Ovo	Músculo
	Ovo

PROJETO DE EDUCAÇÃO NUTRICIONAL Implementado pela Nutricionista Helena Márcia



EQUIPE DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

- 1 Coordenadora
- 1 Nutricionista Responsável Técnica
- 1 Nutricionista Quadro técnico
- 1 Professora/Nutricionista para projetos de Educação Alimentar
- 2 Auxiliares administrativos



Infraestrutura disponibilizada pela atual gestão ao CAE

*1 Veículo exclusivo com motorista a disposição para visitas as UEs e demandas do conselho;

*1 Sala na nova sede da SME com toda infraestrutura para atendimentos arquivos e reuniões;

*Recurso solicitado pelo CAE e já acrescentado na LDO para suas demandas.

Visitas do CAE e da Coordenação de Merenda a Agricultura familiar



Agricultura familiar e o PNAE em Três Rios

- No ano de 2017 e no ano de 2018 a cidade de Três Rios conseguiu adquirir os 30% mínimos exigido pelo PNAE para a compra da Agricultura Familiar, chegando a ultrapassar um pouco este percentual.
- A meta para 2019 é atingir pelo menos 40% do repasse pelo PNAE para esta compra.
- Parceria com o SEBRAE para fomentar a Agricultura Familiar no município.
- Essa parceria trouxe para junto da Secretaria de Educação as seguintes instituições: EMATER, UFRRJ e Secretaria Municipal de Meio Ambiente.
- Reuniões para fazermos um diagnóstico dos problemas e dificuldades na compra da Agricultura Familiar.
- Reunião com os produtores do município e das cidades vizinhas que fazem divisa com o município.

Agricultura familiar e o PNAE em Três Rios

- Identificação dos principais problemas relatados pelos produtores: falta de conhecimento sobre a relação do PNAE com a Agricultura Familiar; dificuldade de cumprir a forma de entrega dos gêneros nas escolas do município; dificuldade de acesso ao Edital da Chamada Pública.
- Após a identificação dos problemas, uma nova reunião foi marcada para que pudéssemos esclarecer sobre o PNAE e para informar aos produtores que estávamos planejando uma nova forma de Chamada Pública para facilitar a entrega dos gêneros nas escolas.
- As entregas eram feitas diretamente em todas as escolas e o produtor não tinha como escolher a escola que poderia entregar. Para adequar às necessidades dos produtores, dividimos as escolas em lotes, ou seja, os produtores poderiam escolher o lote de escolas mais próximas à sua área de produção, facilitando as entregas.

Agricultura familiar e o PNAE em Três Rios

- Para facilitar o acesso ao Edital da Chamada Pública, além de publicarmos no site da Prefeitura e em jornal de grande circulação, acertamos uma parceria com a EMATER e com a Secretaria de Meio Ambiente. O edital foi enviado para ambos os órgãos e eles distribuíram para os produtores, já que possuem uma relação mais estreita com os produtores.
- Então neste ano de 2018 essa nova forma de Chamada Pública foi colocada em prática.
- Observamos o seguinte:
 - 1- maior número de participantes na Chamada Pública;
 - 2- dificuldade no preenchimento do projeto de venda, o que eliminou alguns produtores;
 - 3- ótimo fornecimento dos gêneros pelos novos produtores;
 - 4- maior confiança e proximidade dos produtores com o Departamento de Alimentação Escolar.

“Não coma menos. Coma melhor.”

Obrigada!

Hélida Siqueira
Secretária de Educação de Três Rios

Carolina Faria Machado
Nutricionista Responsável Técnica

e-mail - educacao@tresrios.rj.gov.br



educacaotresrios (SME - de Mãos Dadas)