

*Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

**PLANO ANUAL DE TRABALHO:  
NUTRICIONISTA DO PNAE  
Escolas Municipais de Igaratinga**

Nutricionista: Tiago Teixeira

CRN: 6424

Igaratinga-MG

2023

# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

## **Projeto:**

### **Educação Nutricional Aplicada a Alunos de Escolas Municipais de Igaratinga**

#### **Introdução:**

Uma das vertentes mais importantes da nutrição infantil visando à saúde, o desenvolvimento e a educação alimentar de nossas crianças é a Alimentação Escolar.

O programa de alimentação escolar deve atender as necessidades nutricionais da criança de acordo com sua faixa etária, atividades desenvolvidas e o número de horas que permanecerá na escola. A Alimentação Escolar requer consciência e responsabilidade. Para atender os requisitos básicos do setor, deve-se fornecer uma alimentação adequada sob o ponto de vista nutricional, higiênico sanitário.

Pela falta de educação nutricional a criança deixa de ingerir alimentos importantes para sua saúde e crescimento não tendo consciência da gravidade desta ação, preferindo comer alimentos doces que além de ser de valor nutricional questionável, ainda são grandes causadores de patologias, como a obesidade infantil. A educação nutricional tem grande importância no esclarecimento tanto da população quanto da criança em suas escolhas alimentares.

#### **Objetivo:**

Proporcionar uma alimentação saudável para melhorar o desenvolvimento dos alunos, para tornar as escolas mais efetiva, já que as crianças ficarão mais capazes de aprender, atingindo assim o objetivo da educação nutricional.

#### **Objetivo Geral:**

Assegurar que as crianças são saudáveis e capazes de aprender é um componente essencial de um sistema de educação eficaz. A saúde nutricional aumenta a frequência escolar e reduz ausências no processo de aprendizagem.

Observando-se o caráter nutricional da alimentação escolar deve-se aumentar o fato de que os cardápios devem ser balanceados e calculados dentro das recomendações diárias preconizadas pela OMS (Organização Mundial de Saúde). Estes cardápios devem atender a 15% das recomendações diárias para crianças com permanência de até 4 horas na escola. A escola é muito importante na idade de 5 a 12 anos, pois é por meio dela que as crianças passam a ter uma orientação em caráter educacional.

Vários estudos têm documentado o efeito negativo da má alimentação no desenvolvimento intelectual das crianças, identificaram que a criança tende a ser mais inativa, letárgica e irritável. Alguns sintomas mais comuns são a fadiga, anorexia, evolução cognitiva (aprendizado), anormalidade de crescimento, distúrbios epiteliais, redução da acidez gástrica, palidez cutânea, as unhas tornam-se finas e chatas.

O projeto Educação nutricional aplicado a alunos das escolas municipais de Igaratinga/MG, tem por finalidade promover a capacitação dos educadores e profissionais responsáveis pelo preparo da alimentação escolar e incentivar métodos educativos e ações importantes visando a boa nutrição infantil.

# Prefeitura Municipal de Igaratinga

Estado de Minas Gerais

CNPJ: 18.313.825/0001-21

## Desenvolvimento:

- Cardápio Mensal;
- Per capta;
- Manual de Boas Práticas e Higienização;
- Educação Nutricional (merendeiras);
- Avaliação Nutricional dos Alunos;
- Programa de Hortas Escolares;
- Visita do conselho.

## Procedimentos Metodológicos:

Será feito uma entrevista com merendeiras para a coleta de dados que servirão de confronto com as informações teóricas, proporcionando uma análise mais eficaz do problema e alternativa de solução.

## Cronograma de atividades:

Atividade	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Cardápio (Mensal)		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Teste de aceitabilidade		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Per Capta		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Visita Técnica		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Manual de Boas Práticas		X					X					
Educação Nutricional (merendeiras)			X				X					
A avaliação Nutricional				X								
Programa Nutricional		X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	
Visita do Conselho		X		X		X		X		X		X
Programa Horta Escolar		X			X			X			X	

## Bibliografia:

KRAUSE, Alimentos Nutrição e Dietoterapia. 11ªed. São Paulo: Roca, 2002.

CUPPARI, Lílian. Guia de Nutrição: nutrição clínica no adulto. 2º ed. São Paulo: Manole, 2006.

FAUSTO, M.A. Planejamento de Dietas e da Alimentação. Rio de Janeiro: Revinter, 2003.

PINHEIRO, A.B.V. Tabela para avaliação de consumo Alimentar em medidas Caseiras. 4º ed. São Paulo: Atheneu, 2001.

FRANCO, G. Tabela de Composição Química dos Alimentos. 9º ed. São Paulo: Atheneu, 2003.

Marietto, F.P, Introdução a Alimentação Escolar, São Paulo: 05, Jul, 2006.

Disponível em <<http://www.nutricaoclinica.com.com.br/merendaescolar>>. Acesso em 29 jul.2006.

Merenda Escolar, Goiás: 15,Abril, 2006. Disponível em: <http://www.educacao.gov.br/merendaescolar> . Acesso em 29 jul. 2006.

*Prefeitura Municipal de Igaratinga*  
*Estado de Minas Gerais*  
*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

# Anexo

# Prefeitura Municipal de Igaratinga

Estado de Minas Gerais

CNPJ: 18.313.825/0001-21

## Cardápio

O Cardápio será elaborado semanalmente com base nos produtos disponíveis no estoque: entre eles arroz, feijão, macarrão, leite, óleo, fubá, farinha de milho e de mandioca, açúcar, ovos, carnes, (frango, bovina, e suína), verduras e legumes (tomate, batata cenoura, beterraba e outras), bolachas, pão, achocolatado em pó, suco da polpa da fruta.

A permanência média das crianças na escola é de 4 horas diárias onde será servida uma refeição garantida pelo PNAE. A mesma fonte segura e equilibrada de nutrientes que muitas vezes não recebem em casa, fornecendo pelo menos 20% das necessidades nutricionais do aluno, conforme a carga horária de permanência do mesmo na escola.

O cardápio poderá ser modificado no decorrer da semana e com posterior avaliação de aceitação da merenda pelos alunos de resto-ingesta e pelo teste de aceitabilidade.






## Teste de aceitabilidade

O teste é importante para a análise sensorial de alimentos, que se mede, analisa e interpreta reações das características de alimentos e materiais como são percebidas pelos órgãos da visão, olfato, paladar, tato e audição.

**Teste de Aceitação da Alimentação Escolar**

Nome: \_\_\_\_\_ Série: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

Marque a carinha que mais represente o que você achou do \_\_\_\_\_

				
Detestei 1	Não Gostei 2	Indiferente 3	Gostei 4	Adorei 5

Diga o que você **mais** gostou na preparação: \_\_\_\_\_

Diga o que você **menos** gostou na preparação: \_\_\_\_\_

## **Manual de Boas Práticas e Higiene**

### **Higienização das Mãos e Instalação Sanitárias**

#### **Finalidades:**

Manter a manutenção da lavagem e sanitização das mãos e adequada higiene das instalações sanitárias.

#### **Higiene Pessoal:**

##### **Uniformização:**

- Os Sapatos devem ser fechados, em boas condições de higiene e conservação. Devem ser utilizadas meias;
- Cabelos sempre devidamente presos e uso de toucas e luvas
- O uso de avental deve ser restrito às atividades onde há grande quantidade de água, não devendo ser utilizado próximo ao calor;
- Não utilizar panos ou sacos plásticos para proteção do uniforme;
- Nenhum pano utilizado no chão pode ser lavado dentro da cozinha;

##### **Estética:**

- Usar cabelos protegidos com touca;
- Fazer a barba diariamente e bigode aparado;
- Tomar banho diário;
- Unhas curtas, limpas, sem esmalte ou base;
- Não usar maquiagem;
- Usar desodorante suave;
- Não usar perfumes;
- Não usar adornos (colares, anéis, aliança, brincos, relógio, pulseira);

##### **Higiene e Comportamento Pessoal**

Os itens relacionados a seguir não são permitidos durante a manipulação de alimentos:

- Cantar, assobiar, tossir, cuspir, fumar, espirrar;
- Manusear dinheiro;
- Mascar goma, chupar balas, comer durante o serviço;
- Experimentar alimentos com as mãos;
- Assoar o nariz, colocar o dedo no nariz ou no ouvido;
- Mexer no cabelo ou pentear-se;
- Enxugar o suor com as mãos, panos ou qualquer peça da vestimenta;
- Trabalhar diretamente com alimentos quando apresentar problemas de saúde, por exemplo: ferimentos e/ou infecções na pele, ou se estiver resfriado ou com gastroenterite;
- Não utilizar utensílios que foram colocados na boca;

##### **Higiene das Mãos:**

# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

## **Quando se deve lavar as mãos?**

- Ao chegar no trabalho e antes de iniciar as tarefas;
- Ao iniciar um novo serviço ou trocar de atividade;
- Depois de usar panos ou materiais de limpeza;
- Após recolher o lixo ou outros resíduos;
- Após fumar ou assoar o nariz;
- Sempre que tocar em sacarias, caixas, garrafas, sapatos;
- Depois de tocar em alimentos estragados;
- Após manusear dinheiro;
- Quando houver interrupção no trabalho que estava sendo executado;

**Em caso de dúvida quanto à higiene sempre lave as mãos.**

## **Etapas para a higienização das mãos**

- Molhar as mãos e antebraços com água;
- Lavar com sabonete líquido ou neutro e ensaboá-los pelo menos 1 minuto;
- Enxaguar bem as mãos e antebraços;
- Secar as mãos com papel toalha;
- O antisséptico pode ser aplicado com as mãos úmidas;
- O Antisséptico permitido é o álcool 70%;

**Visitantes: Todas as pessoas que não fazem parte da equipe de funcionários da área da manipulação ou elaboração de alimentos são consideradas visitantes, podendo construir focos de contaminação durante o preparo de alimentos.**

- Os visitantes não devem tocar nos alimentos, equipamentos, utensílios ou qualquer outro material interno do estabelecimento;
- Não devem comer, fumar ou mascar goma (chiclete) durante a visita;
- Não devem entrar na área de manipulação de alimentos os visitantes que estiverem com ferimentos expostos, gripes ou qualquer outro quadro clínico que representa risco de contaminação.
- Proibida a entrada sem devida uniformização higiênica: gorros, protetores para cabelo, botas e luvas;
- Providenciar a listagem de condutas a serem seguidas pelos visitantes (quadro ou panfleto).
- Treinamento constante a cada 5 meses dos manipuladores quanto às técnicas utilizadas para a higienização das mãos.

## **Recebimento e Armazenamentos de Gêneros Alimentícios**

- O manipulador deve fazer uma breve seleção, de modo que os produtos que não apresentem qualidade apropriada (condição de uso) sejam descartados;
- As embalagens externas (como caixa de papelão, de madeira e sacos de papel) devem ser retiradas para evitar a entrada de pragas e não aumentar a contaminação ambiental;
- O manipulador deve armazenar rápido e corretamente os alimentos para conservar sua qualidade o maior tempo possível, evitando que estraguem;
- Armazenamento a seco no estoque;
- **Estoque:** os alimentos devem ser separados em grupos, não deve existir entulho, material tóxico ou material de limpeza, no estoque de alimentos.

# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

- **Embalagens:** devem ser fechadas adequadamente, com identificação visível (nome do produto e prazo de validade).
- No estoque não devem existir equipamentos que propiciem condições sensoriais do alimento.
- Os alimentos com o prazo de validade mais próximo ao vencimento devem ser guardados na frente para serem utilizados primeiro;
- Os alimentos industrializados (conservas e enlatados) devem ser mantidos afastados dos grãos e cereais para evitar infestação por insetos;
- Se algum dos alimentos armazenados estragar, retire e limpe bem o local para evitar contaminação dos outros alimentos;
- Não colocar os alimentos no chão. Devem estar apoiados sobre estrados ou prateleiras (os estrados devem estar a 25 cm do chão);
- Os pacotes já abertos devem ser amarrados e etiquetados com data da abertura do pacote e prazo a ser utilizado. Não abra outro antes de terminar o que estiver aberto;
- A área de estoque deve estar sempre limpa e sem luz do sol direta sobre os alimentos;
- Os alimentos perecíveis devem ser guardados na geladeira, no ato da entrega;
- Os pacotes, latas ou caixas devem ficar afastados da parede para evitar umidade e facilitar a ventilação;
- Não se devem armazenar vidros de “cabeça para baixo”, porque favorece o aparecimento de ferrugem nas tampas;
- Verificar a qualidade do produto no ato do recebimento; Em caso de alteração de qualquer gênero deverá ser comunicado o responsável pela aquisição.
- 
- **Observações importantes que devem ser tomadas no recebimento de alimentos.**

<b>Gêneros Alimentícios</b>	<b>Adequados para o consumo</b>	<b>Impróprios para o Consumo</b>
<b>Arroz</b>	Embalagem íntegra sem furos. Dentro do Prazo de Validade	Embalagem Violada, Fora do prazo de validade, Cor esbranquiçada ou cinza (mofos), Presença de insetos (bichos), Elementos estranhos
<b>Feijão</b>	Dentro do prazo de validade Embalagem em bom estado de conservação, sem furos.	Embalagem Violada, Fora do prazo de validade, Cor esbranquiçada ou cinza (mofos), Presença de insetos (bichos) e Elementos estranhos.
<b>Macarrão</b>	Dentro do prazo de validade Embalagem em bom estado de conservação, sem furos.	Embalagem Violada, Fora do prazo de validade, Cor esverdeada ou cinza, Presença de perfurações e Presença de Pó branco no pacote.
<b>Enlatado</b>	Lata em bom estado de conservação, Líquido transparente e Dentro do prazo de validade	Lata furada, estufada, enferrujada ou amassada e Fora do prazo de validade
<b>Açúcar</b>	Embalagem em bom estado de conservação, sem furos e Dentro do prazo de validade	Embalagem violada, Presença de manchas brancas ou esverdeadas (mofo), Fora do prazo de validade e Presença de insetos (bichos).
<b>Carnes Bovinas e Suínas</b>	Consistência firme, Odor suave, Cor vermelho vivo e Suco não deve apresentar excesso.	Cheiro Forte, com manchas, Ossos escurecidos e Quantidade excessiva de suco.
<b>Frango</b>	Cheiro característico, Umidade natural e Consistência firme	Manchas Cheiro alterado



# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

<b>Legumes</b>	Cheiro característico, sem perfurações e Superfície e sem rachaduras.	Amarelados, Cheiro desagradável, Superfície perfurada ou manchada e Áreas amolecidas (podres)
<b>Vegetais</b>	Cor característica e Folhas Íntegras	Cor amarelada e Grande quantidade de insetos Folhas rasgadas.
<b>Leite</b>	Cheiro e sabor ácido, Dentro do prazo de validade e Cor alterada	Embalagem em más condições fora do prazo de validade
<b>Bolacha</b>	Embalagem em bom estado de conservação, Dentro de prazo de Conservação e Prazo de validade	Embalagem furada ou rasgada fora do prazo de validade e se estiver muito quebrada.
<b>Extrato de Tomate</b>	Embalagem em bom estado de conservação e Prazo de validade	Embalagem estufada, amassada ou furada, fora do prazo de validade, presença de mofo
<b>Ovos</b>	Limpos Casca íntegra	Trincados e Sujos.
<b>Farinha de milho</b>	Solta seca na embalagem	Embalagem furada ou rasgada.
<b>Mandioca e Fubá</b>	Embalagem em bom estado de conservação prazo de validade	Presença de mofo, Fora do prazo de validade e Cheiro azedo
<b>Nescau</b>	Aparência Normal e Dentro do prazo de validade	Lata enferrujada, amassada, furada e Fora do prazo de validade
<b>Farinha de Trigo</b>	Embalagem em bom estado de conservação Solta e seca na embalagem Dentro do prazo de validade.	Embalagem furada ou rasgada Presença de mofo Fora do prazo de validade

## **Pré-Preparo e Preparo Adequado dos Alimentos**

Higiene de legumes, Verduras e Frutas: é realizada para reduzir a contaminação dos alimentos que serão consumidos crus.

- Retirar as partes estragadas;
- Despreze os alimentos que estiverem deteriorados (cheiro, sabor, cor e consistência alteradas);
- Despreze alimentos que tenham caído no chão e não possam ser lavados;
- Verduras: lavar folha a folha, os legumes e frutas devem ser lavados um a um em água corrente;
- Desinfetar em solução clorada por 15 minutos;
- Não deixá-los de molho depois de cortados ou descascados;
- Enxaguar em água corrente;
- Colocar em utensílio limpo e coberto;
- Não é permitido o uso de buchas, sabão ou detergente para higienização de frutas, verduras, legumes e ovos;
- Comece o pré-preparo de alimentos o mínimo possível antes de preparar o prato;

## **Manipulação de Alimentos**

- Não prove a comida com a mão e nem com a colher que estiver usando na preparação;
- Para degustação da comida utilize um prato e talher limpo;
- Não Misturar alimentos já preparados com as mãos (salada, maionese, macarrão, arroz, feijão);
- Guarde os alimentos em vasilhames limpos e secos;
- Evite o contato de alimentos cozidos com alimentos crus;

# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

- Não misture leite velho com novo, utilize o leite velho primeiro depois o fresco;
- Utilize sempre água filtrada ou fervida pra beber, para preparar sucos e na cocção de alimentos;
- Após abertura de Latas ou embalagens o alimento deve ser acondicionado em recipientes adequados, de plásticos previamente lavados e desinfetados, devendo ser colocada um identificação do produto e prazo de validade; Deve ser verificada a necessidade de refrigeração, conforme a recomendação do fabricante; Mantenha a necessidade de refrigeração, conforme; Mantenha a na geladeira por no máximo 2 a 3 dias;
- **Catação e Escolha:** é realizada para grãos (arroz, feijão, etc.), ajudam a evitar perigos físicos como pedras, insetos e outros; é
- **Moagem:** o equipamento de moer deve estar muito bem higienizado para evitar a contaminação dos alimentos, principalmente se o mesmo for usado para moer produtos diferentes ou crus e cozidos (ex: carne crua e batata cozida);
- **Todos os alimentos pré-preparados que necessitam de refrigeração, devem ser mantidos em geladeira até a etapa de preparo.**

## **Resfriamento**

Alguns alimentos, após o cozimento, são resfriados para serem:

- Consumidos frios, como as saladas de legumes e sobremesas;
- Fatiados, recheados ou montados como tortas;
- Consumidos no dia seguinte;

Dicas para acelerar o processo de penetração do frio:

- Fatiamento ou redução de tamanho (peças de carne);
- Distribuição em pequenos volumes; (guardar a quantidade certa de carne que será usada no dia seguinte);

**Cuidado! O resfriamento deve ser rápido, para não dar tempo dos microrganismos se multiplicarem.**

Para evitar que os microrganismos se multipliquem deve-se obedecer as seguintes regras:

## **Armazenamento sob refrigeração**

- Geladeiras e freezer devem ser mantidos limpos e desinfetados;
- O acúmulo de gelo nas serpentinas não deve exceder 1 cm o equipamento deverá ser descongelado;
- As temperaturas da geladeira e freezers devem ser verificadas diariamente;
- As portas das geladeiras ou freezers devem ser mantidas fechadas; sendo abertas o mínimo possível;
- Não colocar alimentos para resfriar em geladeira ou freezer;
- Manter refrigerado legumes e verduras cozidas;
- Deixe sair o vapor em temperatura ambiente por cerca de 30 minutos;
- Antes de serem grudados, todos os alimentos prontos para o consumo ou pré-preparados devem ser cobertos com plásticos transparente;

# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

- As embalagens de leite podem ser armazenadas em geladeiras porque seu acabamento é liso, impermeável e lavável;
- Não se devem armazenar caixas de papelão e geladeiras ou freezers, por serem porosos isolantes térmicos e promoverem contaminação externa;
- No caso de frutas, verduras e legumes, fazer a pré-lavagem retirando todos os resíduos visíveis e as folhas ou partes estragadas. As partes selecionadas próprias para o consumo devem ser armazenadas em vasilhames de plástico, deve-se escorrer água e estar devidamente limpos para serem armazenados;
- Caso não seja possível a pré-lavagem das frutas, verduras e legumes colocar as alimentos em sacos plásticos incolores e transparentes para evitar que a sujeira se espalhe no ambiente e mantê-lo fechados sob refrigeração;
- No armazenamento sob ar frio (nas geladeiras ou freezers onde se armazenam diferentes tipos de alimentos) seguir o seguinte
  - Prateleiras superiores:** alimentos prontos para o consumo;
  - Prateleiras do meio:** os semi-prontos e os pré-preparados;
  - Prateleiras inferiores:** alimentos crus (carnes, verduras, não higienizadas) separados entre si e de outros produtos;

**Qualquer irregularidade com produtos deve ser informada ao responsável pela sua inutilização.**

## **Armazenamento de Produtos Químicos**

- Etiquetar corretamente misturas de produtos de limpeza, sanitizantes e pesticidas.
- Armazenar longe da área de estoque de alimentos.
- Inspeccionar áreas de armazenamento químico diariamente.

## **Controle de Pragas**

Moscas, baratas, formigas, ratos, pássaros, gatos e outros animais podem representar grande risco de contaminação, portanto não é permitida a presença de animais e pragas nas áreas de preparo, manipulação e armazenamento de alimentos.

## **Cuidado com lixo:**

- É importante removê-lo diariamente, ou tantas vezes forem necessárias durante o dia;
- Mantenha-o sempre limpos e secos para evitar insetos;
- Ele deve estar sempre ensacado e em recipientes apropriados com tampa e pedal;
- Quando removido dos ambientes, o lixo deve ser em local fechado e frequentemente limpo, até a coleta pública ou outro fim a que se destine;

## **Condições de limpeza**

**Finalidades:** Manter as condições de limpeza e higiene nas superfícies que entram em contato com os alimentos, inclusive utensílios, luvas equipamentos e artigos exteriores do vestuário.

**Higiene de Ambientes:** A higiene de ambientes (pisos, paredes, portas, ralos, janelas, banheiros) deve ser feita da seguinte forma:

1. Remover a sujeira com o uso da vassoura;

# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

2. Lavar com detergente;
3. Enxaguar;
4. Retirar o excesso com o auxílio de rodo;
5. Desinfetar com solução clorada para ambientes;

## **Diariamente:**

1. Retirar a sujeira com o uso da vassoura;
2. Passar pano úmido com solução clorada;

**OBS:** Higienizar Tanques, ralos, vassouras, panos, rodos, entre outros;

Separar os materiais para lavar o chão dos que são usados para lavar pias.

## **Higiene de utensílios**

Higiene de pratos, talheres, panelas, tabuleiros, etc.

1. Retirar o excesso; (vai para o lixo).
2. Lavar com detergente ou sabão; (neutro).
3. Enxaguar (em água corrente)
4. Desinfetar com solução clorada para utensílios e equipamentos;
5. Secar em seguida;
6. Guardar em local limpo e protegido;

## **Higiene de Equipamentos**

Higiene de Liquidificador, batedeira, (moedor de carne), freezer, geladeiras, fogão e forno.

1. Retirar da tomada e desmontar;
2. Lavar com detergente ou sabão neutro;
3. Enxaguar em água corrente;
4. Secar com pano limpo;
5. Remontar;
6. Guardar em local limpo e fechado;

1. **Freezer e geladeiras:** Lavar a geladeira uma vez por semana; Freezer lavar quinzenalmente ou quando houver necessidade; Utilize água morna, detergente ou sabão neutro, use panos limpos; Sempre que derramar algum alimento na geladeira ou freezer limpe imediatamente; Desligá-los sempre antes da limpeza;

2. **Fogão e Forno:** Retire as trepes e chapas do fogão e lave-as separadamente, com água e sabão;  
Limpe com pano úmido e sabão;  
Seque o fogão, recoloque as trepes e chapas e tampe;  
Retire as grelhas do forno lave com água e sabão; não jogue água dentro do forno;  
Limpe a parte interna do forno com pano úmido, logo em seguida seque o forno com pano seco e limpo;

3. **Bancadas, mesas e cadeiras:** Mantenha sempre limpas e secas durante o período de trabalho;  
Limpe diariamente com pano úmido e sabão;

# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

Sempre passe um pano umedecido em álcool e espere secar; não use o mesmo pano para limpar mesas, cadeiras, deve-se ter um pano pra cada;

As bancadas devem ser lavadas diariamente com água e sabão ou quantas vezes forem necessárias;

4. **Prateleiras:** Limpar semanalmente; retirar a sujeira; passar pano úmido com solução clorada; Secar naturalmente;

## **Estrutura e Edificação**

**Localização:** Área livre de focos de insalubridade, ausência de lixo, objetos em desuso, animais, insetos, roedores. Acesso direto e independente, não comum a outros usos (habilitação). As áreas circundantes não devem oferecer condições de proliferação de insetos e roedores.

**Piso:** Materiais lisos, resistentes, impermeáveis, laváveis, de cores claras, em bom estado de conservação, antiderrapante, resistente ao ataque de substâncias corrosivas e que seja de fácil higienização (lavagem e desinfecção) não permitindo o acúmulo de alimentos ou sujidades. Deve ter inclinação suficiente em direção aos ralos, não permitindo que a água fique estagnada. Em áreas que permitam existências, os ralos devem ser sifonados.

**Paredes:** Acabamento liso, resistente, impermeável, lavável, de cores claras, isenta de fungos e bolores e em bom estado de conservação. Se for azulejado deve respeitar a altura mínima de 2 metros. Deve ter ângulos arredondados no contato com piso e teto.

**Forros e tetos:** acabamentos lisos, impermeáveis, laváveis, de cores claras e em bom estado de conservação. Deve ser isento de goteiras, vazamentos, umidade, trincas, rachaduras, bolor e descascamentos. Se houver necessidade de aberturas para ventilação, esta deve possuir tela com espaçamento de 2 mm e removíveis para a limpeza;

**Portas e Janelas:** As portas devem ter superfície lisa, de cores claras de fácil limpeza, ajustada aos batentes, de material não absorvente, com fechamento automático (mola ou similar) e protetor no rodapé.

**Iluminação:** O ambiente deve ter iluminação uniforme, sem ofuscamento, sem contrastes excessivos, sombras e cantos escuros. As lâmpadas devem ser limpas e em bom estado de conservação.

**Lixo:** Deve estar disposto adequadamente em recipientes com tampas, construídos de material de fácil higiene. O lixo fora da cozinha deve ficar em local fechado, isento de moscas, roedores e outros animais. O lixo não deve sair da cozinha pelo mesmo local onde entram as matérias primas. Na impossibilidade de áreas distintas, determinar horários diferenciados. O lixo deve estar devidamente acondicionado, de modo que não apresentar riscos de contaminação.

**Ventilação:** Deve garantir o conforto térmico, a renovação do ar e que ambiente fique livre de fungos, gases, gordura e condensação de vapores. Não devem ser utilizados ventiladores nem aparelhos de ar condicionado nas áreas de manipulação.

# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

**Esgotamento Sanitário:** Ligado à rede de esgoto, ou quando necessário tratado adequadamente para ser eliminado. Não deverá existir dentro das áreas de preparo de alimentos, caixa de gordura ou de esgoto.

**Obs.:** Quando a caixa de gordura estiver dentro da cozinha deverá ser lavada em períodos fora da produção de alimentos.

# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

## **VISITA TÉCNICA**

### **RELATÓRIO DE VISITA - NUTRIÇÃO**

Unidade escolar: \_\_\_\_\_ Turno: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

Assinatura do Diretor: \_\_\_\_\_

Serventes escolares: \_\_\_\_\_

Touca: ( ) S ( ) N

Sapato fechado: ( ) S ( ) N

Esmaltes: ( ) S ( ) N

Adornos: ( ) S ( ) N

Unhas aparadas: ( ) S ( ) N

### **DESPENSA:**

Limpa: ( ) S ( ) N

Organizada: ( ) S ( ) N

Informações de validade atualizada: ( ) S ( ) N

### **COZINHA:**

Limpa: ( ) S ( ) N

### **GELADEIRAS / FREEZER / FOGÃO:**

Higienização: ( ) S ( ) N

Organizada: ( ) S ( ) N

Excesso de gelo: ( ) S ( ) N

### **MERENDA DO DIA:**

Preparação que consta no cardápio: \_\_\_\_\_

Preparação realizada: ( ) seguindo o cardápio ( ) alterada

Motivo da alteração: \_\_\_\_\_

### **ALUNOS:**

Alimentaram bem: ( ) S ( ) N

Desperdício de merenda: ( ) S ( ) N

Foi identificada a entrada de merendas não permitidas: ( ) S ( ) N

Quais: \_\_\_\_\_

Observações gerais: \_\_\_\_\_

# *Prefeitura Municipal de Igaratinga*

*Estado de Minas Gerais*

*CNPJ: 18.313.825/0001-21*

## **PROGRAMA NUTRICIONAL**

<b>Período - 01/02/2023 a 22/12/2023</b>			
<b>Escola Municipal</b>			
<b>MESES</b>	<b>TEMA</b>	<b>AÇÃO</b>	<b>DESCRIPTIVO DA AÇÃO</b>
<b>Fevereiro</b>	<b>Alimentos industrializados</b>	<b>Informativos e imagens</b>	<b>Malefícios dos industrializados, como evita lós, quais são.</b>
<b>Março</b>	<b>Beber água</b>	<b>Informativos e imagens</b>	<b>Tipos de água, sede oculta, como começar a ingerir mais água, como saber se está desidratado.</b>
<b>Abril</b>	<b>Consumir frutas e as cascas</b>	<b>Informativos e imagens</b>	<b>Como escolher as frutas, como começar a introduzir as frutas, benefícios da cascas para as frutas.</b>
<b>Maió</b>	<b>Consumir verduras cruas</b>	<b>Informativos e imagens</b>	<b>Tipos de verduras que podem ser consumidas cruas, como começar a introduzir as verduras, benefícios do consumo crú.</b>
<b>Junho</b>	<b>Açúcar</b>	<b>Informativos e imagens</b>	<b>Alimentos que contêm açúcar escondido, como evitar o açúcar, tipos de açúcar.</b>
<b>Agosto</b>	<b>Evitar frituras</b>	<b>Informativos e imagens</b>	<b>Malefícios das frituras, como evita lós, quais são as mais comuns.</b>
<b>Setembro</b>	<b>Pratos criativos</b>	<b>Informativos e imagens</b>	<b>Benefícios dos pratos criativos, como criar seu prato, benefícios de cria los juntos com os filhos.</b>
<b>Outubro</b>	<b>Picolé de frutas</b>	<b>Informativos e imagens</b>	<b>Benefícios dos pratos criativos, como criar seu picolé de fruta, benefícios de cria los juntos com os filhos.</b>
<b>Novembro</b>	<b>Salada de frutas</b>	<b>Informativos e imagens</b>	<b>Benefícios da salada de frutas, como criar seu picolé de fruta, benefícios de cria los juntos com os filhos.</b>
<b>Nutricionista Responsável: Tiago Teixeira</b>			



***Prefeitura Municipal de Igaratinga***

***Estado de Minas Gerais***

***CNPJ: 18.313.825/0001-21***

Igaratinga, 13 de Março de 2023.

Tiago Teixeira  
Nutricionista da alimentação escolar  
Prefeitura Municipal de Igaratinga

Delma Rodrigues Moreira de Almeida  
Secretário Municipal de Educação  
Prefeitura Municipal de Igaratinga

Lúcia dos Santos Teixeira Almeida  
Presidente do conselho de alimentação escolar (CAE)