

NOTA TÉCNICA Nº 010/2022
ORIENTAÇÃO SOBRE O PROGRAMA MAIS MERENDA

A partir de 1º de junho de 2022 será implantado o atendimento do Programa Mais Merenda em todos os estabelecimentos de ensino do estado do Paraná.

Todos os alunos terão direito a um lanche adicional na entrada e na saída do turno.

1. Do abastecimento de alimentos e cota especial.

Haverá envio adicional de alimentos nas remessas (leite, compostos lácteos, chá, açúcar, biscoitos e afins), bem como cota especial por meio do Fundo Rotativo, que tem por objetivo adquirir itens perecíveis, tais como pães e frutas.

O valor da primeira cota será maior (em dobro) visto que não será possível enviar todo o quantitativo necessário via entrega centralizada (remessa convencional). As parcelas serão mensais e serão enviadas mais 6 (seis) parcelas até o final do ano letivo, totalizando 7 (sete) parcelas.

2. Dos cardápios.

Sugere-se que sejam disponibilizados cardápios integrados por bebidas, panificados e/ou frutas, conforme demonstrado no quadro a seguir.

Os itens destacados são aqueles que precisarão ser adquiridos pela cota especial, visto não serem entregues nas remessas e/ou a agricultura familiar não supre suficientemente, como é o caso das frutas e panificados.

Quadro I – Cardápio Sugerido

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
Sugestão de cardápio	Pão com manteiga Chá mate	iogurte com fruta	Biscoito salgado e composto lácteo	Pão com manteiga e Café com leite	Biscoito doce e leite

Considerações sobre alguns alimentos do cardápio:

- O chá mate está inserido semanalmente nos cardápios, visto constituir hábito alimentar regional, que deve ser preservado. Outra opção é a utilização de chá com leite, hábito também comum em algumas regiões.

- O leite pode ser saborizado com canela, ou raspas de laranja, por exemplo, não precisando usar somente achocolatado.
- O suco e o iogurte fornecido pela agricultura familiar é para somente um servimento. Desta forma, caso o colégio deseje servir com maior frequência, deverá utilizar a cota especial para adquirir quantidades complementares;
- Sugere-se que no caso das aquisições de pães, frutas, leite, iogurte, suco e principalmente doces/geleias (que não está sendo fornecido pela agricultura familiar), deem a preferência à aquisição por meio das cooperativas/associações que atendem a escola, dada a importância do incentivo à agricultura familiar, e a possibilidade de inserir as entregas juntamente com o que está contratado pelo Fundepar.

2.1 Substituições

A seguir, apresenta-se as possíveis variações e sugestões que podem ser utilizadas como forma de alterar o cardápio proposto.

Quadro 2 - Lista de substituições.

Panificados	Os pães podem e devem ser variados ou podem ser substituídos por bolos simples ou pães doces. Também há possibilidade de preparo de tortas salgadas de legumes, bolo do pão de queijo (receitas em anexo).	<ul style="list-style-type: none"> • Pão francês • Pão de água • Pão bisnaguinha • Pão caseiro • Pão fatiado • Pão integral • Broa de centeio • Pão doce • Bolo simples, sem recheio e cobertura • Pão doce com farofa/chineque • Pão de queijo/ Bolo de pão de queijo • Bolo • Torta salgada.
Recheio dos pães	Existem várias opções de recheio que podem ser elaboradas para	<ul style="list-style-type: none"> • Manteiga • Patê de legumes/atum • Maionese de leite • Doce de frutas caseiro • Ovos mexidos

	<p>variar o que vai ser passado no pão.</p> <p>Patês, maionese de leite, doce de frutas (exemplo de receita anexa) poderão ser feitos na escola.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Requeijão • Queijo • Presunto
Frutas	<p>As frutas devem ser variadas, e servidas no mínimo 2 vezes por semana. Podem ser servidas inteiras (maçã, pera, banana, poncã), ou fatiadas (mamão, melão, melancia, abacaxi), ou picadas. Lembramos que várias frutas podem ser descascadas e picadas na noite anterior, de forma a agilizar o atendimento do lanche de entrada da manhã. Podem ainda ser polvilhados com aveia, canela, granola e afins.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Abacate • Abacaxi • Banana caturra/maçã/prata • Caqui chocolate/café • Goiaba • Jabuticaba • Kiwi • Laranja baiana/lima/pera • Limão • Maçã • Mamão • Manga • Maracujá • Melancia • Melão • Morango • Pera • Pêssego • Tangerina/Mexerica/Murcote/Bergamota/Poncã • Uva
Alimentos regionais	<p>Os cardápios poderão ser compostos por alimentos com hábito de consumo de acordo com a localidade.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Café • Canjica com leite (receita anexa) • Pinhão • Virado de feijão • Farofa de ovo • Milho cozido • Chá com leite

Fontes: Autoras

Ressaltamos que os produtos desta lista que não forem enviados poderão ser adquiridos diretamente pelas escolas, por meio de cota especial que será enviada pelo Fundo Rotativo.

3. Do respeito aos hábitos alimentares.

A tradição e hábito alimentar regional deve ser respeitada.

Sendo assim, os cardápios podem e devem integrar alimentos e/ou preparações regionais, tais como café, canjica com leite, pinhão, virado de feijão, farofa de ovo, milho verde cozido, chá com leite e afins.

4. Dos alimentos de uso limitado e proibidos.

A alimentação escolar é pautada no Guia Alimentar para a População Brasileira¹, que objetiva a promoção da alimentação saudável, orientando que deve ser priorizado o consumo de alimentos in natura e minimamente processados, limitado o consumo de processados e proibido o ultraprocessado.

Por esse motivo, um produto de uso comum como recheio de pães – a margarina, tem uso restrito. No caso do ensino regular de meio período é limitada a uma vez por mês, e ensino de tempo integral a uma vez por semana. Sendo assim a compra foi autorizada, mas a frequência máxima deve ser respeitada.

Já a “barrinha de cereal”, não poderá integrar os cardápios, visto constituir alimento explicitamente proibido na Resolução CD/FNDE nº 006/2020², que regulamenta as normativas do Programa de Alimentação Escolar. A proibição decorre do fato da barra de cereal ser categorizada como alimento ultraprocessado³, ou seja,

¹ BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

² Art. 22 É proibida a utilização de recursos no âmbito do PNAE para aquisição dos seguintes alimentos e bebidas ultraprocessados: refrigerantes e refrescos artificiais, bebidas ou concentrados à base de xarope de guaraná ou groselha, chás prontos para consumo e outras bebidas similares, cereais com aditivo ou adoçado, bala e similares, confeito, bombom, chocolate em barra e granulado, biscoito ou bolacha recheada, bolo com cobertura ou recheio, barra de cereal com aditivo ou adoçadas, gelados comestíveis, gelatina, temperos com glutamato monossódico ou sais sódicos, maionese e alimentos em pó ou para reconstituição

³ Os ingredientes principais dos alimentos ultraprocessados fazem com que, com frequência, eles sejam ricos em gorduras ou açúcares e, muitas vezes, simultaneamente ricos em gorduras e açúcares. É comum que apresentem alto teor de sódio, por conta da adição de grandes quantidades de sal, necessárias para estender a duração dos produtos e intensificar o sabor, ou mesmo para encobrir sabores indesejáveis oriundos de aditivos ou de substâncias geradas pelas técnicas envolvidas no ultraprocessamento. Para que tenham longa duração e não se tornem rançosos precocemente, os alimentos ultraprocessados são frequentemente fabricados com gorduras que resistem à oxidação, mas que tendem a obstruir as artérias que conduzem o sangue dentro do nosso corpo. Alimentos ultraprocessados tendem a ser muito pobres em fibras, que são essenciais para a prevenção de doenças do coração, diabetes e vários tipos de câncer.

rico em açúcar, sódio, gorduras saturadas, pobre em fibras, tendo vários aditivos químicos para sua conservação ou aparência (ex: corantes artificiais, açúcar invertido, glicose de milho, etc), com o agravante de ser visto como alimento saudável, que pode ser consumido com frequência, quando ao contrário, possui composição nutricional desbalanceada.

5. Do registro no Sistema Merenda

O registro dos cardápios servidos no Programa Mais Merenda deve ser realizado diariamente no Sistema Merenda, informando o número de servimentos. Este registro caracteriza a prestação de contas do Programa de forma eletrônica. A pessoa responsável pelo APE, deve orientar os (as) Manipuladores (as) de alimentos de sua escola, a registrar diariamente o cardápio servido, a quantidade de alimentos retirados para as preparações, quantidade de refeições e repetições servidas. Para auxiliar no controle de estoque e servimento, os estabelecimentos de ensino tem disponível o material gráfico “Diário da Merendeira”.

IMPORTANTE: COMO REGISTRAR NO SISTEMA MERENDA? Acesse o Sistema Merenda –Acompanhamento – Cadastrar Acompanhamento

APE	Celepar	Distribuicao Manual
Recebimento	▶	
Acompanhamento		Cadastrar Acompanhamento
Saída Estoque		Manut. Acompanhamento
Consultas	▶	Acompanhamento NRE
Relatórios	▶	Acompanhamento Geral
Pendências		Acompanhamento Geral

A ausência de fibras decorre da ausência ou da presença limitada de alimentos in natura ou minimamente processados nesses produtos. Essa mesma condição faz com que os alimentos ultraprocessados sejam pobres também em vitaminas, minerais e outras substâncias com atividade biológica que estão naturalmente presentes em alimentos in natura ou minimamente processados. O problema principal com alimentos ultraprocessados reformulados é o risco de serem vistos como produtos saudáveis, cujo consumo não precisaria mais ser limitado. A publicidade desses produtos explora suas alegadas vantagens diante dos produtos regulares (“menos calorias”, “adicionado de vitaminas e minerais”), aumentando as chances de que sejam vistos como saudáveis pelas pessoas. Assim, em resumo, a composição nutricional desbalanceada inerente à natureza dos ingredientes dos alimentos ultraprocessados favorece doenças do coração, diabetes e vários tipos de câncer, além de contribuir para aumentar o risco de deficiências nutricionais.

Selecione os dados para localizar sua escola

Cadastro de Acompanhamento de Cardápio na Escola

Dados do Estabelecimento

* Município: CURITIBA
 * Estabelecimento: PARANA, C E DO-EF M PROFIS
 * Diretor(a):
 * Merendeiro(a):

Dados dos Cardápios Servidos

Sem Servimento
 * Período: Manhã Tarde Noite
 * Motivo:

Carregar dados de um cardápio registrado

* Data:
 Observação:
 Cardápio: Bebida láctea iogurte de frutas e biscoito de polvilho
 Cardápio Escola:
 Produtos: BEBIDA LACTEA IOGURTE DE FRUTAS (solido), BISCOITO POLVELHO

* Tipo de Refeição: Seleccione
 * Programa: PROGRAMA MAIS MERENDA
 * Quantidade: 0 * Repetições: 0

* Produtos

SELECIONAR TODOS		Produto(s) a vencer		Produto(s) de validade vencida	
Produto	Marca	Validade	Embalagens	Quilos	SAÍDA
<input type="checkbox"/> 01 - Abóbora descascada e picada	-	04/06/2022	0 - (0Kg) 31 AF (1,000Kg)	31,000	- AF
<input type="checkbox"/> 01 - Acelga/couve chinesa	-	21/05/2022	0 - (0Kg) 36 AF (1,000kg)	36,000	- AF

**Tipo de Refeição
(lanche entrada
manhã, tarde ou noite)**

PROGRAMA MAIS MERENDA

Preencha os dados dos lanches servidos, selecione o tipo de refeição (lanche entrada manhã, tarde ou noite) e o Programa (Mais Merenda), depois indique no campo produtos, a quantidade que foi consumida para composição dos cardápios diários.

Toda vez que a escola indica a quantidade utilizada, o sistema calcula o estoque disponível.

Essa informação é importante para o planejamento do quantitativo que será distribuído para as escolas.

Manipuladores de alimentos devem registrar diariamente os dados relativos aos servimentos no Diário da Merendeira ou material correlato.

O Sistema Merenda – APE deve ser atualizado semanalmente.



INSTITUTO PARANAENSE DE
DESENVOLVIMENTO EDUCACIONAL
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO
COORDENAÇÃO DE PLANEJAMENTO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



O estoque físico na escola deve ser igual ao estoque virtual do Sistema Merenda.

Atenciosamente,

Fernanda Brzezinski da Cunha
Coordenadora de Planejamento da
Alimentação Escolar
RG 8.099.458-3

Andréa Bruginski
Nutricionista Responsável Técnica
CRN nº444/8

De acordo,

Angelo Marco Mortella
Gerente do Departamento de Nutrição e Alimentação
Portaria nº 182/2020

Ciente,

Eliane Teruel Carmona
Diretora Técnica
Decreto nº 278/2020

Anexo I - Dicas de receitas

A seguir é possível visualizar algumas sugestões de receitas que podem ser elaboradas para serem ofertadas no Programa Mais Merenda.

Doce de Banana		
Ingredientes:	Modo de Preparo:	
<p>1 xícara (chá) de açúcar (160g)</p> <p>7 bananas (700g)</p> <p>1 colher (sobremesa) rasa de canela em pó. (3g)</p> <p>1 colher de suco de limão.</p>	<p>1- Amasse as bananas maduras com um garfo e coloque em uma panela.</p> <p>2 - Em seguida, adicione o açúcar e mexa sem parar por 10 minutos.</p> <p>3 - Acrescente a canela em pó, os cravos e 1 colher de chá de suco de limão. Cozinhe em fogo baixo por cerca de 10 minutos.</p> <p>Tempo de preparo: 30 min</p> <p>Rendimento: 20 porções</p>	

Torta Salgada de legumes



Ingredientes:	Modo de Preparo:
<p>Massa:</p> <p>1 xícara de farinha de trigo (120g)</p> <p>1 xícara de amido de milho (150g)</p> <p>2 ovos grandes (110g)</p> <p>1 ½ xícara de leite</p> <p>½ xícara de óleo (90 g)</p> <p>1 colher (sopa) de fermento em pó (10g)</p> <p>1 pitada de sal</p> <p>Óleo para untar a forma</p> <p>Recheio:</p> <p>300g de seleta de legumes (Batata, cenoura e ervilha)</p> <p>1 unidade de cebola (70g)</p> <p>1 unidade de cenoura pequena (100g)</p>	<p>1- Em um recipiente junte todos os ingredientes do recheio e misture bem</p> <p>2 - No liquidificador, bata todos os ingredientes da massa</p> <p>3- Despeje metade da massa numa assadeira untada</p> <p>4 - Em seguida, espalhe o recheio e cubra com o restante da massa.</p> <p>5 - Coloque em forno pré-aquecido e asse por 30 min (aproximadamente) em forno médio, ou até dourar</p> <p>6 - Sirva</p> <hr/> <p>Tempo de preparo: 45 min</p> <p>Rendimento: 18 porções</p>

Receita Bolo de Pão de Queijo Simples



Ingredientes:	Modo de Preparo:
<p>3 xícaras de chá de polvilho doce (450g)</p> <p>1 xícara de chá de água</p> <p>3 ovos (165g)</p> <p>½ xícara de chá de óleo (90g)</p> <p>50g de queijo muçarela</p> <p>1 colher de chá de sal</p> <p>1 colher de sopa de fermento químico em pó para bolos (10g)</p>	<p>1- No liquidificador coloque os ovos, a água, o óleo, o queijo e 1 xícara (chá) de polvilho doce, se preferir você pode substituir a água por leite;</p> <p>2 - Bata por 2 minutos e em seguida adicione as outras 2 xícaras de polvilho doce;</p> <p>3 - Acrescente o sal e bata por mais 3 minutos;</p> <p>4 - Adicione o fermento em pó para bolos e bata por 10 segundos somente para misturar;</p> <p>5 - Transfira a mistura para uma forma untada com margarina e polvilhada com maisena;</p> <p>6 -Transfira a mistura para uma forma untada com margarina e polvilhada com maisena;</p> <p>7- Para finalizar retire do forno e sirva.</p>
<p>Tempo de preparo: 45min</p> <p>Rendimento: 10 porções.</p>	

<p>Receita Canjica Doce</p> 	
<p>Ingredientes:</p> <p>1 pacote de canjica de milho branca (pacote de 400 g)</p> <p>10 copos de água em temperatura ambiente (copo de 200 ml)</p> <p>2 xícaras de chá de açúcar (300g)</p> <p>350 ml de leite</p> <p>3 colheres de sopa de canela em pó (15g)</p>	<p>Modo de Preparo:</p> <p>1 - Deixe a canjica de molho por 4 horas em água.</p> <p>2 - Depois de deixar de molho, escorra e coloque na panela de pressão junto com os 10 copos de água, deixe no fogo alto;</p> <p>3 - Deixe cozinhar em fogo baixo por 40 minutos após pegar pressão;</p> <p>4 - Desligue o fogo e deixe a pressão sair;</p> <p>5 - Mantenha o milho na panela de pressão e adicione o leite que deve estar fervendo, o açúcar e a canela.</p> <p>Dica: Não precisa tirar a água do cozimento do milho;</p> <p>6 - Misture tudo e leve ao fogo baixo, sempre mexendo por cerca de 30 minutos;</p> <p>Dica: O ponto é quando o caldo estiver bem grosso e cremoso;</p>
<p>Tempo de preparo: 70 min</p> <p>Rendimento: 30 porções.</p>	

Anexo II - Alimentos permitidos para aquisição pela cota especial

Frutas:

- Abacate
- Abacaxi
- Banana caturra/maçã/prata
- Caqui chocolate/café
- Goiaba
- Jabuticaba
- Kiwi
- Laranja baiana/lima/pera
- Limão (destinado a refresco)
- Maçã
- Mamão
- Manga
- Maracujá (destinado a refresco)
- Melancia
- Melão
- Morango
- Pera
- Pêssego
- Tangerina mexerica/mimosa/murcote/bergamota/poncã
- Uva

Demais vegetais:

- Pinhão
- Milho verde

Panificados:

- Pão francês
- Pão de água
- Pão bisnaguinha
- Pão caseiro
- Pão fatiado
- Pão integral
- Broa de centeio
- Pão doce
- Bolo simples, sem recheio e cobertura
- Pão doce com farofa/chineque
- Pão de queijo

Suco:

- Polpas de frutas congeladas
- Sucos de frutas integral ou néctar (exceto pó e/ou artificial)

Farinhas

- Farinha de trigo branca
- Polvilho doce ou azedo
- Aveia (flocos ou farinha)

Lácteos

- Bebida láctea
- Iogurte
- Leite pasteurizado e UHT
- Leite em pó
- Manteiga
- Requeijão cremoso
- Queijo mussarela e prato

Outros

- Açúcar
- Apresuntado
- Atum
- Café
- Canela
- Canjica
- Cereal de milho em flocos
- Doce em pasta
- Fermento biológico
- Fermento químico
- Granola
- Margarina (conforme limitação prevista na Instrução Normativa nº 002/2021)
- Presunto