

**NOTA TÉCNICA Nº 003/2024**  
**PADRONIZAÇÃO DOS CARDÁPIOS**

O Programa de Alimentação Escolar possui uma série de requisitos nutricionais a serem cumpridos, além de diretrizes tais como igualdade, atendimento das necessidades alimentares especiais e respeito aos hábitos alimentares.

Considerando estes fundamentos, a partir deste ano estamos implantando a padronização dos cardápios, com vistas em assegurar o cumprimento nas normativas do MEC/FNDE<sup>i</sup>, bem como garantir a igualdade no atendimento dos alunos.

Os cardápios serão enviados a cada remessa de alimentos não perecíveis, que ocorre a cada 2 meses em média.

Entre as normativas podemos citar a oferta mínima de frutas, verduras e legumes, alimentos fonte de vitamina A aporte calórico e proteico, maior incidência de alimentos in natura e minimamente processados, entre outros.

Sendo assim, a padronização dos cardápios resulta na garantia da oferta dos índices nutricionais exigidos, bem como cardápios similares entre as escolas, alternando somente o tipo de item fornecido pela agricultura familiar.

Cabe esclarecer os motivos da frequência e tipos de alimentos que integram a nova estrutura dos cardápios:

**Pautas 1 e 5**

- ✓ Frutas de 2 a 3 x na semana;
- ✓ Legumes e verduras 5 x na semana (seja na forma de salada ou guarnição);
- ✓ Arroz diariamente;
- ✓ Feijão de 4 a 5x na semana;
- ✓ Macarrão sendo servido também como guarnição, juntamente com arroz e feijão, (destacando que neste caso a quantidade de macarrão será menor do que quando era prato único).
- ✓ Carnes 4 x na semana;
- ✓ Ovos 1 x na semana.

#### **Pautas 2 e 6**

- ✓ Frutas de 2 a 3 x na semana;
- ✓ Legumes e verduras 4 x na semana (seja na forma de salada ou guarnição);
- ✓ Arroz 4 x na semana;
- ✓ Feijão de 2 a 3x na semana;
- ✓ Lanche em 1 dia na semana, no intervalo.

#### **Pauta 3 - integral**

- ✓ Frutas 5 x na semana;
- ✓ Legumes e verduras 5 x na semana (seja na forma de salada ou guarnição);
- ✓ Arroz 4 a 5 x na semana;
- ✓ Feijão de 3 a 5 x na semana;
- ✓ Carnes 4 x na semana;
- ✓ Ovos 1 x na semana.

#### **Pauta 7 – parcial e integral**

- ✓ Para o ensino em tempo integral – idem pauta 3, integrada por 4 lanches e o almoço.
- ✓ Para o ensino de tempo parcial – repete o cardápio do almoço do integral no horário do intervalo, e idem requisitos das pautas 1 e 5.

#### **Pauta 8 - agrícolas**

- ✓ Para o ensino em tempo integral – idem pauta 3, integrada por 4 lanches e 3 refeições.
- ✓ Para o ensino de tempo parcial – idem requisitos das pautas 1 e 5

**Pauta 9 – indígenas e remanescentes quilombolas**

- ✓ Frutas 5 x na semana;
- ✓ Legumes e verduras 5 x na semana (seja na forma de salada ou guarnição);
- ✓ Arroz 4 a 5 x na semana;
- ✓ Macarrão sendo servido também como guarnição, juntamente com arroz e feijão, (destacando que neste caso a quantidade de macarrão será menor do que quando era prato único).
- ✓ Carnes 4 x na semana;
- ✓ Ovos 1 x na semana.
- ✓ Feijão de 3 a 4x na semana;

**Para alunos com necessidades alimentares especiais**

- ✓ As orientações e adaptações dos cardápios serão enviadas à medida que nos sejam enviados os laudos de cada aluno.
- ✓ Importante: para alunos com transtorno do espectro autista – TEA, que tenham seletividade alimentar, será enviado um questionário prévio para ser preenchido pelos pais e responsáveis, e posterior envio de orientações.

**1. Da oferta de frutas, hortaliças e legumes.**

O cumprimento da frequência de consumo de frutas, verduras e legumes proporciona saúde aos alunos pela oferta de fibras, vitaminas e minerais. Quanto a esses alimentos é importante estabelecer uma logística de preparo e gestão de estoque de forma que não falte hortaliças e frutas no dia da semana que foi determinado no cardápio. Mesmo que as frutas e hortaliças da agricultura familiar sejam entregues apenas segunda ou terça feira, é importante que a escola se organize para reservar algum legume na semana anterior, de preferência o que tem maior durabilidade, para servir segunda ou terça-feira da próxima semana, até que chegue a entrega da agricultura. Ressaltamos, ainda, que a Cota Especial do Mais Merenda permite e incentiva a aquisição de frutas, verduras e legumes com esse recurso.

## **2. Da oferta de arroz e feijão.**

O feijão e o arroz são os alimentos que compõem a base da alimentação brasileira e a combinação desses dois alimentos fornece uma proteína completa para o consumo. Isso porque juntos eles fornecem, de forma complementar, todos os aminoácidos essenciais. O aminoácido faltante na cadeia proteica de arroz é encontrado no feijão e o aminoácido faltante na cadeia proteica do feijão é encontrado no arroz. Por isso, foi estabelecido o servimento desses alimentos mais vezes na semana e será indispensável sua oferta nos dias determinados.

## **3. Das adaptações permitidas.**

Ao final de cada cardápio, consta a lista de substituição das preparações.

## **4. Dos itens/preparações que não constam no cardápio.**

Os itens que integraram as remessas anteriores e ainda tem saldo no estoque, devem ser utilizados nos cardápios propostos para a remessa vigente, por meio das substituições mencionadas ao final dos cardápios.

Caso a escola necessite servir mais preparações em determinados horários, pode fazê-lo, desde que a base do cardápio seja cumprida.

## **5. Das escolas em regime de dualidade administrativa.**

Mesmo nos colégios que possuem dualidade administrativa, orienta-se que o cardápio base do estado seja seguido. Caso haja necessidade de utilização de cardápio diferente do padrão, solicita-se que o cardápio proposto seja enviado por meio de protocolo eletrônico para este Departamento (Fundepar>DNA>CPA), para apreciação da equipe técnica do estado.

## **6. Do pudim Paraná.**

As merendeiras do Colégio Aníbal Khury Neto de Curitiba, criaram uma receita simples e prática de pudim, e após a aprovação dos alunos e a repercussão positiva, foi adotado o nome de Pudim Paraná, sendo esta receita escolhida para compor o cardápio de todas as escolas do estado. O link das publicações sobre o Pudim Paraná e a respectiva receita estão descritos no Anexo I.



Governo do Estado do Paraná  
Instituto Paranaense de Desenvolvimento Educacional  
Departamento de Nutrição e Alimentação



Considerando a importância da padronização dos cardápios na rede pública estadual de ensino, é muito importante que as escolas se organizem para cumpri-lo, bem como enviem aos NRES sugestões de melhorias.

Curitiba, 12 de março de 2024.

**Equipe Técnica de Nutricionistas**  
Coordenação Técnica da Alimentação Escolar

## ANEXO I

### PUDIM PARANÁ

[https://www.instagram.com/reel/C3iJJ\\_AM-rp/?igsh=MWpzbTdwaWo2eWNRQQ==](https://www.instagram.com/reel/C3iJJ_AM-rp/?igsh=MWpzbTdwaWo2eWNRQQ==)

<https://www.instagram.com/p/C3F2adeMyxE/?igsh=MWo1eWNvcjkxaDN2YQ==>

<https://www.instagram.com/governoparana/reel/C4I-3hFiTAe/>

#### Ingredientes pudim

- 10 colheres de sopa cheias de leite em pó
- 7 colheres de sopa de açúcar
- 4 ovos
- ½ litro de água

#### Ingredientes calda

- 10 colheres de sopa de açúcar
- 1 xícara e meia de água

#### Modo de preparo

- Misture todos os ingredientes do pudim no liquidificador por 5 minutos.
- Derreta o açúcar da calda na panela até virar caramelo e depois acrescente a água e deixe engrossar.
- Coloque o caramelo em um refratário e despeje a massa do pudim por cima.
- Asse em forno médio por 45 minutos em banho maria e depois espete com um garfo para ver se está bem assado.
- Deixe esfriar na geladeira, de preferência de um dia para o outro, e desenforme.
- Sirva gelado.

---

<sup>i</sup> Resolução CD/FNDE nº 006/2020.