

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
Departamento de Alimentação e Suprimentos da Educação

ORIENTAÇÕES PARA SERVIÇOS EM COZINHAS DE CRECHE



PREFEITURA DE
GUARULHOS

ORIENTAÇÕES PARA SERVIÇOS EM COZINHAS DE CRECHE

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
Departamento de Alimentação e Suprimentos
da Educação

ORIENTAÇÕES PARA SERVIÇOS EM COZINHAS DE CRECHE

Apresentação	5
Higienização de Copinhos e Mamadeiras	6
Higienização de Frutas e Legumes	6
Esquema Alimentar para Menores de 1 ano.....	7
Preparo de Fórmula Infantil de Seguimento.....	8
Preparo do Leite de Vaca - 1 a 3 anos.....	9
Preparo de Alimento com Soja (Leite de Soja) - 1 a 3 anos.....	9
Preparo de Composto Lácteo - 1 a 3 anos.....	9
Porcionamento de Frutas	10
Composição das Papas Salgadas	10
Grupo dos Alimentos	10
Preparo de Refeições	11
Substituições	11
Exemplos de Cardápios para Creches.....	12
Faixa Etária: 6 a 11 meses.....	12
Faixa Etária: 1 a 3 anos.....	13
Anexos.....	14
Diluição de Hipoclorito	14
 Procedimento Operacional Padronizado - POP	
Higienização de Copinhos e Mamadeiras	14
Higienização das Mãos.....	15
Referências Bibliográficas	17

APRESENTAÇÃO

O presente instrumento foi desenvolvido por nutricionistas e visa orientar os manipuladores de alimentos acerca da alimentação escolar direcionada às creches. É um manual que contém informações importantes e deve estar disponível para a consulta de toda a equipe escolar.

A infância, especialmente nos primeiros anos, é caracterizada por acelerado crescimento físico, cognitivo e neuromotor. Considerando isso e as vulnerabilidades dessa fase, os cuidados no preparo das refeições são imprescindíveis, tanto em questões higiênicó-sanitárias quanto em aspectos nutricionais e, devido a isso, o manual reúne informações a respeito que devem ser complementadas, sempre que necessário, com os Procedimentos Operacionais Padronizados (POPs), disponibilizados para a Rede.

Em consonância com o Programa Nacional de Alimentação Escolar¹, os cardápios das creches da Prefeitura de Guarulhos são elaborados por nutricionistas de acordo com as necessidades nutricionais diárias de cada ciclo de ensino e as preparações podem variar em quantidades e consistências. Casos específicos que necessitam de alimentação especial devem ser avaliados por nutricionistas da Rede.

A oferta de uma alimentação diversificada e equilibrada favorece a formação de bons hábitos alimentares, devendo ser um trabalho conjunto e contínuo da escola e família. A Educação Alimentar e Nutricional tem papel importante neste processo.

¹Lei nº 11.947/2009; Resolução nº26/2013 e Lei nº 12.982/2014.

Higienização de Copinhos e Mamadeiras

- Após o uso separe bicos, protetores, arruelas, copinhos e tampas.
- Lave com detergente neutro líquido com escova própria.
- Enxágue em água corrente.
- Coloque em solução de hipoclorito de sódio, diluído conforme orientação do fabricante.
- Atualmente: 1 pastilha de hipoclorito de sódio para 15 litros de água por 20 minutos.
- Obs.: Só enxágue, quando orientado pelo fabricante do produto.
- Na ausência de hipoclorito, ferver as mamadeiras, bicos, arruelas e copinhos por 5 minutos.

Higienização de Frutas e Verduras

- Os alimentos cujas cascas não são consumidas, tais como: laranja, mexerica, banana, abacaxi, melancia e melão, podem ser lavados somente em água corrente.
- As demais frutas como pera, maçã, caqui, uva, goiaba, lave em água corrente, em seguida coloque-as em solução de hipoclorito.
- Fazer a higienização de verduras folhosas com água corrente, separando folha a folha, até sair o excesso de sujidades, reservar e deixar de molho na solução de hipoclorito.
- Diluição do hipoclorito de sódio, pastilha:
1 pastilha para cada 15 litros de água. Deixar os alimentos imersos por 20 minutos. Escorrer bem.
- Para higienizar REPOLHO, é necessário cortá-lo antes de realizar a etapa de desinfecção.
- Não necessita de desinfecção, apenas lavagem com água potável:
 - Tubérculos, como cebola e alho;
 - Legumes e tubérculos duros, que sofrerão cocção em temperatura de 74°C, no interior do alimento.
 - Frutas que passarão pelo processo de cocção e as com cascas que não serão consumidas.
 - Verduras que passarão pelo processo de cocção.

Obs.: Só enxágue quando orientado pelo fabricante do produto.

- Na falta das pastilhas, estas poderão ser substituídas pela higienização por água sanitária própria para alimentos.

Esquema Alimentar para Menores de 1 Ano:

Crianças de 1 a 5 meses:

- Fórmula infantil n.º 1 de 3 em 3 horas
- Ofertar água filtrada nos intervalos

Crianças de 6 a 11 meses: (meio período)

Faixa etária	Tipo de Alimento e Frequência
6º e 7º mês	<ul style="list-style-type: none">• Fórmula Infantil de Seguimento n.º 2 (210 ml - 1 vez ao dia).• Papa salgada amassada (1 vez ao dia).• Papa de frutas amassadas ou raspadas (1 vez ao dia).
8º mês	<ul style="list-style-type: none">• Fórmula Infantil de Seguimento n.º 2 (210 ml - 1 vez ao dia).• Papa salgada com pedaços (1 vez ao dia).• Papa de frutas amassadas ou raspadas (1 vez ao dia).
9º ao 11º mês	<ul style="list-style-type: none">• Fórmula Infantil de Seguimento n.º 2 (210 ml - 1 vez ao dia).• Refeição salgada com pedaços (1 vez ao dia).• Papa de frutas amassadas ou raspadas (1 vez ao dia).• Introduzir gradativamente a refeição completa, com mais caldo e bem cozida.

Crianças de 6 a 11 meses: (período integral)

Faixa etária	Tipo de Alimento e Frequência
6° e 7° mês	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula Infantil de Seguimento n.º 2 (210 ml - 2 vezes ao dia). • Papa salgada amassada (2 vezes ao dia). • Papa de frutas amassadas ou raspadas (1 vez ao dia).
8° mês	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula Infantil de Seguimento n.º 2 (210 ml - 2 vezes ao dia). • Papa salgada com pedaços (2 vezes ao dia). • Papa de frutas amassadas ou raspadas (1 vez ao dia).
9° ao 11° mês	<ul style="list-style-type: none"> • Fórmula Infantil de Seguimento n.º 2 (210 ml - 2 vezes ao dia). • Refeição salgada com pedaços (2 vezes ao dia). • Papa de frutas amassadas ou raspadas (1 vez ao dia). • Introduzir gradativamente a refeição completa, com mais caldo e bem cozida.

* Este esquema alimentar pode sofrer alterações de acordo com o desmame e a realidade de cada criança (mediante atendimento nutricional da Equipe Técnica do DASE).

Preparo de Fórmula Infantil de Seguimento:

- Higienize a bancada e utensílios.
- Ferva a água, reserve até amornar.
- Faça a diluição conforme descrito a seguir:

Água	Pó (colher medida)	Idade (meses)
90 ml	03	< 2 meses
150 ml	05	2° mês
180 ml	06	3° e 4° mês
210 ml	07	5° e 6° mês

Atenção

- **Para menores de um ano, não oferecer:**

Leite de vaca, empanados, almôndegas industrializadas, salsicha, composto lácteo, doces concentrados, sucos industrializados, gelatinas, caldos de carne e de galinha, enlatados, temperos industrializados e frituras, molho de tomate industrializado.

Preparo do Leite de Vaca - 1 a 3 anos

1 kg de leite em pó
8 litros de água (previamente fervida)

- Misture o conteúdo do pacote em 4 litros de água até dissolver. Complete com 6 litros de água até chegar aos 8 litros.
- Rendimento: 40 copos de 200 ml.

Preparo de Alimento com Soja (Leite de Soja) - 1 a 3 anos

3 colheres cheias (sopa) da fórmula de soja (30g)
180 ml de água (previamente fervida)

- Misture bem até dissolver.
- Para melhor aceitação, pode ser batido com frutas (mamão, maracujá, maçã, banana, etc) e achocolatado.
- Este alimento só deve ser oferecido com orientação do médico ou nutricionista.
- Rendimento: 01 porção.

Preparo de Composto Lácteo - 1 a 3 anos

2 kg de composto lácteo
8 litros de água

- Misture o conteúdo do pacote em 2 litros de água até dissolver. Complete com 6 litros de água até chegar aos 8 litros.
- Rendimento: 46 copos de 200 ml.

Porcionamento de Frutas

- Conforme o tipo de fruta, verificar a porção.
- Maçã e pera: corte ao meio e retire o miolo e as sementes.
- Banana nanica: $\frac{1}{2}$ ou 1 unidade.
- Banana prata e banana maçã: 1 unidade.
- Mamão papaia: $\frac{1}{4}$ unidade.
- Mamão formosa: $\frac{1}{2}$ fatia.
- Melancia: 1 pedaço pequeno.
- Abacate: 3 a 4 colheres de sopa (de acordo com a aceitação).
- Melão: 1 fatia pequena.

Composição das Papas Salgadas

A papa salgada a ser oferecida deve conter alimentos dos seguintes grupos:

- Cereais ou tubérculos.
- Leguminosas.
- Carnes e ovos.
- Verduras e legumes.

Grupo dos Alimentos

CEREAIS/ TUBÉRCULOS	LEGUMINOSAS	CARNES/ OVOS	VERDURAS/ LEGUMES
Arroz	Feijão	Carne bovina	Almeirão, agrião, couve escarola
Macarrão	Ervilha	Frango	Brócolis, couve flor
Fubá	Lentilha	Fígado	Cenoura, beterraba, chuchu

Batata/ batata doce		Carne suína	Abobrinha, abóbora japonesa.
Cará/inhame		Peixe	
Mandioca/ mandioquinha		Ovo	

Preparo de Refeições

- As refeições para as crianças de creche e lactário devem ser bem cozidas ao ponto de poderem ser amassadas com garfo. "Não liqüidificar e não peneirar".
- Deve-se reduzir a quantidade de temperos.
- As saladas devem ser cortadas bem fininhas (oferecer para as crianças a partir de 1 ano).

Substituições

- Todas as substituições que ocorrerem devem ser conscientes para que não ocorra prejuízo nutricional para as crianças.

Exemplos de Cardápios para Creches

Faixa Etária: 6 a 11 meses

	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
Segunda	Fórmula de Seguimento	- Papa de Arroz, Feijão, Carne e Batata	Fórmula de Seguimento	- Papa de Arroz, Feijão, Frango e Cenoura
Terça	Fórmula de Seguimento	- Papa de Arroz, Feijão, Frango e Cenoura	Fórmula de Seguimento	- Papa de Arroz, Feijão, Carne e Batata
Quarta	Fórmula de Seguimento	- Papa de Arroz, Feijão, Ovos e Chuchu; - Suco de Manga	Fórmula de Seguimento	- Papa de Arroz, Feijão, Frango e Cenoura
Quinta	Fórmula de Seguimento	- Papa de Arroz, Feijão, Repolho, Tomate e Carne; - Banana Amassada	Fórmula de Seguimento	- Papa de Arroz, Feijão, Ovos e Chuchu; - Suco de Manga
Sexta	Fórmula de Seguimento	- Papa de Arroz, Feijão preto e carne; - Suco de Tangerina	Fórmula de Seguimento	- Papa de Arroz, Feijão, Repolho, Tomate e Carne; - Banana Amassada

Faixa Etária: 1 a 3 anos

	Desjejum	Almoço	Lanche	Jantar
Segunda	- Composto Lácteo de Caramelo; - Biscoito Salgado	- Arroz, Feijão e Carne com Batatas; - Suco de Maracujá	- Composto Lácteo de Caramelo; - Biscoito Salgado	- Arroz, Feijão, Carne com Vagem
Terça	- Composto Lácteo de Chocolate; - Biscoito Doce	- Arroz, Feijão e Frango com Cenoura	- Composto Lácteo de Chocolate; - Biscoito Doce	- Arroz, Feijão, Carne com Batata
Quarta	- Composto Lácteo de Caramelo; - Biscoito Salgado	- Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com Chuchu; - Manga	- Composto Lácteo de Caramelo; - Biscoito Salgado	- Arroz, Feijão e Frango com Cenoura
Quinta	- Composto Lácteo de Chocolate; - Biscoito Doce	- Salada de Repolho com Tomate, Arroz, Feijão e Carne Acebolada; - Banana	- Composto Lácteo de Chocolate; - Biscoito Doce	- Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com Chuchu; - Manga
Sexta	- Composto Lácteo de Caramelo; - Biscoito Salgado	- Arroz e Feijão Maravilha; - Tangerina	- Composto Lácteo de Caramelo; - Biscoito Salgado	- Salada de Repolho com Tomate, Arroz, Feijão e Carne Acebolada; - Banana

ANEXOS

Diluição de Hipoclorito

Para Desinfetar	Hipoclorito de sódio a 1%	Hipoclorito de sódio ou água sanitária 2,5%	Volume de água fria	Tempo de exposição ao produto
Alimento	75 ml ou 1 ½ copo de café	30ml ou 6 colheres de sobremesa	Completar o volume até 5 litros	20 minutos
Mamadeira (frasco/ acessórios)	100 ml ou 2 copos de café	40 ml ou 8 colheres de sobremesa	Completar o volume até 5 litros	20 minutos

Procedimento Operacional Padronizado - POP Higienização de Copinhos e Mamadeiras

- 1** Despreze todo resíduo da mamadeira ou copinho.
- 2** Separe os frascos das mamadeiras, bicos, protetores, arruelas, copinhos e tampas.
- 3** Lave com detergente líquido e escova própria.
- 4** Enxágue em água corrente.
- 5** Coloque de molho em solução clorada, por 20 minutos. Escorra bem (ou conforme orientação do fabricante).
- 6** Só enxágue quando orientado pelo fabricante.
- 7** **Obs.:** na ausência de hipoclorito de sódio, ferver as mamadeiras, bicos, arruelas, copinhos e tampas por 5 minutos.

HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS



1 Molhar as mãos e antebraços



2 Aplicar o sabonete antisséptico e fazer a higienização por aproximadamente 3 min.



3 Esfregar uma palma contra a outra.



4 Esfregar o dorso de cada mão com os dedos entrelaçados.



5 Esfregar o polegar de cada mão de forma rotacional.



6 Esfregar as pontas dos dedos e as unhas contra as palmas das mãos de forma circular.



7 Esfregar os punhos e antebraço de forma circular.



8 Enxaguar as mãos, retirando o sabonete. Evitar o contato direto das mãos com a torneira.



9 Secar as mãos com papel toalha não reciclado.



10 Jogar o papel no lixo, utilizando os pés para acionar o pedal da lixeira.



11 Aplicar álcool gel 70% nas mãos e deixar secar naturalmente. Realizar esse procedimento apenas se o sabonete não for antisséptico.

Obs.: Nunca seque as mãos no uniforme. Deixe as mangas voltarem ao lugar naturalmente. Mantenha sempre a pia limpa.

LAVE AS MÃOS:



- 1** Antes e depois da preparação dos alimentos
- 2** Depois de assoar o nariz, tossir, fumar ou espirrar
- 3** Depois de mexer no lixo, na horta ou realizar limpeza
- 4** Depois de cumprimentar alguém
- 5** Depois de levar as mãos aos cabelos, orelhas, nariz ou boca

Referências Bibliográficas

1. Manual de orientação para a alimentação escolar na Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio e na Educação de Jovens e Adultos / [organizadores: Francisco de Assis Guedes de Vasconcelos...et al.] - 2. ed. - Brasília: PNAE: CECANE-SC, 2012.
2. Sociedade Brasileira de Pediatria manual de orientação para a alimentação do lactente, do pré-escolar, do escolar, do adolescente e na escola/Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento de Nutrologia, 3ª. ed. Rio de Janeiro, RJ: SBP, 2012.
3. Yonamine, G.H. et al. Alimentação no primeiro ano de vida - pgs. 19 a 24, 2013.

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO E SUPRIMENTOS DA EDUCAÇÃO - DASE

Divisão Técnica de Alimentação Escolar: Gisela Mayumi Kodama | **Divisão Técnica:** Neusa O. Zerbinatti | **Seção Técnica de Pesquisa e Treinamento para Alimentação Escolar:** Denise Rapucci Catão Rodrigues Alves | **Seção Técnica de Nutrição:** Luciana A. Pelouchas | **Seção Técnica Administrativa:** Aline Mendonça Pereira | **Nutricionistas:** Alzira Nauata de Souza, Andreia Gomes Fernandes, Cristiane Tavares Matias, Ironi Lírio da Cruz Gonçalves, Luciana de Oliveira Parente, Marina Soares Koga, Rodolfo Alexandro do Nascimento Aquino, Valéria Errera Mello, Viviane Valencio Bidoy | **Supervisão de Setor:** Teresa Cristina Camargo Pimenta, Keli Regina Caetano Silva | **Equipe Administrativa:** Dalva Mudeh Antonio, Eliana de Arruda Brandão Sousa, Stephanie de Souza e Silva, Deise dos Santos Marques.

DIVISÃO TÉCNICA DE PUBLICAÇÕES EDUCACIONAIS

Alecsandra Nobrega, Anna Solano, Bárbara Bráz, Carla Maio, Camila Rhodes, Danielle Andrade, Diego Alves, Eduardo Calabria, Fábica Costa, Mateus Carvalho, Paulo César Marques e Rodrigo Medrado.

Guti
Prefeito

Paulo Cesar Matheus da Silva
Secretário de Educação

Fernando Gomes de Moraes
Subsecretário de Educação

Raphael Henriques Raposo
Diretor do Departamento de Ensino Escolar

Solange Turgante Adamoli
Diretora do Departamento de Orientações Educacionais
e Pedagógicas

Maria Ângela Gianetti
Diretora do Departamento de Controle da Execução
Orçamentária da Educação

Jaime Daniel Pereira de Moraes
Diretor do Departamento de Alimentação e
Suprimentos da Educação

Daniel Toledo
Diretor do Departamento de Manutenção de
Próprios da Educação

José Antonio Rodrigues Junior
Diretor do Departamento de Planejamento
e Informática na Educação

Antonio Carlos Rodrigues da Silva
Diretor do Departamento de Serviços Gerais da Educação

PREFEITURA DE GUARULHOS

Secretaria Municipal de Educação
Rua Claudino Barbosa, 313 - Macedo
Guarulhos/SP - CEP 07113-040

Tel.: 2475-7300

portaleducacao.guarulhos.sp.gov.br

Março - 2020



PREFEITURA DE
GUARULHOS