

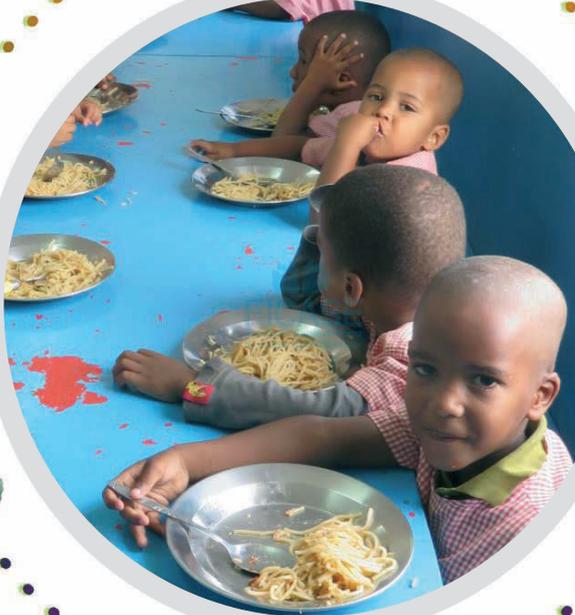
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR



PERGUNTAS E RESPOSTAS

Índice:

- 1.** O que é o Programa Nacional de Alimentação e Nutrição Escolar - PNANE?
- 2.** Qual é o objetivo da alimentação escolar?
- 3.** Quem são os beneficiários?
- 4.** Qual a origem dos alimentos que fazem parte da ementa escolar?
- 5.** Como é composta a ementa escolar?
- 6.** Porquê uma refeição escolar na hora do intervalo?
- 7.** Quais são as regras de higiene na cantina escolar?
- 8.** Quem define a ementa escolar?
- 9.** Quais são os critérios utilizados para conceber a ementa escolar?
- 10.** Como saber se os alunos gostam da refeição servida na escola?
Exemplos de preparações.
- 11.** Quem financia o funcionamento do PNANE?
- 12.** Como os pais e a comunidade podem contribuir?





O que é o Programa Nacional de Alimentação e Nutrição Escolar - PNANE?

O PNANE é um programa do Governo, implementado pela Fundação Caboverdiana de Ação Social Escolar - FICASE, que garante uma refeição saudável diária aos alunos do pré-escolar (PE) e do ensino básico (EB) público.

Tem como principais componentes:

- (i) Abastecimento das cantinas escolares com produtos de qualidade e nacionais;
- (ii) Educação alimentar e nutricional com o objectivo de contribuir para a mudança dos maus hábitos alimentares e facilitar as escolhas alimentares saudáveis;
- (iii) Gestão das cantinas escolares de forma a modernizar e tornar mais eficiente o funcionamento das cantinas.



Qual é o objectivo da Alimentação Escolar?

- 1) Garantir o direito a uma alimentação diversificada e de qualidade;
- 2) Contribuir para a promoção de hábitos alimentares saudáveis, diminuindo o risco de desenvolvimento das doenças crónicas não-transmissíveis (DCNT);
- 3) Contribuir para a melhoria do aprendizado e desempenho escolar dos alunos;

Quem são os beneficiários?

Diretos: todos os alunos do PE e do EB das escolas públicas do país e;

Indireto: cozinheiras, produtores, fornecedores e comunidade educativa em geral.



**Qual a origem dos alimentos
que fazem parte da ementa escolar?**

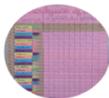


1) São adquiridos através de importadores;

**2) Provêm da produção nacional
(pequenos produtores);**



**3) Oferta dos pais e encarregados de educação e
de outros parceiros (nacionais e internacionais).**



Como é composta a ementa escolar?

É composta por géneros básicos ou secos
e enriquecido com produtos frescos
como mostra o quadro abaixo:

Géneros secos	Géneros frescos		
Arroz	Frutas	Legumes	Pescados
Massa	Banana	Couve	Peixes
Farinha xerém de milho	Papaia	Batata (comum e doce)	
Feijão	Tambarino	Cenoura	
Óleo	Calabaceira	Beringela	
Leite		Abóbora	





Porquê uma refeição escolar na hora do intervalo?

A refeição é servida às 10h30 no turno da manhã
E às 15h30 à tarde.

A mesma é servida nesses horários porque muitos alunos chegam nas salas de aulas sem fazerem uma refeição adequada antes de irem para a escola e para muitos ainda, constitui a única refeição do dia.

E também contribui para um melhor desempenho
E aproveitamento escolar.



Quem define a ementa escolar?

A ementa é elaborada pela nutricionista da FICASE a nível central, com apoio das nutricionistas locais das Delegacias e Centros de Saúde;

É aprovada pela Direcção do Serviço de Alimentação Escolar e homologada pelo Presidente do Conselho de Administração da FICASE.

Fundação Caboverdiana
de Acção Social Escolar



**Quais são os critérios utilizados para
conceber a ementa escolar?**

**Conforme a lei de Alimentação e Saúde Escolar,
a ementa escolar:**

- 1) Segue as recomendações internacionais (FAO/OMS) das normas e leis sobre a alimentação escolar;**
- 2) É elaborada em função dos hábitos e costumes alimentares de cada região do país;**
- 3) Leva em conta a disponibilidade e a sazonalidade da produção local para introduzir produtos diversificados.**



Como saber se os alunos gostam da refeição servida na escola?

É elaborado um teste de aceitação para verificar se os alunos gostam da refeição servida.

Conforme a aceitação dos alunos são introduzidos novos produtos na ementa.

Exemplos de preparações servidas na escola.



Arroz e Salada de legumes com peixe

	*VE	* VR
Energia	371	351
Proteína	11	12
Lípidos	8	9
Carboítratos	59	60
Cálcio	60	235
Ferro	3	2
Vitamina A	1337	120
Vitamina C	13	11

	*VE	* VR
Energia	274	358
Proteína	11	12
Lípidos	8	9
Carboítratos	35	60
Cálcio	42	235
Ferro	1	2
Vitamina A	657	120
Vitamina C	6	11

Sopa de legumes passado c/macarrão



***Valor recomendado
*Valor Encontrado no Prato**





Macarronada de legumes

	*VE	*VR
Energia	278	358
Proteína	12	12
Lípidios	6	9
Carbohidratos	45	60
Cálcio	68	235
Ferro	2	2
Vitamina A	834	120
Vitamina C	29	11

	*VE	*VR
Energia	456	358
Proteína	12	12
Lípidios	6	9
Carbohidratos	78	60
Cálcio	117	235
Ferro	6	2
Vitamina A	872	120
Vitamina C	76	11

Arroz e feijoadá



*Valor recomendado
*Valor Encontrado no Prato



Papa de farinha
de milho c/ leite

	*VE	*VR
Energia	339	358
Proteína	10	12
Lípidios	8	9
Carboidratos	60	60
Cálcio	251	235
Ferro	2	2
Vitamina A	126	120
Vitamina C	48	11



	*VE	*VR
Energia	278	358
Proteína	12	12
Lípidios	6	9
Carboidratos	45	60
Cálcio	68	235
Ferro	6	2
Vitamina A	834	120
Vitamina C	29	11

Sopa loron c/
legumes e peixe



*Valor recomendado
*Valor Encontrado no Prato

Cachupa

	*VR	*VR
Energia	458	358
Proteína	13	12
Lípidos	10	9
Carbohidratos	74	60
Cálcio	95	235
Ferro	5	2
Vitamina A	1369	120
Vitamina C	38	11





Quais são as regras de higiene na cantina escolar?

Existem regras de higiene na cantina escolar e manipulação dos alimentos na cozinha;

Os equipamentos da cozinha são adaptados de acordo Com as necessidades do funcionamento das cozinhas;

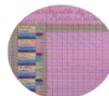
As cozinheiras beneficiam de formações sobre boas práticas de higiene e manipulação dos alimentos , assim como de alimentação saudável.

Quem financia o funcionamento do PNANE?

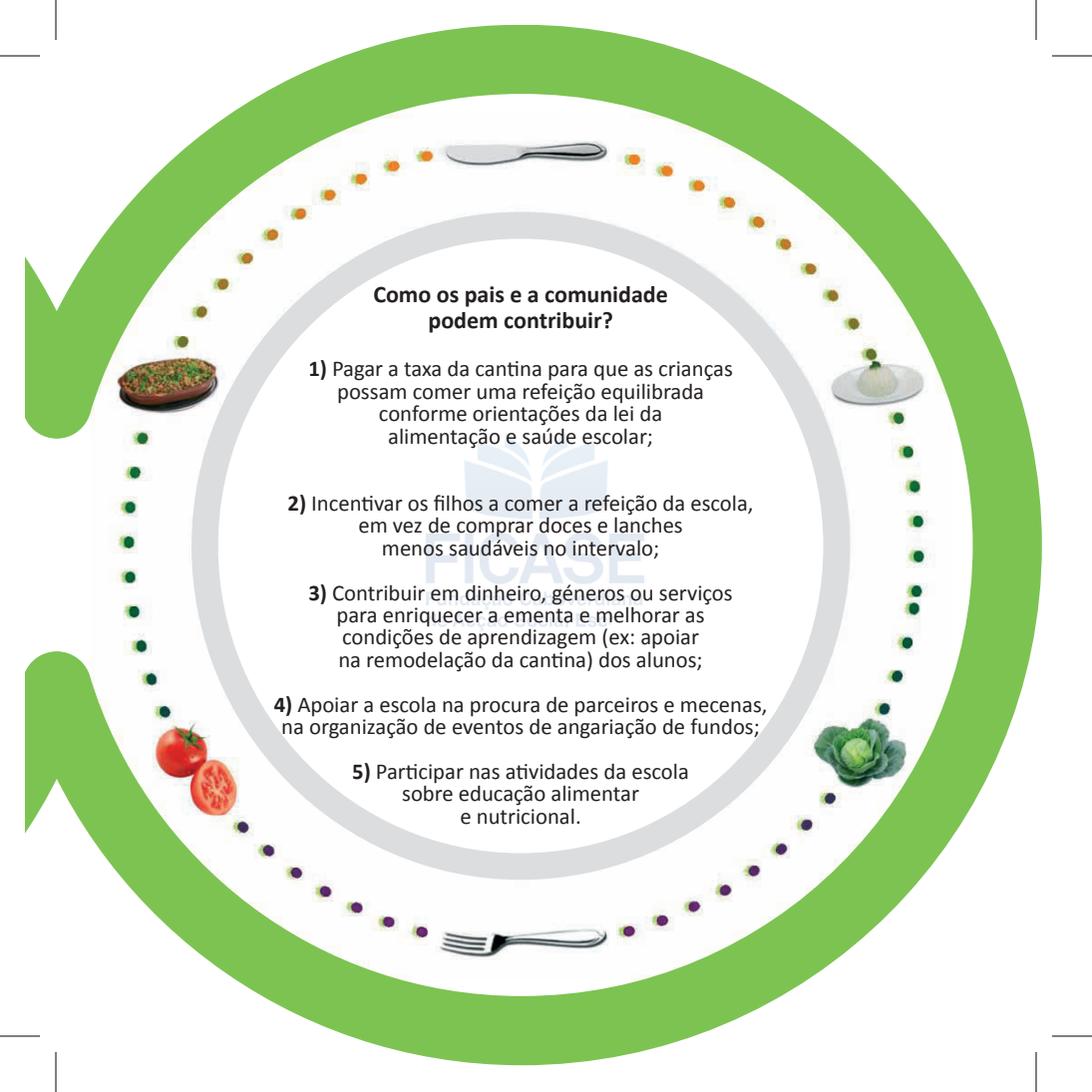


1) Orçamento Geral do Estado;

2) Pais e encarregados da educação;



3) Outros parceiros (nacionais, internacionais, público, privado)



Como os pais e a comunidade podem contribuir?

- 1) Pagar a taxa da cantina para que as crianças possam comer uma refeição equilibrada conforme orientações da lei da alimentação e saúde escolar;
- 2) Incentivar os filhos a comer a refeição da escola, em vez de comprar doces e lanches menos saudáveis no intervalo;
- 3) Contribuir em dinheiro, géneros ou serviços para enriquecer a ementa e melhorar as condições de aprendizagem (ex: apoiar na remodelação da cantina) dos alunos;
- 4) Apoiar a escola na procura de parceiros e mecenas, na organização de eventos de angariação de fundos;
- 5) Participar nas atividades da escola sobre educação alimentar e nutricional.

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR



PERGUNTAS E RESPOSTAS