



TRÊS BARRAS DO PARANÁ
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Setor de Nutrição/ Merenda Escolar
Simone Regina Basso Brandini – CRN8 2606 – Nutricionista

**INFORMATIVO SOBRE SEMANA DA CRIANÇA E EDUCAÇÃO ALIMENTAR E
NUTRICIONAL NAS ESCOLAS E CMEIS**

Nesse mês que comemoramos o dia das crianças, precisamos retomar um assunto importante para a alimentação escolar: qual tipo de alimento, com qual qualidade integramos às refeições dos alunos das redes públicas de ensino? Essas refeições respeitam as diretrizes do PNAE? É obrigatório seguir ou tem exceção em dias de festas, como Dias das Crianças, Páscoa, Natal?

Chamamos a atenção que não importa a fonte do recurso ou se é doação, dentro da escola, todo alimento fornecido aos alunos deve se adequar às regras do PNAE. Sabemos que a intenção é a melhor possível: proporcionar experiências de alunos que não tem acesso a determinados alimentos em datas comemorativas e culturalmente especiais no Brasil, contudo, até para isso, não podemos ignorar aspectos de segurança alimentar e de promover a educação nutricional, pilar fundamental do PNAE.

A Educação Alimentar e Nutricional (EAN) é uma diretriz do Programa de Alimentação Escolar e deve ser garantida no Plano Político Pedagógico das escolas. A EAN tem como objetivo incentivar a adoção de hábitos alimentares saudáveis, que contribuam para a aprendizagem, a saúde e a qualidade de vida dos alunos.

Para que a EAN seja bem-sucedida, é importante que a família participe ativamente do processo. A EAN pode ser desenvolvida com a participação de diferentes atores sociais, como estudantes, educadores, gestores escolares, cozinheiras, professores, nutricionistas e a família.

Diante das legislações que regem o PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR, o setor de nutrição do município não mediu esforços para procurar alternativas saudáveis e sugerir para as escolas alimentos que são permitidos e elaborou um cardápio para comemorar o dia da criança, como também buscou alternativas com receitas que podem ser feitas pela escola para agregar ao cardápio. A criatividade quanto ao local a ser servido essas preparações, decorações, e outras atrações e programações ficou a critério de cada escola. Foram enviadas a todas as escolas várias receitas, que com muito carinho foram acolhidas pelas direções e carinhosamente feitas pelas cozinheiras. Segue algumas fotos dessa comemoração nas escolas e cmeis:



PICOLÉ DE LARANJA, totalmente sem conservantes e sem açúcar, somente suco concentrado da fruta. Super aprovado pela criança !!!



QUEM DISSE QUE NÃO É POSSÍVEL FAZER BOLO RECHEADO E COM COBERTURA, SABOROSO E SEM AÇÚCAR?

FOI SIM POSSIVEL, E AS CRIANÇAS AMARAM. São mudanças possíveis para garantir uma alimentação saudável e saborosa e criar memórias afetivas .



DOCINHO SAUĐAVEL E SEM AÇÚCAR IMITANDO BRIGADEIRO, TEVE SIM!!!

Brigadeiro de banana

Rendimento: 5 a 8 docinhos

Ingredientes:

- 1 banana madura
- 2 colher sopa de leite em pó
- 1 colher sopa de cacau em pó 100%
- 2 colheres de coco ralado

Modo de preparo: Amassa a banana num prato. Coloque por 40 segundos no micro-ondas na potencia 70%. Misture a banana quente ao leite e ao cacau em pó. Coloque na geladeira por cerca de 1 hora. Após 1 hora retire da geladeira. Faça as bolinhas e enrole no coco ralado. Sirva em forminhas da sua escolha

SAGU COM SUCO DE UVA E SALADA DE FRUTAS!



SANDUÍCHE SAUDÁVEL (PÃO COM CARNE E SALADAS)





DOCINHO DE CACAU COM BANANA E SORVETINHO DE FRUTAS COM LEITE.

