



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO

INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO PIAUÍ

CAMPUS TERESINA ZONA SUL

ALBERTINA RODRIGUES DA SILVA

**APLICAÇÃO DE TÉCNICAS GASTRONÔMICAS NA ELABORAÇÃO DA
MERENDA ESCOLAR NO CENTRO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL
PREFEITO JOÃO MENDES OLÍMPO DE MELO NO MUNICÍPIO DE TERESINA-
PI**

Teresina – Piauí

2016

ALBERTINA RODRIGUES DA SILVA

**APLICAÇÃO DE TÉCNICAS GASTRONÔMICAS NA ELABORAÇÃO DA
MERENDA ESCOLAR NO CENTRO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL
PREFEITO JOÃO MENDES OLÍMPO DE MELO NO MUNICÍPIO DE TERESINA-
PI**

Monografia apresentada ao Curso de Tecnologia em Gastronomia do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí – IFPI, Campus Teresina Zona Sul, como requisito parcial para obtenção do título de Tecnólogo em Gastronomia.

Orientadora: Prof.^a Bruna Maria de Oliveira

Teresina – Piauí

2016

ALBERTINA RODRIGUES DA SILVA

**APLICAÇÃO DE TÉCNICAS GASTRONÔMICAS NA ELABORAÇÃO DA
MERENDA ESCOLAR NO CENTRO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL
PREFEITO JOÃO MENDES OLÍMPO DE MELO NO MUNICÍPIO DE TERESINA-
PI**

DATA DA APROVAÇÃO: 07/12/2016

Profª Bruna Maria de Oliveira
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí - IFPI
Orientadora

Profª Drª Edna Maria Chaves
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Piauí - IFPI
Examinador Interno

Tecnóloga em Gastronomia Mayra Oliveira Arcoverde
Examinador Externo

Teresina, Piauí

2016

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a todos aqueles que falaram através de um anjo, quando disseram palavras amigas e verdadeiras, fizeram pensamentos positivos, emprestaram um ombro ou simplesmente me dedicaram minutos de seu precioso tempo.

AGRADECIMENTOS

Eu agradeço à Maria, minha protetora, advogada, mãe e amiga fiel, aquela que intercede por mim junto ao seu filho, que enxugou minhas lágrimas, me deu forças para não desistir nos momentos mais difíceis desta jornada de três anos.

Agradeço à toda minha família maravilhosa que é o alicerce de minha vida, especialmente ao meu companheiro e meus dois filhos pela dedicação e compreensão.

À minha mãe, pela felicidade que sente, por cada uma das minhas conquistas.

Aos colegas de sala de aula, aos professores e especialmente ao meu grupo de práticas.

À amizade da Socorro e Erice, por nossos momentos felizes, que guardarei por toda a vida.

À Mayra, uma pessoa muito especial, pela sua dedicação, paciência, solidariedade, apoio e disponibilidade em ajudar, sempre presente nos momentos difíceis.

À Professora M.Sc. Juliany Sales Ramos, que teve um papel fundamental na seleção do tema e dos objetivos desse projeto, manifesto o meu sincero reconhecimento.

À minha orientadora, Professora Bruna Maria pelo incentivo e pelas instruções.

À equipe que participou da oficina, pelo entusiasmo, pelo empenho, pela compreensão, pois ela foi elemento essencial para conclusão do projeto.

À direção do Centro Estadual de Educação Profissional Prefeito João Mendes Olímpio de Melo e a Nutricionista Nairany Paula, por ter facilitado e cooperado com a aplicação da oficina.

E pôr fim à Aurora e Anastácia, meus dois amuletos, elas não têm consciência, mas amolecem o meu coração, provocam em mim um riso frouxo e me ajudam a manter o equilíbrio.

A todos que participaram direto e indiretamente, o meu sincero agradecimento.

RESUMO

Seguindo a história da alimentação e da gastronomia na linha do tempo do Homem, os estudos revelam que a gastronomia envolve a culinária e os recursos que são usados no preparo dos alimentos, traz informações de sua cultura, de seus hábitos, de seus costumes alimentares, características que também podem ser observadas na merenda escolar servida diariamente em cantinas escolares para estudantes de escola pública através do Programa Nacional de Alimentação Escolar, que tem como diretriz atender às necessidades nutricionais e a formação dos hábitos alimentares. Num ambiente, onde a alimentação e escola se encontram, as técnicas gastronômicas são utilizadas como ferramentas para a construção do cardápio e na confecção da merenda escolar, com o propósito de alimentar e respeitar gostos dos comensais. Objetivou-se com este trabalho aplicar técnicas gastronômicas de cortes, pré-preparo e métodos de cocção, utilizando as preparações do cardápio da merenda escolar e qualificando as merendeiras do Centro Estadual de Educação Profissional Prefeito João Mendes Olímpio de Melo, através de uma oficina e a confecção do receituário do cardápio da merenda escolar. Três merendeiras participaram da oficina denominada Merendeiras em Ação, durante a oficina foi entregue uma cartilha explicativa referente ao projeto; foram apresentados modelos de facas, realizados cortes *julienne*, *concassé*, *hacheé*, *brunoise*, *chiffonnade*, *chip*, *bracelet*, rodelas e anéis em vegetais e a cocção da preparação Maria Isabel de frango, presente no cardápio escolar da Instituição. Aplicaram-se nesta receita, as técnicas de pré-preparo de pesagem, de limpeza, de divisão e de métodos úmidos, técnicas de cortes em vegetais e os métodos de cocção de calor seco, através do método de refogar; e calor misto, através dos métodos de ensopar e abafar. A confecção do receituário foi realizada tendo como base o cardápio da merenda escolar da instituição em estudo e foram descritas nestas receitas as habilidades básicas de gastronomia apresentadas durante a oficina. Os resultados obtidos se deram através da observação de que o emprego de habilidades gastronômicas melhora a aparência e o sabor final da preparação e a confecção do receituário facilita o preparo e ajuda na padronização do cardápio escolar.

Palavras-chave: gastronomia, habilidades básicas, merenda escolar, culinária piauiense.

ABSTRACT

According to the history of feeding and gastronomy in man's timeline, studies reveal that gastronomy involves the cuisine and the resources that are used in food preparation, provides cultural information, customs, and food habits, characteristics that can also be observed in school meals served daily in school lunchrooms for public school students through the National School Feeding Programme, which has as a guideline meet the nutritional needs and the formation of eating habits. In an environment where food and school are found, gastronomic techniques are used as tools to build the menu and preparation of school meals in order to food and respect the tastes of diners. The objective of this work was to apply gastronomic techniques of cuts, pre-preparation and cooking methods using the menu dishes of school meals and qualifying the cooks of Centro Estadual de Educação Profissional Prefeito João Mendes Olímpio de Melo, through a workshop and the preparation of the recipe of menu of school meals. Three cooks participate in the workshop called “Merendeiras em Ação”, during the workshop an explanatory booklet was given regarding the Project; knives models were presented, were made the cuts *julienne*, *concassé*, *hacheé*, *brunoise*, *chiffonnade*, *chip*, *bracelet*, slices and rings in vegetables and the cooking preparation of Maria Isabel of chicken present in the school menu of the institution. They applied to this recipe, techniques for pre-preparing weighing, cleaning, division and moist methods, techniques vegetable cuts and methods of cooking of dry heat, by the method braise; and mixed heat, by the methods of soaking and muffle. The preparation of the recipe was carried out based on the menu of school meals of the institution under study and were described in these recipes the basic skills of gastronomy presented during the workshop. The results were obtained through the observation that the use of gastronomic skills improves the appearance and final taste of the preparation and the confection of recipe facilitates the preparation and aid in the standardization of school menus.

Keywords: food, basic abilities, school lunch, piauiense cuisine.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Equipe: Merendeiras em Ação.....	31
Figura 2 – Apresentação de facas.....	32
Figura 3 – Tábua de cortes produzidos na oficina.....	35
Figura 4 – Maria Isabel produzida na oficina.....	36
Figura 5 – Cartazes da cantina do CEEP-PREMEN NORTE.....	38
Figura 6 – Cardápio da merenda escolar e base do receituário	38

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Vegetais, facas e cortes	32
Tabela 2 – Maria Isabel, técnicas e métodos	33

LISTA DE ABREVIATURAS

CAE - Conselho de Alimentação Escola

CEEP-PREMEN NORTE – Centro de Educação Estadual Profissional – Programa de Expansão e Melhoria do Ensino

CFN - Conselho Federal de Nutricionistas

FNDE - Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação

INEP - Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais

PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar

SEDUC - Secretaria de Educação e Cultura

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	12
2 OBJETIVOS	14
2.1 Objetivo Geral	14
2.2 Objetivos Específicos	14
3 REVISÃO DE LITERATURA.....	15
3.1 Alimentação e gastronomia	15
3.2 As habilidades básicas de gastronomia	17
3.2.1 As técnicas de pré-preparo	17
3.2.2 As técnicas de cortes	17
3.2.3 As técnicas de cocção	20
3.3 Merenda escolar	22
3.3.1 Os critérios de criação e aplicação dentro do cardápio escolar	22
3.3.2 Cardápios e o cardápio do programa PNAE.....	24
3.3.3 Os alimentos regionais na escolha da merenda escolar	25
3.4 Piauí e a culinária piauiense	26
3.5 Comida e cultura na família e na escola.....	28
4 METODOLOGIA.....	30
4.1 Área de estudo	30
4.2 Procedimento	30
4.2.1 Aplicação da oficina	30
4.2.2 Facas, cortes e vegetais utilizados	32
4.2.3 Métodos aplicados na receita da Maria Isabel de frango.....	33
4.2.4 O receituário das preparações do cardápio do CEEP-PREMEN NORTE ...	33
5 RESULTADOS E DISCUSSÃO	35
6 CONCLUSÃO.....	40
REFERÊNCIAS	41
APÊNDICE	47
Apêndice 1- Cartilha da oficina.....	47
Apêndice 2 - Receituário do cardápio	52
Apêndice 3 - Depoimentos	60
ANEXO.....	61

Anexo 1- Ficha do Cardápio.....	61
Anexo 2- Análise do Cardápio por preparação.....	62

1 INTRODUÇÃO

A alimentação é uma necessidade básica e um direito para o ser humano, a abundância ou escassez dos alimentos colocam a sobrevivência do homem em risco. O papel da alimentação vai além de função nutricional, exerce também função social, pois educa, agrega e transforma graças aos seus ritos e significados (SOUZA, 2012).

A escola é uma instituição geradora de valores e conhecimentos, tendo grande influência na vida das crianças e suas famílias, portanto um lugar ideal para promover experiências com gostos e sabores de alimentos que o acompanharão em toda a sua vida.

A alimentação escolar no Brasil surgiu como uma medida compensatória da insegurança alimentar no início dos anos 50 e atualmente como garantia universal dos direitos humanos à alimentação, mas somente em 1955 (BRASIL, 2012a; BRASIL, 2012b) o governo lançou o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), funcionando atualmente como programa de transferência de recursos financeiros para suprir as necessidades do aluno e contribuir com hábitos alimentares saudáveis. A partir deste, o beneficiário tem direito, além da alimentação domiciliar, de consumir a alimentação escolar fornecida gratuitamente pelas escolas públicas, por meio de distribuição de refeições durante o intervalo das atividades escolares.

O PNAE é um programa descentralizado que deve respeitar aos hábitos alimentares dos alunos e da região, como também para incorporação de alimentos frescos e do dia-a-dia (CHAVES; BRITO, 2009). A alimentação no ambiente escolar tem o intuito de ser saudável e satisfazer de 15 a 30% das necessidades diárias de um aluno matriculado e contribuir para redução da evasão escolar. Barone (2014) indica, em seus estudos, que o PNAE é o único programa de alimentação que tem como um dos princípios a universalidade, ou seja, atende desde a educação infantil até a educação de jovens e adultos, todos os dias letivos do ano.

O cardápio da merenda escolar é um guia, sendo necessário para a compra dos alimentos, contendo informações sobre as preparações e seus respectivos ingredientes para a confecção da merenda. Porém, não deixa claro o modo de preparo, as técnicas de cocção e nenhuma ressalva sobre as habilidades básicas de cozinha, deixando com o profissional da área, a merendeira, a decisão de como executá-las.

A gastronomia é um setor muito complexo que passa à sociedade informações e conhecimentos a respeito do que se consome, da história da alimentação, a interpretação da diversidade cultural e a produção de alimentos, trazendo para a gastronomia “um campo de conhecimento amplo, que transcende à produção da comida” (SANTOS, 2006, p.10). Tais

informações sobre alimentação, esclarecem ao indivíduo consumidor como escolher opções alimentares de forma consciente, do mesmo modo que serve para pessoas cujo o trabalho tem uma relação com a produção, a transformação, a comercialização ou o fornecimento de alimentos.

Pretende-se com esse trabalho conhecer o funcionamento da merenda escolar e sua aplicação na escola em estudo, trabalhar as habilidades básicas gastronômicas no modo de preparo do cardápio da instituição, fornecer um receituário das preparações e aplicar uma oficina de habilidades básicas de cozinha inserindo técnicas gastronômicas de cortes em vegetais, métodos de pré-preparo e métodos de cocção de uma preparação junto às merendeiras do Centro Estadual de Educação Profissional Prefeito João Mendes Olímpio de Melo, situado em Teresina – PI.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Aplicar técnicas gastronômicas durante uma oficina com as merendeiras no Centro de Educação Profissional Prefeito João Mendes Olímpio de Melo, utilizando preparações da Merenda Escolar.

2.2 Objetivos Específicos

- Descrever o uso das técnicas gastronômicas de cortes, pré-preparo e cocção utilizados para o preparo da merenda escolar.
- Aplicar técnicas e habilidades no preparo da merenda escolar.
- Produzir receituário das preparações do cardápio da merenda escolar.

3 REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

3.1 Alimentação e a Gastronomia.

Quando o Homem se alimentava apenas por instinto de sobrevivência, saciava a fome e não associava o alimento ao prazer de comer, mas ao longo de muitos séculos o ser humano passou a tratar o alimento como uma fonte de *status*, vinculando ao poder e prazer em sua mesa, assim uma refeição deixou apenas de alimentar o corpo, mas começou a preencher todos os sentidos com suas cores, aromas e sabores, foi através da observação destes fenômenos provocados pelo alimento que nasceu a gastronomia. Observa Valente (2009) em O Direito à Alimentação.

O ato de alimentar-se é, para o ser humano, um ato ligado à sua cultura, à sua família, aos seus amigos e a festividades coletivas. Ao alimentar-se junto de amigos, de sua família, comendo pratos característicos de sua infância, de sua cultura, o indivíduo se renova em outros níveis além do físico, fortalecendo sua saúde física e mental e também sua dignidade humana (VALENTE, 2009, p. 06).

De acordo com Rodrigues et al. (2009) uma alimentação saudável é aquela que atende a todas as exigências de um corpo, além de ser fonte de nutrientes a alimentação envolve diferentes aspectos, como valores culturais, sociais, afetivos e sensoriais. Os humanos diferentemente dos outros seres vivos procuram no alimento, não apenas suprir as necessidades orgânicas de nutrientes ou promover a saúde, mas procuram alimentos palatáveis, com cheiro, cor, textura e sabor, tendo o alimento como fonte de prazer, de identidade cultural e familiar. Além disso, “o conhecimento científico, a condição econômica do indivíduo e as religiões também influenciam nos hábitos alimentares” (RODRIGUES et al., 2009, p. 16)

Dutra et al. (2009) descreve como uma alimentação saudável deve ser composta por diferentes nutrientes e devendo ser variada: incluindo vários grupos alimentares; equilibrada, sempre respeitando o consumo adequado de cada tipo de alimento; suficiente, em quantidades que atendem e respeitem as necessidades de cada pessoa; acessível, baseada em alimentos *in natura*, produzidos e comercializados regionalmente; colorida, quanto mais colorida é alimentação, maior é a variedade dos nutrientes; segura, os alimentos devem ser isentos de contaminação física, química, biológica ou de outros perigos que comprometam a saúde.

O alimento não é somente fonte de energia, de saúde e de prazer, também tem um valor simbólico para o Homem, se transforma em objeto de ritual, com indagações religiosas,

é acusado de lançar a Humanidade à sua própria sorte, por ter se alimentado do fruto proibido, ajuda a definir características de um povo e do lugar onde vivem, conta histórias do passado, provoca harmonia, união em celebrações ou comemorações em sociedade e em família.

Seguindo esta linha de pensamento, a comida é percebida como um pilar da sociedade, a base de sobrevivência e progresso de nossos ancestrais, estes criaram armas que incluíam arpões, lanças, redes de pescas, arco e flechas, e começaram a caçar, tinham a alimentação vegetariana e mudaram para a onívora após a criação das armas, viviam em pequenos grupos e permaneciam em determinada região enquanto tivessem frutas, legumes, peixe ou caça (MIESSA, 2013).

Depois descobriram que o calor do fogo deixava a carne mais fácil de mastigar, e o assado passou a ser primeira técnica de cocção usada, mas procuravam outras formas de modificar o alimento antes de consumir, então surgiu a necessidade de inventar utensílios de pedra e barro e a prática do cozimento dos alimentos. Com as novas formas de cocção e a adição do sal como tempero e conservante, das ervas e das sementes aromáticas, mesmo o Homem na pré-história, antes de desenvolver a agricultura e domesticar os animais, já praticava a arte culinária.

Uma boa refeição é uma obra de arte que se consome ao ser consumida. Esta frase descreve a gastronomia e o alimento, como um conjunto, uma ligação do ato de saborear e apreciar uma refeição bem produzida. A arte da gastronomia trata o alimento com *status*, liga a realidade ao prazer e paixão por cozinhar.

Indagam Furtado e Tomimatsu (2011) em Formação em Gastronomia Aprendizado e Ensino.

A arte da gastronomia está intimamente ligada à hospitalidade, onde o ‘dar, receber e retribuir’ para consistir num ‘prato perfeito’, envolve ao atendimento, o ambiente, a música, a sensibilidade, a percepção, dos momentos vivenciados, pois a cultura, os hábitos e costumes das pessoas são diferentes e o profissional da área necessita estar atento aos detalhes (FURTADO; TOMIMATSU, 2011, p. 15).

Para estabelecer a relação entre gastronomia e o alimento, deve-se levar em conta a arte e a técnica, arte de cozinhar e de transformar o alimento em uma refeição, utilizando as técnicas para aprimorar as características sensoriais. Horta et al. (2013), defende essa fusão e explica a gastronomia como um conjunto aprimorado de técnicas culinárias, que contribui de maneira expressiva para assegurar a qualidade sensorial das refeições e a arte torna-se uma ferramenta essencial para facilitar a adesão à dieta proposta. Além disso, com base em um entendimento mais avançado do termo, há preocupação com o “prazer em comer”, com o interesse das pessoas pelo alimento e não necessariamente por nutrientes.

3.2 As Habilidades Básicas de Gastronomia.

3.2.1. As Técnicas de Pré-preparo.

Preparar um alimento para consumo requer técnicas de pré-preparo para assegurar a higiene e a produção adequada, preservar os valores nutricionais e manter as características organolépticas do alimento a ser trabalhado, então para Philippi (2014) o preparo do alimento em técnicas dietéticas deve assegurar: adequado valor nutritivo dos alimentos; agradável palatabilidade, garantindo, assim, aceitação da preparação; digestibilidade; e, apresentação atraente, favorecendo não só o aspecto visual da preparação como também a aceitação pelo consumidor.

As técnicas básicas de pré-preparo podem ser aplicadas em alimentos que são consumidos crus ou submetidos à cocção, essas técnicas consistem em “operações de pesagem, limpeza, métodos secos (escolher arroz ou feijão), métodos úmidos (lavar frutas, verduras, legumes), divisão ou mistura” (PHILIPPI, 2014, p. 29).

A operação de pesagem consiste em utilizar instrumentos para mensuração, como balanças; ou ainda o emprego de medidas caseiras, com o uso de colheres, xícaras e outros utensílios.

Os métodos de divisão são: método de divisão simples, no qual os alimentos são fracionados em partes, por exemplo, cortar, picar, moer, amassar e triturar; e método de divisão com separação de partes, que consiste em separar dois líquidos, dois sólidos ou um sólido e um líquido. Os líquidos podem ser separados por decantação e centrifugação, já os secos podem ser separados por operações de pelar ou descascar, peneirar, moer, e no caso dos sólidos com os líquidos eles podem ser separados através de operações como: espremer, filtrar ou coar, sedimentar e centrifugar. E, por fim, há ainda os métodos de união ou mistura que são utilizados para unir os alimentos através do ato de misturar, bater, amassar ou sovar (PHILIPPI, 2014).

3.2.2. As Técnicas de Cortes.

As técnicas básicas de gastronomia tratam os alimentos como “a matéria prima principal que compõe as preparações e permite a elaboração dos pratos. Sendo a técnica uma ferramenta necessária na evolução de um cozinheiro” (KÖVESI et al., 2012, p. 18), a

aplicação dessas técnicas gastronômicas em todo o processo torna o preparo do alimento seguro, requerendo atenção às condições de higiene, aos utensílios, aos equipamentos e as áreas específicas para o desenvolvimento das receitas.

A técnica de cortes pode ser executada com o objetivo de oferecer um visual da preparação e para dar uniformidade à cocção. Existem cortes que podem ser executados somente à mão, pois não há equipamentos que os modelem, estes cortes agregam valor ao prato de acordo com o tempo e o trabalho sobre o produto, e o reconhecimento só vem com a respectiva educação do comensal. Os cortes também contribuem para a uniformidade da cocção, pois alimentos de tamanho igual cozinham de forma homogênea e alimentos com tamanhos diferentes cozinham de forma não uniforme (SILVA; MARTINEZ, 2014).

A técnica de cortes é aquela que utiliza a faca como o instrumento transformador, onde o profissional que a manuseia, pega o alimento ainda em estado bruto e o modela de acordo com a necessidade do uso. Comentam Wereing et al. (2011) sobre a relação do profissional e o uso da faca:

Aprender a usar facas de maneira adequada, não apenas aprimora a apresentação da comida, o que a torna mais apetitosa, como também faz seu gosto ficar melhor (WAREING et al., 2011, p. 09).

Wereing et al. (2011) descrevem a faca como instrumento da profissão, a extensão do braço do profissional, o principal elemento de uma cozinha. Saber manuseá-la e aplicar as técnicas de cortes poderá controlar o sabor da comida. E Sebess (2013) completa afirmando que as diversas partes da lâmina da faca sevem para propósitos e espessuras de cortes diferentes.

Na cozinha a faca pode substituir outros utensílios na função de picar, cortar e descascar. A utilidade da faca depende de como é manuseada, pois só deve cortar alimentos e o cozinheiro pode estabelecer uma relação de sentimentos com sua faca de cozinha (MEISSA, 2013).

Existem muitos modelos de facas, marcas e forjas diferentes, antes de ser usada como instrumento de trabalho na gastronomia e instrumento de cozinha da vida cotidiana, foi inventada por nossos ancestrais como instrumento de caça. Dentre vários modelos, tamanhos e lâminas, Kövesi et al. (2012) citam as principais para o uso na cozinha:

- Faca do *chef*, uso geral, lâmina de 20 cm a 35 cm de comprimento;
- Faca de desossar, usada para separar ossos, lâmina de 15 cm de comprimento;

- Faca de filetar, para filetar peixe, com lâmina flexível e mais fina, com diversos tamanhos;
- Faca de legumes, usada em pequenos cortes e para frutas e vegetais, lâmina de 5 cm a 10 cm de comprimento;
- Faca serrilhada, usada para certos alimentos, como pães e bolos;
- *Chaira*, não é uma faca, mas dá acabamento ao fio da faca.

Com a finalidade de melhorar a execução de cortes e aumentar a agilidade, existem vários modelos, marcas e *design* de facas no mercado, sendo essas entre várias, as mais conhecidas e populares, como as facas para queijo, massas, ostras, orientais, partir ossos, desossar e trincar.

Na gastronomia a técnica de cortes em vegetais é dividida em cortes clássicos e estes servem de base para os cortes derivados, tendo diferentes nomenclaturas e cada um deles oferece um visual diferente, provocando um jogo de imagens que provoca e atrai o comensal a consumir um determinado prato ou alimento. Sebess (2013), Wereing et al. (2011) discorrem sobre as técnicas básicas de cortes em vegetais, demonstrando através de imagens e nomeando os cortes diversos fazendo separações por uso ou por vegetais. Mas Kövesi et al. (2012) em seu trabalho intitulado de 400g – Técnicas de Cozinha, reúnem os cortes clássicos, classificam e os destacam dos demais cortes. São eles:

- *Julienne*: corta-se os legumes em fatias longitudinais e depois em bastões, dividindo em dois tipos: *julienne* comum com dimensões de 3 mm x 3 mm x 2,5 cm, e o *julienne* longa com dimensões 3 mm x 3 mm x 5 cm. É descrito como o “corte mais adequado para cortar frutos, raízes e tubérculos, como beterraba, nabo, abobrinha, cenoura, e é também chamado de método à juliana” (WAREING et al., 2011, p. 72);
- *Brunoise*: cubos de 3 mm, esse corte, em geral, tem como primeira parte o corte *julienne*;
- Cubos pequenos: 6 mm de lado;
- Cubos médios: 9 mm de lado;
- Cubos grandes: 1,5 cm de lado;
- Bastonetes (*bâtonnets*): cortes longitudinais com 6 mm x 6 mm x 5 cm ou 6 mm x 6 mm x 6 cm;
- *Chiffonnade*: corte de qualquer espessura usado para fatiar folhas;
- *Tourné*: um corte em formato de barril com sete lados horizontais. É um corte decorativo, usado em tubérculos e raízes razoavelmente firmes.

Os demais cortes apesar de não serem considerados clássicos, e sim derivados, podem ser únicos, como no caso do *concassé* que é utilizado especialmente em tomates; ou ainda os cortes especiais para batatas citados por Sebess (2013), Wright e Trueille (2013) como os cortes em bastões *pont neuf*, *batonet*, palito, *mignonnette*, palha, cabelo de anjo (*cheveux*), em formas de esferas como *noisette/parisiense*, ou decorativo como o *champignon*.

Os cortes mais citados ou presentes, utilizados em trabalhos e literaturas de gastronomia são: *allumette*, *marcedoine*, camponesa, fita (*ruban*), *paysane*, *zeste*, *rondelle* ou rodela, *mirepoix*, *macadônia*, *vichy*, *siffit*, *chips*, fatiado, anéis, picado, além dos decorativos canelado, flores, *historier*, leque e cisne. Existem demais nomenclaturas de cortes citadas nas variedades de bibliografias, muitas vezes com discordância de nomes e tamanhos dos cortes, como por exemplo na literatura de Domene (2014) citando o corte *Julienne* com 5 cm de comprimento por 0,15 cm de largura ou denominando os cubos médios de jardineira e também afirmando que o corte chifonado (*Chiffonnade*) deve ser muito fino.

Muitos cortes clássicos da gastronomia produzem grande volume de aparas. A escolha do corte deve ser orientada a aproveitar integralmente o alimento visando menores perdas possíveis e quando há produção de aparas com valor nutricional, o custo aumenta e o corte apenas deve ser adotado quando houver justificativa plausível. O corte manual exige o maior tempo de trabalho e dedicação do manipulador, contudo “permite maior liberdade para a produção de formatos diversos e com alto fator de correção” (DOMENE, 2014, p. 117).

3.2.3. As Técnicas de Cocção.

A cocção em geral deve modificar a textura, destruir os microrganismos e desenvolver o sabor dos alimentos, ou seja, a técnica de cocção ou método de cocção consiste na aplicação de calor no alimento a fim de modificá-lo alterando suas características físicas, sensoriais e também seu volume e peso. Os mecanismos utilizados na transmissão de calor no processo da cocção dos alimentos são a condução, a convecção e a radiação.

Araújo et al. (2011) em seu trabalho no livro *Alquimia dos Alimentos* define os métodos de cocção e indica a aplicação destes após seleção, armazenagem, etapas de pré-preparo e condimentação, utilizando comumente como meios de cozimento dos alimentos, a água, os corpos gordurosos e o ar seco ou úmido.

Calor úmido é uma técnica que consiste em utilizar o meio aquoso em diferentes estados, podendo ser usado em quase todos os alimentos, variando o tempo e a temperatura de acordo com a consistência do alimento. A troca de energia ocorre por condução, ou seja, a

fonte de calor para a panela, e da panela para a água, nesse tipo de calor o alimento hidrata e dissolve as substâncias químicas e por conversão através de correntes de calor na água. Os métodos de cocção que utilizam calor úmido são as fervuras, a cocção no vapor e *pocher* ou escalfar (ARAÚJO et al., 2011).

O calor seco consiste em usar para cocção o ar e ou o óleo, o calor atua direta ou indiretamente no alimento e sua transmissão é feita por condução (panela-alimento-interior do alimento) ou por convecção (fornos). Esse método intensifica as características sensoriais em relação ao sabor, textura e a consistência do alimento durante a cocção, mas devem ser observadas as temperaturas, que podem ser tanto baixas quanto altas dependendo de qual método que se utilizará. Os métodos de cocção que usam o calor seco são o refogar, o *poêler*, o assar ou *rôtir*, o grelhar, o saltear ou *sauter*, e o fritar ou *frir* (ARAÚJO et al., 2011).

O calor misto é a junção do calor seco com o calor úmido, buscando concentrar e dissolver as substâncias do alimento de acordo com o resultado que se deseja alcançar. Geralmente esse tipo de cocção é usado para concentrar o sabor do alimento e preservar características organolépticas e nutricionais. Os métodos de cocção que usam calor misto são o ensopar, o guisar, o brasear ou *broisage*, o estufar ou *étouffer* e o abafar (ARAÚJO et al., 2011).

Existem também os métodos de cocção auxiliares que são utilizados como apoio ao método de cocção escolhido, podendo ser na pré-cocção como branquear, ou na finalização como o gratinar e o banho-maria, este podendo ser usado para manter a temperatura ou transmitir calor indireto em cocção (ARAÚJO et al., 2011).

Sebess (2013), em seu trabalho Técnicas de Cozinha Profissional, descreve no capítulo Cozimentos os métodos de cocção citados por Araújo et al. (2011) e acrescenta algumas técnicas derivadas, classificando como diversos tipos de cozimentos ou um cozimento bem específico para um determinado alimento. Os cozimentos incorporados em sua obra foram: aferventar cascas de cítricos, o cozimento branco (claro), o cozimento em caldo branco, cozimento à inglesa, glaçado branco, glaçado caramelizado, *confit*, cozimento à grega, branquear com óleo, cozinhar *en papillote*, cozimento em caldo aromático, cozimento em leite, escalfado (*poché*) a frio e a quente, e o cozimento em *wok*.

O cozimento de um ingrediente deve ser apropriado de forma a preservar as suas características e o ponto de cocção é o tempo ideal de cozimento para cada tipo de alimento. Para encontrar o ponto de cocção para cada ingrediente é preciso aprender a identificar a melhor maneira de usá-lo. O termo mais utilizado para identificar o ponto de cocção é “al

dente, significa sentir no dente, pois cada alimento possui uma textura que deve ser preservada e até mesmo ressaltada” (KÖVESI et al., 2012, p. 127).

Essa técnica ou ponto ideal de cocção *al dente* aplica-se a uma variedade de vegetais, de grãos, de massas e outros alimentos que recebem tratamento de calor para ficar tenro e ou, no caso dos vegetais “macio ao toque do garfo” (KÖVESI et al., 2012, p. 127). O mesmo autor destaca ainda alguns pontos que devem ser levados em consideração ao preparar os alimentos *al dente*: escolher o corte apropriado, pois se houver padronização nos cortes, haverá também uniformidade de cozimento; e escolher o método de cocção mais adequado ao ingrediente a ser utilizado, levando em consideração as características do alimento escolhido, visando o melhor resultado (KÖVESI et al., 2012).

Os métodos de cocção vêm se modernizando, trazendo vantagens para o alimento e para o profissional que o prepara. Com a industrialização dos alimentos e a abertura de pontos de alimentação, foi necessário utilizar novos métodos que modernizam e alavancam o ramo da alimentação, como a criação do forno de micro-ondas, que faz a transmissão de calor através da radiação, o forno combinado que usa dois métodos de cocção em conjunto ou separadamente, a indução, com um indutor de campo magnético oscilante e a cocção a vácuo que usa alimentos em embalagens plásticas seladas a vácuo (ARAÚJO et al., 2011; SEBESS, 2013).

3.3 Merenda Escolar.

3.3.1. Os Critérios de Criação e Aplicação Dentro do Cardápio Escolar.

Ao buscar a origem da merenda escolar, temos que falar das políticas e programas de alimentação e nutrição no Brasil que tiveram início, segundo Barros (2014) na década de 1930, quando ficou definido que “o alimento era essencial e deveria ser um dos itens garantidos do salário mínimo” (BARROS, 2014, p. 29). O salário mínimo foi instituído em 1940 e não era o suficiente para fornecer alimentação adequada, então sugeriram outros programas que não afetaram de maneira significativa a fome e a desnutrição que assolavam os trabalhadores e suas famílias.

O PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar foi um dos programas de alimentação e nutrição criados após a instituição do salário mínimo, conhecido como Merenda Escolar, consiste na transferência de recursos financeiros do Governo Federal, aos Estados, Municípios e Distrito Federal, para a aquisição de gêneros alimentícios destinados à merenda

escolar. O programa se destina a fornecer refeições para atender principalmente a uma necessidade fisiológica, ou seja, a fome que o aluno sente durante o período de aula.

O PNAE teve sua implantação na década de 1950, mas foi somente em 1988, com a promulgação da nova Constituição Federal, que o direito à alimentação escolar para todos os alunos do Ensino Fundamental foi assegurado (BRASIL, 2012b). Em 16 de junho de 2009, houve uma sanção na lei, trazendo novos avanços para o PNAE, com a extensão do programa para toda a rede pública de educação básica, incluindo a educação de jovens e adultos (HOFFMAAN, 2012). Assim, são atendidos todos os alunos matriculados em escolas públicas ou filantrópicas cadastradas no censo escolar do Ministério da Educação, que é realizado pelo Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais (INEP).

Depois da implantação de programas visando a nutrição população brasileira, a redução da miséria e dos estados de subnutrição, o governo continua criando programas de alimentação e de auxílio aos trabalhadores e suas famílias, e a cada gestão surgem novos programas, onde os projetos anteriores podem ser abolidos ou incorporados de acordo com a visão ou administração de cada gestor, até que as esferas do governo se unam e a sociedade civil se organize e passe a agir em conjunto, quando então entram em cena as mudanças no programa de alimentação escolar, Abreu (2014) em sua dissertação esclarece as diretrizes legais do Programa PNAE.

Dentre as modificações determinadas legalmente estão: a universalização do atendimento da alimentação escolar na educação básica; a definição da segurança alimentar e nutricional como um dos principais eixos para atingir os objetivos do Programa; a formalização da garantia de alimentação aos alunos mesmo quando houver suspensão do repasse de recursos; o estabelecimento de aumento do valor *per capita*/dia; a possibilidade da gestão da merenda escolar ser realizada pelas escolas, a partir do repasse de recursos a estas unidades; e a determinação da utilização de mínimo 30% dos recursos repassados pelo FNDE, na compra de produtos dos agricultores familiares (ABREU, 2014, p. 52).

Os beneficiários da Merenda Escolar são alunos da Educação Infantil (creches e pré-escolas), do Ensino Fundamental, do Ensino Médio, da Educação Indígena, das áreas remanescentes de quilombos e os alunos da Educação Especial, matriculados em escolas públicas dos Estados, do Distrito Federal e dos Municípios, ou em estabelecimentos mantidos pela União, bem como os alunos de escolas filantrópicas (BRASIL, 2012a).

O Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE), foi criado vinculado ao Ministério da Educação, é o responsável pela normatização, assistência financeira, coordenação, acompanhamento e fiscalização da execução do programa (BRASIL, 2012b). O repasse da merenda escolar chega em forma de dinheiro nas contas das escolas beneficiadas e

o valor repassado às escolas depende da modalidade de ensino. No caso da escola CEEP-PREMEN NORTE, localizada em Teresina, que oferece Ensino Médio com o Técnico Profissionalizante, não participando de nenhuma modalidade de ensino, não há obrigação para o Governo do Estado do Piauí, através da Secretaria Educação e Cultura (SEDUC), de cobrir este repasse com outros valores, limitando a esta escola receber o valor de R\$ 0,30 por dia para cada aluno, em dez parcelas mensais, para a cobertura de 200 dias letivos (BRASIL, 2012a; BRASIL, 2012e).

Para acompanhar o Programa de Alimentação Escolar foi criado o Conselho de Alimentação Escolar (CAE) como um instrumento de controle social, com a finalidade de acompanhar e monitorar os recursos federais repassados pelo FNDE, durante a aquisição de produtos adquiridos pelo PNAE, opinando sobre a sua adequação à realidade local, acompanhando a elaboração dos cardápios, zelando pela qualidade e as boas práticas sanitárias até o recebimento das refeições pelos escolares (BRASIL, 2012b; BRASIL, 2012c).

3.3.2 Cardápios e o Cardápio do Programa PNAE.

Toda elaboração de um cardápio requer domínio sobre as receitas que o compõe, utilizando a técnica dietética com a gastronomia nas receitas ou fichas técnicas. As receitas-padrão são escritas para produzir um item alimentar em quantidade e qualidade, especificadas para uso em determinado serviço. Já a ficha técnica aumenta a produtividade da cozinha e é tratada como um instrumento de treinamento que possibilita checar com exatidão os inventários do estoque, correlacionar estatísticas de pratos e de consumo, permite trabalhar com previsão de máxima e mínima no estoque, possibilita, também, calcular o preço do alimento e controlar o preço praticado.

O cardápio da Merenda Escolar é um instrumento que visa assegurar a oferta de uma alimentação saudável e adequada, que garanta o atendimento das necessidades nutricionais dos alunos durante o período letivo e atue como um elemento pedagógico, caracterizando uma importante ação de educação alimentar e os aspectos sensoriais, como as cores, os sabores, a textura, a combinação de alimentos e as técnicas de preparo (BRASIL, 2012d). A entidade gestora não pode gastar os recursos do Programa com qualquer tipo de gênero alimentício. Deverá adquirir os alimentos definidos nos cardápios do Programa de Alimentação Escolar, que são de responsabilidade da entidade, elaborados por nutricionistas capacitados, com a participação do CAE e respeitando os hábitos alimentares de cada localidade, sua vocação

agrícola e preferência por produtos básicos, dando prioridade, dentre esses, aos semi-elaborados e aos *in natura*. Caso o município não possua nutricionista capacitado, deverá solicitar ajuda ao Estado, que prestará assistência técnica aos municípios, em especial na área de pesquisa em alimentação e nutrição e na elaboração de cardápios (BRASIL, 2012b).

A nutricionista responsável pela instituição deve fornecer além do cardápio a Análise do Cardápio por Preparação de acordo com a categoria escolar, a faixa etária, a energia, os macros e micronutrientes, regida pela Resolução n ° 26, de 17 de junho de 2013 (BRASIL, 2013), com as Atribuições das Atividades Técnicas apresentadas na Resolução CFN n ° 465/2010 (BRASIL, 2010) e esta análise deve acompanhar o cardápio e ambos fixados no mural da instituição a disposição dos beneficiários.

O FNDE faz uma definição de como deve ser implantado o cardápio nas instituições que participam do programa PNAE.

Os cardápios deverão ser elaborados pelo nutricionista, considerando: o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, atendendo as necessidades nutricionais dos alunos em conformidade com a sua faixa etária e seu estado de saúde; os gêneros alimentícios produzidos em âmbito local, preferencialmente pela agricultura familiar e pelos empreendedores familiares rurais; o horário em que é servida a alimentação e o alimento adequado a cada tipo de refeição; as especificidades culturais das comunidades indígenas e/ou quilombolas; a oferta de, no mínimo, 3 porções de frutas e hortaliças por semana (200g/aluno/semana), sendo que as bebidas à base de frutas não substituem a obrigatoriedade da oferta de frutas *in natura*; os aspectos sensoriais, como as cores, os sabores, a textura, a combinação de alimentos e as técnicas de preparo (BRASIL, 2012d).

E o programa PNAE também limita a compra de alimentos processados e estabelece limites para aquisição de embutidos, doces, alimentos compostos, preparações semiprontas ou prontas para consumo e aquisição de alimentos de baixo valor nutricional (BRASIL, 2012d).

3.3.3 Os Alimentos Regionais na Escolha da Merenda Escolar.

A introdução de alimentos da agricultura familiar na elaboração dos cardápios foi feita graças a descentralização do Programa de Alimentação Escolar, que possibilitou a autonomia dos municípios na compra de gêneros alimentícios, devendo respeitar no mínimo 30% (trinta por cento) para aquisição de gêneros alimentícios produzidos pelo agricultor familiar e ou pelo empreendedor familiar rural (BRASIL, 2012e) passando assim, ser possível respeitar os hábitos alimentares dos comensais e a sazonalidade das regiões e passou a obedecer o

objetivo do PNAE, que “é atender às necessidades nutricionais dos alunos e a formação de hábitos alimentares saudáveis durante a permanência em sala de aula com oferta de refeições durante todos os dias letivos do ano e contribuir com o crescimento biopsicossocial, aprendizagem e o rendimento escolar do estudante” (DIAS et al. 2013, p.79). A escolha dos alimentos que compõe a merenda escolar no Brasil é feita levando em consideração a predominância das condições climáticas, das preferências regionais e a aquisição de produtos básicos, descreve Santos (2012) sobre a Medida Provisória nº 2.178, de 28 de junho de 2001.

(...) institui a obrigatoriedade de que 70% dos recursos transferidos pelo Governo Federal sejam aplicados pelo governo exclusivamente em produtos básicos e o respeito aos hábitos alimentares regionais e à vocação agrícola do município, fomentando o desenvolvimento da economia local (SANTOS, 2012, p. 44).

Existem cardápios específicos para cada região, mas as escolhas desses cardápios são feitas pelos gestores dos municípios, juntamente com os gestores das escolas beneficiárias do Programa. O que torna o cardápio da merenda escolar do Piauí diferenciado das demais localidades são as preferências específicas dos cidadãos locais, ou seja, para o piauiense vale muito o cheiro e o tempero da comida, que implica na concepção dos gostos. Explica Silva, L. (2014b) quando discorre em as principais produções da cozinha piauiense e descreve as preferências dos piauienses por carnes de gado, o uso de temperos e o consumo das frutas tropicais nativas em suas cozinhas.

3.4 Piauí e a Culinária Piauiense.

Segundo estudos arqueológicos, foram encontrados no Piauí, mais especificamente na Serra da Capivara, em sítios arqueológicos datados de cerca de 50.000 anos atrás, a presença de habitantes nessa região, deixando suas memórias em pinturas, desenhos, restos de cerâmicas, urnas funerárias e seixos lascados. Nas pinturas rupestres “são representadas práticas de caça, dança, luta, culto religioso em diferentes tonalidades de cores (amarela, vermelha, cinza, preta, marrom), indicando um modo de vida e uma comunicação” (ARAÚJO et al., 2008, p.16). Nos paredões existem informações sobre alimentação e moradia, pois procuravam morar perto das fontes de água abundantes provenientes da região e se alimentavam de carne de animais como preás, veados, tatus e outros; frutos e folhas, tendo como utensílios raspadores, facas e lascas confeccionados com pedaços de rocha (ARAÚJO et al., 2008).

Por volta do século XVII, o Piauí foi sendo ocupado por “colonizadores portugueses com fazendas de gado, localizadas sempre próximas às margens de rios e lagoas” (ARAÚJO et al., 2008, p.19), nestas fazendas moravam poucas pessoas, porque o trabalho com o gado criado solto exigia pouca mão-de-obra. A carne bovina e o leite passaram a ser as bases da alimentação, para complementar praticavam a agricultura de subsistência, assim como adotaram alimentos consumidos pelos indígenas para acrescentar à sua base alimentar (OLIVEIRA, 2014).

Em seu trabalho sobre a culinária piauiense Oliveira (2014) revela que não existe prato típico que define a culinária piauiense, o que existe é uma comida simples, com ingredientes da terra, em que pratos regionais com a sabedoria de um povo sertanejo extraem o sabor de cada ingrediente, formando, assim, uma culinária peculiar.

O Piauí destaca em seus pratos os sabores da terra, essas preparações são presentes nos almoços de domingo em casa ou na casa de um ente querido, em comemorações particulares, festividades locais e folclóricas.

Esta culinária simples, com comidas típicas, também se faz presente em bares, restaurantes e demais comércios locais, merecendo maior destaque os mercados públicos detalhados no trabalho de Silva, C. (2014a), em suas pesquisas sobre a o corredor gastronômico de Teresina e seus sabores. Nestes corredores podemos encontrar a carne de sol, paçoca de carne de sol, piaba frita, sarapatel, panelada, buchada de bode, baião-de-dois, galinha ao molho pardo, Maria Isabel e outras preparações de referência que fazem a comida típica do Piauí.

Nesses pratos constam ingredientes encontrados facilmente no comércio local, dos quais podemos citar alguns dos encontrados no trabalho de Silva, L. (2014b). São eles: arroz de roça, feijão de corda, farinha de mandioca, bode, carne de porco, carne-de-sol, carne de carneiro, galinha caipira, capão, miúdos (boi, porco e bode), mão de vaca, peixes, queijo coalho, manteiga da terra, urucum, alho, cheiro verde, pimenta de cheiro, que usados harmonicamente nas preparações fazem a diferença.

Um dos pratos de maiores destaques na culinária piauiense é a Maria Isabel, que consiste na mistura de arroz e carne (caprina, bovina ou aves), de gosto tão popular que rompeu fronteiras e atraiu atenção de *chefs* nacionais, com direito, no ano de 2015, ao primeiro festival intitulado de Festival Gastronômico Maria Isabel, realizado na cidade de Teresina com um concurso gastronômico. Neste ano corrente houve a segunda edição do festival, com uma grande publicidade na mídia local, repetindo o concurso gastronômico, a atração dos chefs nacionais nas aulas *shows*, apresentação de pratos que destacam a culinária

piauiense e participação dos restaurantes locais com o Maria Isabel na Rua. A curadora do Festival *Chef*. Mônica Rangel destacou em entrevista ao Portal o Dia.

O Piauí possui uma variedade de ingredientes muito interessante. São diversas possibilidades de pratos e sabores que podem surgir com esses produtos. O Festival Maria Isabel reunirá em um só espaço o melhor da culinária piauiense, além de enaltecer a cultura local (PORTAL O DIA. 2016).

3.5 Comida e Cultura na Família e na Escola.

Após o estudo da origem da merenda escolar, a importância de reconhecer esta refeição na atividade diária do estudante, as técnicas de corte e as técnicas de cocção, para poder entender o preparo da merenda escolar, as características da culinária local para compreender as suas principais preparações e ingredientes, também é necessário conhecer os gostos dos comensais que formam o corpo discente das escolas e especificamente da CEEP-PREMEN NORTE. De acordo com Oliveira e Fernandes (2012, p. 14), a cultura é “a marca da realidade humana, não é natural e nem herdada geneticamente”, significa que um estudante vindo do sul do Brasil para estudar em Teresina terá como base a cultura do Sul nas suas relações sociais, ou seja, se manifesta por meio de conhecimento, das crenças, dos hábitos, de atitudes sociais ao ponto desta cultura estabelecer significados e valores para este estudante.

Ferraccioli e Silveira (2010) discorrem em *A Influência Cultural Alimentar sobre as Recordações Palatáveis na Culinária Habitual Brasileira em Receita à Brasileira*.

A mistura brasileira resulta da contribuição cultural das principais etnias participativas do processo de formação culinária nacional: o índio, o português e o negro que contribuíram para formação de uma identidade propriamente brasileira, suas tradições e preferências gustativas desde os primeiros intercâmbios[...] Estas preferências palatáveis estão intimamente ligadas aos costumes transmitidos por décadas e nas tradições propagadas entre gerações favorecendo as predileções por um determinado paladar. Assim, o paladar não é facilmente alterado por políticas públicas, fundamentadas no argumento médico de que certos alimentos têm maior valor nutritivo. Não existe, para o povo submerso em sua cultura tácita, argumento mais persuasivo que o paladar; nenhum outro conhecimento técnico supera a memória e as recordações palatáveis. Os elementos culturais das pessoas são desenvolvidos através de um processo minucioso e, por isso, não é fácil desmistificar alguns dos conceitos e atitudes das mesmas em relação ao comportamento (FERRACCIOLI; SILVEIRA, 2010, p. 202).

Nesta citação explica-se a formação dos gostos dos brasileiros na culinária e também os comportamentos alimentares dos estudantes do CEEP-PREMEN NORTE, pois estes

trazem consigo hábitos familiares que são formados aos poucos e ao longo de décadas, absorvendo características de seus antepassados, herdadas das localidades dos quais são provenientes e assim gerando costumes e crenças sobre a mistura de alguns alimentos, a existência de horário para consumir um determinado alimento, associação de um alimento a um algum mal que pode acometer a saúde, caso seja ingerido, e assim, eles levam esses hábitos para a escola.

Nos dias atuais ainda há uma questão que interfere muito nos hábitos dos estudantes, a inserção de alimentos industrializados ricos em sal, gordura e açúcar, que fazem parte do cotidiano desses alunos fora do ambiente escolar, ou que ainda existem em cantinas escolares de escolas particulares, que são muito apreciados pelos estudantes, aumentando o risco do aparecimento de doenças no decorrer de suas vidas. Assim, de acordo com Triches e Schneider (2010), constata-se que o ambiente é decisivo na formação de hábitos alimentares e fundamental para modificar a alimentação e prevenir doenças.

Foi com essa concepção que nas escolas públicas foi proibida a venda de qualquer alimento no interior das dependências escolares para os estudantes, sendo apenas permitido o consumo dos alimentos que são distribuídos gratuitamente aos alunos, chamados de merenda escolar. Essa medida é assegurada pela Portaria Interministerial nº 1.010/2006, implementada pelo Ministério da Educação e pelo Ministério da Saúde (BRASIL, 2016).

4 METODOLOGIA

4.1 Área de Estudo

O estudo se propõe a analisar o tema de uma forma qualitativa, com uma abordagem que permite compreender as técnicas gastronômicas utilizadas na elaboração da merenda escolar, descrevendo de forma compreensível e precisa, usando a pesquisa bibliográfica como fonte de dados, por meios de livros, artigos, revistas e materiais disponíveis na *internet*.

4.2 Procedimentos.

A pesquisa ocorreu através de três etapas, sendo a primeira exploratória, baseada em pesquisa bibliográfica fundamentada por material documental sobre gastronomia, culinária piauiense, alimentação escolar, os critérios de criação e aplicação dentro do cardápio escolar, modo de preparo e técnicas de cortes e de cocção, e a produção de um receituário do cardápio da merenda escolar. E o segundo momento ocorreu através da realização de uma oficina com as merendeiras da escola em estudo, com a realização e a demonstração de técnicas e habilidades gastronômicas no intuito de melhorar a forma de preparo e aparência final do prato. No terceiro momento houve um diálogo com as merendeiras sobre a dificuldade de preparar a merenda escolar seguindo o cardápio, registrando-se de forma espontânea os relatos e as histórias, resgatando as memórias referentes aos hábitos e os cardápios alimentares do início de suas experiências como merendeira.

4.2.1 Aplicação da Oficina.

A oficina foi realizada na cantina do Centro de Educação Profissional Prefeito João Mendes Olímpio de Melo, que contém um corpo discente de 1485 alunos, oferece três lanches diários para adolescentes de 14 a 19 anos nos turnos manhã e tarde, e para jovens e adultos no turno da noite, nos horários de 9:30, 15:30 e 18:40 horas. Os insumos foram adquiridos no comércio local e escolhidos de acordo com as características físicas, levando-se em conta a aparência, as características organolépticas e o prazo de validade. A oficina foi realizada no dia 06 de abril do ano corrente, com a duração de quatro horas e a participação de três merendeiras. No ato da apresentação da oficina, foi distribuído um material de apoio contendo a justificativa, os objetivos, a abordagem e a meta estipulada para a mesma.

Das cinco merendeiras que fazem parte do quadro de funcionários da escola em estudo e se dividem em três turnos, três foram voluntárias para participar da oficina, todas pertenciam ao sexo feminino e tinham entre 42 a 64 anos. Duas apresentavam ensino médio e uma o ensino superior.

A equipe formada pelas merendeiras durante a oficina encontra-se na figura 01.

Figura 01: Equipe: Merendeiras em Ação.



Fonte: arquivo pessoal, abril de 2016.

As merendeiras participaram de forma espontânea, baseadas na curiosidade de conhecer e aprender as técnicas gastronômicas executadas em um curso de Tecnologia em Gastronomia, pois duas destas merendeiras ainda não fizeram nenhum curso ou programa de formação ou qualificação na área de atuação da merenda escolar.

Para a organização da bancada realizou-se a *mise en place* dos utensílios e dos ingredientes. *Mise en place* é um termo francês que significa colocar no lugar. Para um profissional do ramo da cozinha ou alimentação, significa organizar o ambiente de trabalho para garantir a qualidade da produção, ou seja, um conjunto de operações preparatórias que antecede a realização do trabalho, podendo ser realizado em qualquer ambiente, e por qualquer pessoa (VIEIRA et al., 2008).

Posteriormente, foram apresentadas as facas com seus nomes e seus respectivos usos; fez-se a higiene da bancada, das facas, tábuas e vegetais que seriam usados na oficina. A limpeza dos utensílios, dos alimentos e do local de trabalho deve ser feita por motivos de segurança, pois os perigos estão presentes constantemente e oferecem riscos à saúde (VIEIRA et al., 2013).

A apresentação de facas encontra-se na figura 02.

Figura 02: Apresentação de facas.

Fonte: arquivo pessoal, abril de 2016

Facas e tábuas foram colocadas na bancada e utilizou-se como recurso visual o livro de Sebess (2013) para demonstração, através das figuras ilustrativas, dos cortes que seriam aplicados nos vegetais.

4.2.2 Facas, Cortes e Vegetais Utilizados.

Foram apresentados na oficina: as facas do *chef* e uso geral, faca de legumes, faca serrilhada, faca de desossar, faca de filetar, cutelo, faca longa de filetar peixe e também a faca *santoko*, modelo de faca baseada em modelos orientais, de uso geral que serve para legumes. Os vegetais utilizados para efetuar o treinamento com as facas foram: alho, cebola, cenoura, cheiro verde, folhas de repolho, pepino, pimentão e tomate.

Os vegetais, as facas e as técnicas de cortes utilizados na oficina encontram-se na tabela 01.

Tabela 01 – Vegetais, Facas e Cortes.

Vegetais	Facas utilizadas	Cortes aplicados
Alho	Faca do <i>chef</i>	<i>Hachée</i>
Cebola	Faca do <i>chef</i>	<i>Brunoise</i>
Cenoura	Faca do <i>chef</i> e faca de legumes	<i>Julienne</i>
Cheiro verde	Faca do <i>chef</i> e faca de legumes	<i>Hachée</i> e anéis
Folhas de repolho	Faca do <i>chef</i> e faca de legumes	<i>Chiffonade</i>
Pepino	Faca do <i>chef</i> e faca de legumes	<i>Chip</i>
Pimentão	Faca do <i>chef</i> e faca de legumes	<i>Bracelet</i> , <i>bunoise</i> e rodela
Tomate	Faca do <i>chef</i>	<i>Concassé</i> e rodela

4.2.3 Métodos Aplicados na Receita Maria Isabel de Frango.

Foi produzida, durante a oficina, uma refeição do cardápio da merenda escolar do CEEP-PREMEN NORTE, com o intuito de demonstrar técnicas básicas de pré-preparo e métodos de cocção. A receita de Maria Isabel de frango foi escolhida por ser o prato que apresenta grande complexidade em sua preparação, oferecendo várias etapas em seu pré-preparo e métodos de cocção, com a finalidade de demonstrar com técnicas gastronômicas estudadas no curso de Tecnologia em Gastronomia, os processos que as merendeiras só conheciam através da prática.

As técnicas básicas de pré-preparo e métodos de cocção aplicadas no preparo da receita de Maria Isabel encontram-se na tabela 02.

Tabela 02 – Maria Isabel, Técnicas e Métodos.

Ingredientes	Técnicas de pré-preparo aplicados	Métodos de cocção aplicados
Frango inteiro	Pesagem (1,8Kg), limpeza, divisão (cortar)	Calor seco (refogar) e calor misto (ensopar)
Arroz branco	Pesagem (1Kg) métodos secos (separar) métodos úmidos (lavar)	Calor seco (refogar) e calor misto (ensopar, abafar)
Óleo	Medir (60 ml)	Usado no calor seco
Alho	Pesagem (60g) limpeza, divisão (cortar)	Calor seco (refogar)
Cebola	Pesagem (60g) métodos úmidos (lavar), divisão (cortar)	Calor seco (refogar)
Tomate	Pesagem (40g) métodos úmidos (lavar), divisão (cortar)	Calor seco (refogar)
Pimenta do reino	Divisão (moer)	-
Sal	Pesagem (20g)	-
Cheiro verde	Limpeza, Divisão (picar)	-
Colorau	Pesagem (10g)	-
Água	Medir (1500ml)	Calor úmido (fervura)

4.2.4 O Receituário das Preparações do Cardápio do CEEP-PREMEN NORTE.

Cozinheiro imperial é o primeiro livro de receitas publicado no Brasil, com sua primeira edição em 1840, foi escrito pelo *chef* de cozinha, constando somente as iniciais, R. C. M.. A sua sétima edição de 1877 possui dezesseis capítulos. Constança Oliva de Lima aparece como

compiladora das edições. O primeiro receituário brasileiro reúne receitas portuguesas antigas e nacionais com cerca de 1200 pratos, com receitas agrupadas por categorias de alimentos. Há capítulos sobre trincar carnes e uso de facas e também sobre como fazer em banho maria (COUTO, 2007).

Silva e Martinez (2014) e Domene (2014) se complementam quando falam sobre ficha técnica e receita, no sentido que ambas tornam a preparação reproduzível, economizam tempo, ajudam a manter as propriedades organolépticas ou sensoriais, mesmo sendo preparadas por pessoas diferentes, contribuem para os processos de qualidades nos serviços e garantem a qualidade do produto final. Destacam, também, que uma receita deve conter três características básicas, o nome, os ingredientes e o modo de preparo, podendo ser observados, a partir de sua composição, os aspectos culturais e sociais da população a que se destina, além da representatividade do alimento ou do produto produzido.

O receituário da Merenda Escolar da instituição em estudo foi confeccionado a partir da observação da necessidade de padronizar as preparações servidas. Este receituário teve como base o Cardápio Qualitativo Semanal do 3º Repasse de 2016, fornecido pela Instituição que administra o repasse. Sabe-se que o modo de preparo é sugestivo, tendo como referência a sugestão da nutricionista e a habilidade técnica do profissional que irá executar as preparações.

A finalidade de compor este receituário, a partir de técnicas gastronômicas aplicadas durante a oficina, foi ajudar a melhorar a confecção da merenda escolar; aumentar agilidade; reduzir e aproveitar melhor o tempo durante o preparo; fazer observações na utilização de equipamentos e de utensílios; e rever a higienização dos alimentos durante o pré-preparo e a cocção dos alimentos.

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES.

O resultado das técnicas de cortes utilizados em vegetais durante a oficina encontra-se na figura 03.

Figura 03: Tábua de cortes produzidos na oficina.



Fonte: Arquivo pessoal, abril 2016

Comparando os cortes propostos na tabela 01, com os resultados na figura 03, notou-se que o emprego da técnica de cortes em vegetais e o uso de facas, foram aplicados de acordo com os recomendados nas literaturas e apresentaram resultados semelhantes.

Os resultados demonstram que a faca do *chef* e a faca de legumes foram as mais utilizadas, mesmo tendo sido apresentadas outras facas. Segundo o Instituto Americano de Culinária (2011) a faca do *chef* tem múltiplas finalidades e é usada para picar e fatiar em tamanhos diversos, já a faca de legumes é usada para cortar aparas, frutas e outros vegetais, o que pode justificar a escolha por estes modelos no presente trabalho.

Durante a realização da oficina as participantes praticaram as técnicas de cortes em vegetais e obteve-se a produção de aparas, para poder dar modelo aos cortes *julienne*, *chip*, *anéis*, *bracelet* e *rodela*, mas não houve perdas dessas aparas utilizáveis, pois estas sofreram remodelamento e aplicação de outro corte, como as aparas das rodela dos pimentões transformaram em cortes *hachée*, sendo também aproveitadas na preparação da Maria Isabel.

O Instituto Americano de Culinária (2011) destaca que aparas utilizáveis não são sobras descartáveis e devem ser aproveitadas em outros pratos e Domene (2014) discorre que o uso das partes não convencionais de alimentos como cascas, talos e aparas nas Unidades de Alimentação e Nutrição só são satisfatórias se empregadas de modo a não traduzir segregação social.

Sebess (2013) ao treinar habilidades em seu trabalho, utiliza só um vegetal firme como a cenoura e pratica vários cortes como o *pont neut*, bastão, palito, *mirepoix*, *paysanne*, *brunoise*, rodela, *vichy*, *sifflet*, canelado e flores, demonstrando a versatilidade dos cortes, além do corte *julienne* apresentado pela oficina e conclui que apenas aplicar modelos de cortes diferentes modifica o visual das preparações e atrai o comensal.

Wright e Trueille (2013) considera o uso dos utensílios de cozinha, facilita o domínio da técnica e podem ser úteis para fazer uma apresentação autêntica dos pratos típicos.

O resultado da cocção da Maria Isabel produzida na oficina encontra-se na figura 04.

Figura 04: Maria Isabel produzida na oficina.



Fonte: Arquivo pessoal, abril 2016.

Comparando as técnicas de pré-preparo e os métodos de cocção da receita de Maria Isabel, apresentados na metodologia da tabela 02 e o emprego das técnicas durante a cocção da preparação, mostrou-se que as técnicas aplicadas foram sugestivas como as descritas nas literaturas e apresentaram respostas semelhantes aos recomendados e ainda observou-se que as técnicas aplicadas na cocção ressaltaram as características sensoriais, destacando a apresentação do prato e a performance do cozinheiro, conforme destacado na figura 04.

Sebess (2013) ao aplicar a técnica de refogar em vegetais, em pouca gordura quente, adicionando os vegetais obedecendo a uma sequência, como primeiro a cebola, o alho, o pimentão, o tomate, proporciona o cozimento por igual e o desenvolvimento de sabores e Teichann (2009) usa a mesma técnica de refogar, em peças firmes de vegetais ou carnes e aves em pedaços, utilizando o alimento na gordura em fogo alto mexendo e tampando, cozendo por alguns minutos, destampando para reduzir o líquido liberado do próprio alimento, para firmar e fixar a cor, finalizando a cocção com a técnica de ensopar

acrescentando líquido na preparação para dissolver os sabores levando a ebulição para cozer e destampando para finalizar o cozimento. O autor usa a técnica em pedaços, não classificando o tamanho das peças e tampando e destampando a panela para atingir o ponto do cozimento e completando a técnica de refogar com a de ensopar. Já Kövesi et al. (2012) e Sebess (2013) descrevem que a técnica refogar é utilizada em peças pequenas, cozidas em pouca gordura sem tampar.

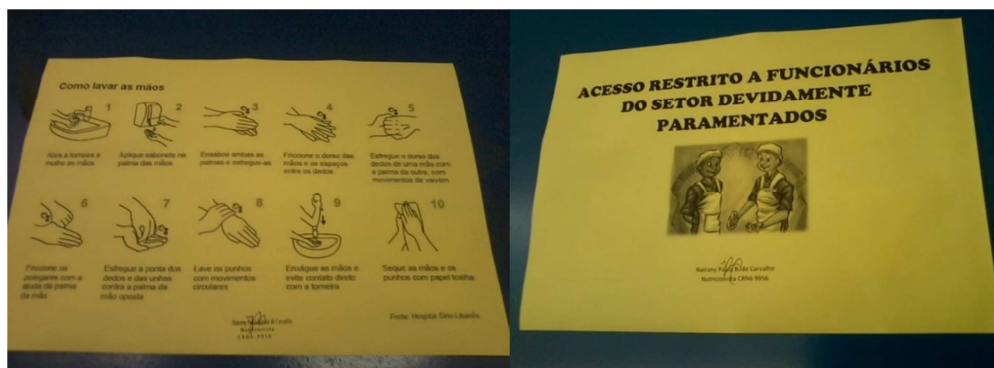
O Instituto Americano de Culinária (2011) destaca que os alimentos ensopados, em geral, são cobertos pelo líquido do cozimento e Araújo et al. (2011) afirma que essa técnica ressalta as qualidades sensoriais e minimiza as perdas nutricionais. Ambos concordam a possibilidade de outra técnica para completar o cozimento e Araújo et al. (2011) também destaca que os métodos, quando usados corretamente, tornam-se fundamentais no processo de elaboração dos alimentos e a execução da etapa de pré-preparo contribui para a redução ou a eliminação de microrganismos.

Resultado semelhante à aplicação da técnica de corte na tabela 01, e dos métodos de cocção na tabela 02, foi encontrada no trabalho da Kövesi et al. (2012), na receita de galinhada, uma preparação brasileira a base de ave e arroz, nesta a galinha é temperada, refogada, adicionado arroz e líquido para concluir o cozimento. O Instituto Americano de Culinária (2011) ao estudar as habilidades básica de cozinha descreve que a técnica de ensopar é utilizada em pratos camponeses, feitos com ingredientes de menor custo, que desenvolvem um sabor robusto e forte, de fácil preparação, podendo ser aplicados em aves e apropriados para menus contemporâneos.

Kövesi et al. (2012), ao analisar uma receita, admite que deve se levar em consideração a técnica empregada, mas também pode ser uma tarefa intuitiva, porém não se pode ignorar a necessidade de dominar estes conceitos e Teichann (2009) afirma que ao se trabalha na preparação de alimentos com criatividade, se consegue apresentar com aspectos e sabores diferentes, sem se dar conta que para obter esse resultado foi necessário apenas observar e aplicar as técnicas recomendadas.

Os cartazes produzidos após a realização da oficina encontram-se na figura 05.

Figura 05: Cartazes da cantina do CEEP-PREMEN NORTE.



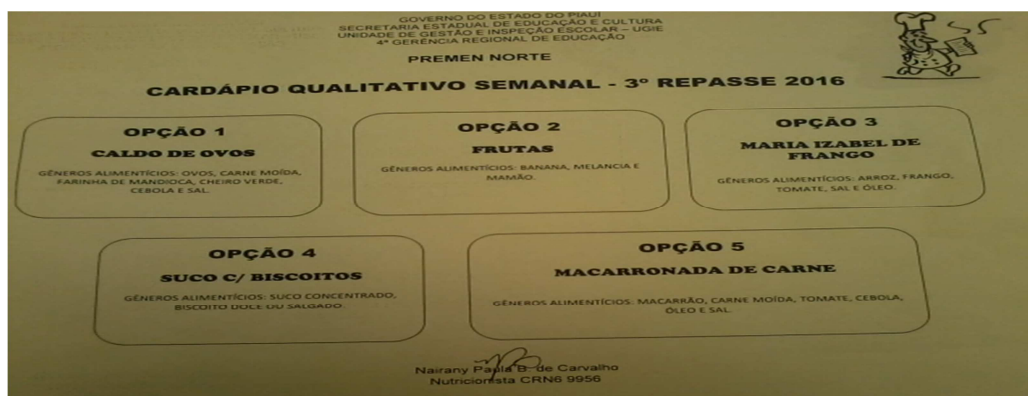
Fonte: imagens da *internet*, abril 2016.

A figura 05 apresenta os cuidados básicos como o uso de uniforme e lavagem das mãos que foram trabalhados na apresentação da oficina e encontram-se em apêndice da cartilha da oficina, sendo abordada a orientação à higiene pessoal, apresentação dos uniformes, a orientação quanto à higiene no local de trabalho, nos utensílios e nos equipamentos.

Os cartazes da figura 05 foram fixados dentro da cantina em pontos críticos, como na entrada, pedindo a utilização de vestimentas adequadas, e acima da pia, solicitando a lavagem das mãos.

O cardápio produzido pela Nutricionista da Instituição para a base do receituário encontra-se na figura 06.

Figura 06: Cardápio da merenda escolar e base do receituário.



Fonte: imagem cedida pela escola CEEP-PREMEN NORTE, abril 2016.

Na figura 06 apresenta-se o cardápio qualitativo semanal referente ao terceiro repasse do ano de 2016, baseado na ficha de cardápio que está no anexo 01, fornecida pela Instituição, nesta são encontrados os valores do repasse recebido do governo, o número de alunos beneficiários, os gêneros alimentícios permitidos para a compra e as suas respectivas quantidades. Após a confecção do receituário das preparações presentes no cardápio da merenda escolar, composto de nome, ingredientes, quantidades, modo de preparo, habilidades básicas de pré-preparo, cortes em vegetais e métodos de cocção variando de acordo com cada preparação, este foi doado às merendeiras do CEEP-PREMEN NORTE, para ajudar a padronizar a produção da merenda e otimizar o tempo de preparo.

O cardápio da Instituição em estudo, de acordo com a figura 06 e o anexo 01 contendo a Ficha de Cardápio, obedecem alguns dos objetivos e as diretrizes do programa PNAE, no sentido de ter um cardápio variado formulado de acordo a faixa etária, com participação da nutricionista responsável pelas ações alimentares. Respeita também a vocação agrícola, com a compra dos produtos alimentícios no comércio local; os hábitos alimentares, com a introdução no cardápio de ingredientes como o cheiro verde, a farinha de mandioca, o urucum e as preparações típicas como a Maria Isabel, além da adição de três frutas semanais e não oferecer produtos ricos em sal, açúcar e as altos teores de gordura como os enlatados, embutidos ou preparações semiprontas. Mas não atinge as recomendações nutricionais da Resolução nº 26/2013 (BRASIL, 2013), sendo calculado conforme o valor do repasse. Esta Resolução dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da Educação Básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE (BRASIL, 2012a).

A Análise do Cardápio por Preparação, presente no anexo 02, elaborado pela nutricionista de acordo com as atribuições das atividades técnicas da Resolução CFN nº 465/2010 (BRASIL, 2010) deve acompanhar o cardápio e serem apresentados ao público beneficiário. Ambos foram fixados no mural informativo, e na parede da cantina podendo ser visto por todos os usuários do recinto.

A gestão da escola e a nutricionista responsável participaram indiretamente da oficina, quando após a realização do projeto e a repercussão satisfatória provocadas nas participantes, forneceram a atualização do cardápio, material de apoio como os cartazes e os anexos, a sanitização da cantina e do refeitório, visando o controle de pragas e a fixação de um relógio de parede na cantina para ajudar a controlar o horário das preparações e além da conscientização para o não uso de celulares e relógios de pulso durante a preparação da merenda.

6 CONCLUSÃO

Pôde ser observado através deste breve estudo, como a alimentação é importante na relação do aluno com a escola e como os hábitos e as tradições culinárias influenciam no cotidiano do estudante, essas características podem ser observadas através dos alimentos que compõe o cardápio da merenda escolar e na sugestão do modo de preparo, adotado pelo do Centro Estadual de Educação Profissional Prefeito João Mendes Olímpio de Melo.

Os resultados indicaram que a aplicação da oficina foi satisfatória no que diz respeito ao treinamento, pois as merendeiras que participaram do projeto tomaram a iniciativa de praticar as técnicas apresentadas; assim como quanto ao apoio da instituição, que colaborou com medidas positivas após a realização da prática na cantina.

A maior contribuição desse projeto foi a constatação de que as habilidades básicas de gastronomia aplicadas no preparo da merenda escolar melhoram a aparência final do prato e destaca as características sensoriais de cor, sabor e cheiro. Além disso, a confecção do receituário ajuda as merendeiras a padronizar e administrar o tempo de preparo da merenda.

A maior limitação foi constatar, de forma real, a quantidade insuficiente do valor do repasse da Merenda Escolar. De acordo com o estudo apresentado, o programa PNAE apresenta muitas leis e diretrizes muito eficazes no papel, porém não condizentes à realidade, pois verifica-se utópica a aplicação de todo o Programa com apenas R\$ 0,30 por refeição/aluno/dia.

REFERÊNCIAS

ABREU, Kate Dayana Rodrigues de. **A implementação do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) em municípios de pequeno porte: Implicações práticas e teóricas**. Escola de Administração de Empresas de São Paulo da Fundação Getúlio Vargas. Dissertação requisitos para obtenção do título de Mestre em Administração Pública e Governo. São Paulo, 2014. Disponível em <http://bibliotecadigital.fgv.br/dspace/bitstream/handle/10438/11650/Kate%20Abreu_Disserta%C3%A7%C3%A3o_PNAE%20e%20agricultura%20familiar.pdf?sequence=2>. Acessado em 04 abr. 2016.

ARAÚJO, Wilma M. C... et al.. **Alquimia dos alimentos série alimentos e bebidas**. 2ª edição, revisada e ampliada. Editora Senac. Distrito Federal, 2011. 496p.

ARAÚJO, Jose Luis Lopes. Coordenador...et al.. **Atlas escolar do Piauí: geo-histórico e cultural**. João Pessoa, PB. Editora Grafset, 2008.

BARONE, Bruna. **Participação da agricultura familiar na alimentação escolar na região administrativa de registro – SP**. Dissertação (mestrado). Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Engenharia de Alimentos. Campinas, SP. 2014. Disponível em: <<http://www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?code=000928327&fd=y>>. Acessado em 04 abr. 2016.

BARROS, Thiara Teixeira de. **Atuação dos conselhos municipais de alimentação escolar (cae) na região metropolitana de campinas e na região administrativa de registro, estado de São Paulo**. Dissertação de mestrado. Faculdade de Engenharia de Alimentos da Universidade Estadual de Campinas. Campinas, SP. 2014. Disponível em: <<http://www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?code=000928102>>. Acessado em 21 abr. 2016.

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Sobre o PNAE**. Brasília, 2012a. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-apresentacao>>. Acessado em: 25 jun. 2016.

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Histórico**. Brasília, 2012b. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-historico>>. Acessado em 22 mar. 2016.

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Conselho de Alimentação Escolar**. Brasília, 2012c. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-conselho-de-alimentacao-escolar>>. Acessado em 23 mar. 2016.

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Alimentação e nutrição**. Brasília, 2012d. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-alimentacao-e-nutricao>>. Acessado em 23 mar. 2016.

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Execução**. Brasília, 2012e. Disponível em: <<http://www.fnde.gov.br/programas/alimentacao-escolar/alimentacao-escolar-funcionamento/execu%C3%A7%C3%A3o-alimentacao>>. Acessado em 25 jun. 2016.

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Ministério da Educação (MEC) e Ministério da Saúde (MS). Gabinete do Ministro. **Portaria interministerial nº 1.010, de 8 de maio de 2006**. Brasília, 2016. Disponível em: <https://www.fnde.gov.br/fndelegis/action/UrlPublicasAction.php?acao=abrirAtoPublico&sgl_tipo=PIM&num_ato=00001010&seq_ato=000&vlr_ano=2006&sgl_orgao=MEC/MS> . Acessado em 21 abr. 2016.

_____. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). **Resolução nº 26, de 17 de junho de 2013**. Brasília 2013. Disponível em: <https://www.fnde.gov.br/fndelegis/action/UrlPublicasAction.php?acao=getAtoPublico&sgl_tipo=RES&num_ato=00000026&seq_ato=000&vlr_ano=2013&sgl_orgao=FNDE/MEC>. Acessado em: 25 set. 2016.

_____. Conselho Federal de Nutricionistas. **Resolução nº 465, de 23 de agosto de 2010**. Brasília 2010. Disponível em: <https://www.fnde.gov.br/fndelegis/action/UrlPublicasAction.php?acao=getAtoPublico&sgl_tipo=RES&num_ato=00000465&seq_ato=000&vlr_ano=2010&sgl_orgao=CFN/EFEPL>. Acessado em: 25 set. 2016.

CHAVES, Lorena Gonçalves. BRITO, Rafaela Ribeiro de. **Políticas de alimentação escolar. Módulo 12**. Profucionário - curso técnico de formação para funcionários da educação Brasília- CAED, Universidade de Brasília, 2009. 84p.

COUTO, Cristiana. **Arte de cozinha**: alimentação dietética em Portugal e no Brasil (séculos XVII, XIX). Editora Senac. São Paulo, 2007. 176p.

DIAS, Patrícia Helena Amaral. KINASZ, Tânia Regina. CAMPOS, Maria da Penha Ferrer de Francesco. **Alimentação escolar para jovens e adultos no Município de Cuiabá – MT: Um estudo sobre a qualidade, aceitação e resto ingestão**. ISSN 0103-4235. ISSN 2179-4448 on line. Alim. Nutr. =Braz. J. Food NUtr. Araraquara. V.24, n.1, p.79-85, jan/mar.2013. Disponível em: <

bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/alimentos/article/viewFile/79/1879>. Acessado em 22 mar. 2016.

DOMENE, Semíramis Martins Álvares. **Técnicas dietéticas teorias e aplicações**. Guanabara Koogan. Rio de Janeiro, 2014. 249p.

DUTRA, Eliane Said...[et al.]. **Alimentação Saudável e Sustentável. Módulo 11**. Profucionário - curso técnico de formação para funcionários da educação Brasília; Universidade de Brasília, 2009. 88p.

FERRACCIOLI, Patrícia. SILVEIRA, Eliane Augusta da. **A influência cultural alimentar sobre as recordações palatáveis na culinária habitual brasileira**. Universidade Gama Filho, Rio de Janeiro. Brasil. Rev. enferm. UERJ, Rio de Janeiro, 2010 abr/jun; 18(2):198-203. Recebido em: 04.12.2009 – Aprovado em: 30.01.2010. Disponível em: <<http://www.facenf.uerj.br/v18n2/v18n2a06.pdf>>. Acessado em: 30 jun. 2016.

FURTADO, Silvana Melo. TOMIMATSU, Eiji. **Formação em gastronomia aprendizagem e ensino**. 1º edição. Editora Boccato. São Paulo. 2011. 211p.

HOFFMANN, Rodolfo. **Determinantes do consumo da merenda escolar no Brasil: análise dos dados da PNAD de 2004 e 2006**. Instituto de Economia, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP). Segurança Alimentar e Nutricional, Campinas, 19(1): 33-45, São Paulo, 2012. Disponível em: <http://www.unicamp.br/nepa/publicacoes/san/2012/XIX_1/docs/determinantes-do-consumo-da-merenda-escolar-no-brasil-analise-dos-dados-da-pnad-de-2004-e-2006.pdf> Acessado em: 04 abr. 2016.

HORTA, Michelle Guimarães ...[et al.]. **Aplicação de técnicas gastronômicas para a melhoria da qualidade sensorial de dietas hospitalares infantis**. ISSN 0103-4235 ISSN 2179-4448 on line. Alim. Nutr.= Braz. J. Food Nutr. Araraquara. v. 24, n. 2, p. 165-173, abr./jun. 2013 Disponível em <<http://serv-bib.fcfar.unesp.br/seer/index.php/alimentos/article/viewFile/165/2464>>. Acessado em 01 abr. 2016.

INSTITUTO AMERICANO DE CULINÁRIA. **Chef profissional**. Tradução Renata Lucia Bottini. 4ª ed. rev. São Paulo, 2011. 1235p. Título original: The Professional Chef.

KÖVESI, Betty. SIFFERT, Carlos. CREMA, Carole. MARTINOLI, Gabriela. **400g técnicas de cozinha**. Editora Nacional. 4ª reimpressão. São Paulo, 2012. 568p.

MEISSA, Vanessa prestes. **Introdução a gastronomia**. Curso Técnico de Eventos. Rede e-tec Brasil. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia – Paraná -Educação a Distância. Catalogado pela biblioteca do IFPR. Curitiba-PR, 2013. 145p.

OLIVEIRA, Bruna Maria de. **Comida e cultura: um diálogo culinário através cozinha piauiense**. Monografia apresentada ao Curso de Tecnologia em Gastronomia do IFPI Campus Teresina- Zona Sul. Piauí, 2014. Disponível em <<http://sardes.ifpi.edu.br:8080/pergamumweb/vinculos/000026/0000268c.pdf>>. Acessado em 02 abr. 2016.

OLIVEIRA, Rosangela Gonçalves de. FERNANDES, Sandro Luís. **Interculturalidade**. Curso Técnico de Eventos. Rede e-tec Brasil. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia – Paraná -Educação a Distância. Catalogado pela biblioteca do IFPR. Curitiba-PR, 2012. 171p.

PHILIPPI, Sonia Tucunduva. **Nutrição e técnica dietética**. Editora Manole. 3ª edição ampliada e atualizada. Baurer, SP. 2014. 400p.

PORTAL O DIA. **Festival Maria Isabel movimenta Teresina**. O evento reunira o melhor da culinária piauiense. Teresina PI. 09 setembro 2016. Disponível em: <<http://www.portalodia.com/noticias/piaui/festival-maria-isabel-movimenta-teresina-282340.html>>. Acessado em 25 set. 2016.

RODRIGUES, Maria de Lurdes Carlos...[et al.]. **Alimentação no Brasil. Módulo 10**. Profucionário - curso técnico de formação para funcionários da educação. Brasília; Universidade de Brasília, 2009. 92p.

SANTOS, Anete Basso dos. **A formação empreendedora em gastronomia**: desafios para os futuros gestores. Piracicaba, SP. Setembro, 2006. Disponível em: <<https://www.unimep.br/phpg/bibdig/pdfs/2006/FYTWKHQEVQCO.pdf>>. Acessado em 01 abr. 2016.

SANTOS, Laura Meneghel dos. **A política de compras governamentais e a agricultura familiar: Uma avaliação do PAA e do novo formato do PNAE**. Monografia apresentada ao curso de Bacharel em Ciências Econômicas do Instituto de Economia da Universidade Estadual de Campinas. Campinas, São Paulo, 2012. Disponível em: <www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?down=000898939>. Acessado em 04 abr. 2016.

SEBESS, Mariana. **Técnicas de cozinha profissional**. 3ª edição revista e ampliada. Senac Editoras. Rio de Janeiro, 2013. 359p.

SILVA, Sandra Maria Chemin Seabra da. MARTINEZ, Silvia. **Cardápio: guia prático para elaboração**. 3. ed. - Roca, São Paulo. 2014. 320p.

SILVA, Cristiano Ferreira. **Influências da gastronomia no processo de evolução de Teresina**. Monografia apresentada ao Curso de Tecnologia em Gastronomia do IFPI Campus Teresina- Zona Sul. Piauí. Teresina, 2014a. 58p. Disponível na biblioteca do campus.

SILVA, Luciana. **Cozinha piauiense: entre a culinária e a gastronomia**. Monografia apresentada ao Curso de Tecnologia em Gastronomia do IFPI Campus Teresina- Zona Sul. Piauí. Teresina, 2014b. 56p. Disponível na biblioteca do campus.

SOUZA, Elaine Cristina de Melo Pereira. **Alimentação como cerimônia indispensável do convívio humano**. Trabalho de conclusão do curso de pós-graduação em Gestão de Projetos Culturais e Organização de Eventos. CELACC/ECA-USP. São Paulo, 2012. Disponível em <<http://200.144.182.130/celacc/sites/default/files/media/tcc/399-1135-1-PB.pdf>>. Acessado em 24 abr. 2016.

TEICHANN, Ione Mendes. **Tecnologia culinária**. 2º edição. Coleção hotelaria. Editora Educ. Caxias do Sul, RS. 2009. 368p.

TRICHES, Rozane Marcia. SCHNEIDER, Sergio. **Reconstruindo o elo perdido; a reconexão da produção e do consumo de alimentos através do programa de alimentação escolar no município de dois irmãos (RS)**. Programa de pós-graduação em sociologia. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Rev. Segurança Alimentar e nutricional, Campinas 17(1): 1-15, 2010. Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/pgdr/publicacoes/producao textual/Sergio%20Schneider/triches-r-m-schneider-s-reconstruindo-o-201celo-perdido201d-a-reconexao-da-producao-e-do-consumo-de-alimentos-atraves-do-programa-de-alimentacao-escolar-no-municipio-de-dois-irmaos-rs-campinas-sp-revista-seguranca-alimentar-e-nutricional-17-1-1-15-2010>>. Acessado em 09 abr. 2016.

VALENTE, Flávio Luiz Schiiecki. **O Direito à Alimentação**. 13/08/2009. Disponível em: <<http://xa.yimg.com/kq/groups/21044133/1636034794/name/texto%2Bflavio%2Bvalente.pdf>>. Acessado em: 11 maio 2015.

VIEIRA, Silvia. FREUND, Francisco Tommy. PESSOA, Aurea. **Garçom: perfil profissional, técnicas de trabalho e mercado**. 2ª edição. Senac Nacional. RJ. 2008. 80p.

_____, Silvia. FREUND, Francisco Tommy. ZUANETTI, Rose. **O mundo da cozinha: perfil profissional, técnicas de trabalho e mercado**. 2ª edição. 10ª reimpressão. Senac Nacional. RJ. 2013. 135p.

WAREING, Marcus. TROTTER, Charlie. HALL, Lyn. HILL, Shaun. **Facas e cortes técnicas para cortar, trincar, picar e filetar legumes, peixes, carnes e frutas.** Publifolha. São Paulo, 2011. 224p.

WRIGHT, Jeni. TRUEILLE, Erc. **Le cordon bleu todas as técnicas culinárias.** Editora Marco Zero. 10ª reimpressão. São Paulo, 2013. 352p.

APÊNDICE 01

CARTILHA DA OFICINA

OFICINA DE HABILIDADES BÁSICAS

ASSUNTO: Habilidades Básicas em Gastronomia

LOCAL DA OFICINA: Centro Estadual de Educação Profissional Prefeito João Mendes Olímpio de Melo. CEEP-PREMEN NORTE

ENDEREÇO: Rua Dr. Área Leão, Vila Operaria, Teresina – PI

Telefone: (86) 3216-3272

DIREÇÃO DA INSTITUIÇÃO: Cosmos Barros

PUBLICO ALVO: merendeiras da escola CEEP - PREMEN NORTE

TURMA: Merendeiras em Ação

Cronograma:

Ministrante: Albertina Rodrigues da Silva, formanda do curso Tecnólogo em Gastronomia

Carga Horária: 04 horas/aula

Dia da oficina: 06/04/2016

Local da oficina: cozinha do CEEP-PREMEN NORTE

Número de participantes: 03

Justificativa da oficina:

Ampliar as oportunidades de conhecimentos das merendeiras em habilidades básicas de gastronomia, visando melhorar o trabalho na cozinha e facilitar o preparo da merenda escolar.

Objetivos da oficina;

Conhecer as habilidades básicas da cozinha.

Reconhecer e executar as técnicas culinárias básicas

Orientar quanto a higiene pessoal e o uso de roupas adequadas para a realização das atividades: uniformes, aventais, toucas, sapatos, etc.

Meta da oficina:

Aprimorar as habilidades das merendeiras relacionadas a confecção da merenda escola.

Abordagem da oficina:

- Orientação a higiene pessoal.
- Orientação quanto a higiene no local de trabalho, utensílios e equipamentos.
- Apresentação dos uniformes.
- Apresentação das facas e as formas de uso.
- Apresentação das Habilidades básicas de cozinha
- Preparação de receitas da merenda escolar utilizando as habilidades apresentadas.

ROTEIRO DE OFICINA

PRÁTICA 01

Assunto: habilidades básicas em culinária.

Objetivos: aplicação de técnicas básicas de cortes utilizando facas e cortes variados em vegetais.

Material utilizado: Tábua de polietileno, faca do *chef* e faca de legumes.

Alho	<i>Hachée</i>
Cebola	<i>Brunoise</i>
Cenoura	<i>Julienne</i>
Cheiro verde	<i>Hachée</i> e Anéis
Folhas de repolho	<i>Chiffonade</i>
Pepino	<i>Chip</i>
Pimentão	<i>Bracelet, Brunoise</i> e Rodelas
Tomate	<i>Concassé</i> e Rodelas

Modo de preparo:

Fazer a higiene dos utensílios de cozinha.

Fazer a higiene dos vegetais.

Aplicar as técnicas de cortes, utilizando como recurso visual as figuras de cortes ilustradas no livro da SEBESS (2013).

ROTEIRO DE OFICINA

PRÁTICA 02

Assunto: habilidades básicas em culinária.

Objetivos: aplicação de técnicas básicas de pré-preparo e de cocção.

Material utilizado: Tábua de polietileno, facas, panelas, fogão.

Maria Isabel de frango

Ingredientes	Quantidades
Frango inteiro	1.8 Kg
Arroz branco	1 Kg
Óleo	60 ml
Cebola	60 g
Alho	20 g
Tomate	40g
Pimenta do reino	QB*
Sal	QB*
Cheiro verde	QB*
Colorau	QB*

*Refere-se a quanto bastar.

Técnicas de cortes: faca do *chef* e faca de legumes.

Cebola – *brunoise*, alho – *hachée*, tomate – *concassé*, cheiro verde – *hachée*.

Técnicas de pré-preparo:

Limpeza, divisão simples e união.

Métodos de cocção: calor seco e calor misto.

Refogar – cebola e alho

Refogar – frango

Ensopar – arroz com frango

Abafar – arroz com o frango

Modo de preparo:

Higienizar os vegetais e os utensílios de cozinha.

Higienizar e cortar o frango em pedaços pequenos.

Cortar a cebola, o alho, o tomate, a cebola, e o cheiro verde de acordo com o a técnica pedida.

Temperar o frango com sal, pimenta, colorau e reserve.

Em uma panela aquecer o óleo e refogar a cebola, o alho, adicione o tomate e o frango temperado, devendo ser refogado sem o acréscimo de líquido. Abaixar o fogo e deixe o frango cozinhar na gordura e em seu próprio líquido.

Acrescentar o arroz e refogar. Adicionar água fervente para ensopar e acelerar o cozimento.

Após secar o líquido, deixar o fogo brando e abafar a Maria Isabel para finalizar o cozimento.

Depois do grão cozido, apagar o fogo e adicionar o cheiro verde.

Servir quente.

APÊNDICE 02

CEEP-PREMEN NORTE

RECEITUÁRIO DO CARDÁPIO SEMANAL

Opção 01: Caldo de carne com ovos.

Ingredientes:	Quantidade:	Fotos da preparação
Carne moída	7,5 Kg	 
Sal	QB*	
Pimenta do reino	QB*	
Colorau	200 g	
Óleo	700 ml	
Cebola	500 g	
Alho	150 g	
Tomate	400 g	
Cheiro verde	2 maços	
Água fervente	QB*	
Ovos	40 unidades	
Farinha de mandioca	2 Kg	

*Refere-se o quanto bastar.

Modo de preparo:

Higienizar os vegetais e os utensílios de cozinha.

Temperar a carne moída com sal e pimenta e colorau.

Cortar a cebola em cubos pequenos (*brunoise*).

Picar o alho no menor tamanho possível (*hachée*).

Cortar os tomates em cubos pequenos (*concassé*).

Picar o cheiro verde no menor tamanho possível (*hachée*). Reservar para o final da preparação.

Dividir todos os ingredientes em partes iguais, para que possa ser cozido em dois tachos de 40 litros.

Em um tacho aquecer o óleo refogar a cebola e o alho, acrescentar o tomate, a carne moída temperada e refogar até a carne ficar com aparência pálida. Acrescentar água quente aos poucos para ensopar até cozinhar.

Fritar 20 ovos mexidos em óleo quente numa panela a parte e reservar.

Misturar os 1 Kg de farinha em aproximadamente 5 litros de água em temperatura ambiente.

Na panela que contem a carne cozinhando, acrescentar 1kg de farinha que estava de molho e mexa firmemente para evitar pelotas, acrescentar mais água se for necessário, depois do caldo pronto acrescentar os ovos mexidos e o cheiro verde.

No outro tacho repetir o mesmo processo.

Servir quente.

CEEP-PREMEN NORTE**RECEITUÁRIO DO CARDÁPIO SEMANAL****Opção 02: frutas**

Ingredientes	Quantidades	Fotos da preparação
Banana	30 Kg	
Mamão	30 Kg	
Melancia	40 Kg	

Modo de preparo:

Higienizar as frutas e os utensílios de cozinhas.

Bananas: separar as bananas em unidades mantendo a casca.

Mamão: retirar a casca e as sementes e cortar em tamanhos regulares e adequado a uma porção.

Melancia: retirar a casca e as sementes aparente, e cortar em tamanhos regulares e adequado a uma porção.

Colocar em depósitos retangulares com tampa até a hora de servir.

Servir em temperatura ambiente.

CEEP-PREMEN NORTE

RECEITUÁRIO DO CARDÁPIO SEMANAL

Opção 03: Maria Isabel de Frango

Ingredientes	Quantidades	Fotos da preparação
Frango inteiro	20 Kg	 
Sal	QB*	
Pimenta do reino	QB*	
Colorau	200 g	
Óleo	500 ml	
Alho	200 g	
Cebola	600 g	
Tomate	400 g	
Cheiro verde	3 maços	
Arroz	13 Kg	
Água fervente	QB*	

*Refere-se a quanto bastar.

Modo de preparo:

Higienizar os vegetais e os utensílios de cozinha.

Higienizar e cortar o frango em pedaços pequenos.

Temperar o frango com sal, pimenta, colorau e reservar.

Cortar a cebola em cubos pequenos (*brunoise*).

Picar o alho no menor tamanho possível (*hachée*).

Tomates em cubos pequenos (*concassé*).

Picar o cheiro verde no menor tamanho possível (*hachée*). Reservar para o final da preparação.

Dividir todos os ingredientes em três partes iguais, para que possa ser cozido em três tachos de 40 litros.

Em um tacho aquecer o óleo e refogar a cebola e o alho, adicionar o tomate e o frango temperado, devendo ser refogado sem o acréscimo de líquido. Abaixar o fogo e deixar o frango cozinhar na gordura e em seu próprio líquido.

Acrescentar o arroz e refogar. Adicionar água fervente para ensopar e acelerar o cozimento.

Após secar o líquido, deixar o fogo brando e abafar a Maria Isabel para finalizar o cozimento.

Depois do grão cozido apagar o fogo e adicionar o cheiro verde.

Repetir o processo novamente nos outros dois tachos.

Servir quente.

CEEP-PREMEN NORTE

RECEITUÁRIO DO CARDÁPIO SEMANAL

Opção 04: suco de fruta com biscoito

Ingredientes	Quantidade	Fotos da preparação
Polpa de fruta adoçada concentrada de caju	15 litros	
Biscoito de água e sal	16 pacotes de 400 g	
Água filtrada e gelo	43 litros (variável)	

Modo de preparo:

Higienizar os utensílios de cozinha.

Em um caldeirão de 60 litros colocar a polpa de fruta adoçada e adicionar água e mexer para misturar bem. Acrescentar gelo em pedaços para manter o suco gelado até a hora de servir.

Em um depósito retangular com tampa disponha os biscoitos para ser servido.

Observação: a polpa de fruta varia de acordo com a safra e disponibilidade no mercado, podendo ser de manga, caju, goiaba, acerola, tamarindo, cajá e maracujá.

O biscoito varia entre biscoito maria doce e creme cracker.

CEEP-PREMEN NORTE

RECEITUÁRIO DO CARDÁPIO SEMANAL

Opção 05: macarrão com carne moída

Ingredientes	Quantidades	Fotos da preparação
Carne moída	7,5 Kg	 
Sal	QB*	
Pimenta do reino	QB*	
Colorau	200 g	
Óleo	400 ml	
Alho	150 g	
Cebola	400 g	
Tomate	QB*	
Cheiro verde	2 maços	
Água fervente	QB*	
Macarrão	20 pacotes de 500g	

*Refere-se a quanto basta.

Modo de preparo:

Higienizar os vegetais e os utensílios de cozinha.

Temperar a carne moída com sal, pimenta e colorau.

Cortar a cebola em cubos pequenos (*brunoise*).

Picar o alho no menor tamanho possível (*hachée*).

Cortar os tomates em cubos pequenos (*concassé*).

Picar o cheiro verde no menor tamanho possível (*hachée*). Reservar para o final da preparação.

Em um tacho aquecer o óleo e refogar a cebola e o alho, adicionar o tomate, a carne moída temperada e refogar até a carne ficar com aparência pálida. Evitar acrescentar líquidos. Cozinhar em fogo baixo.

Pegar 10 pacotes de macarrão e disponha numa bacia e reservar.

Em um tacho colocar água acima do meio e levar para ferver, acrescentar sal, e quando água estiver em ebulição constante acrescentar o macarrão reservado. Mexer para o macarrão não grudar uns aos outros.

Quando o macarrão estiver *al dente* retirar do fogo, escorrer e lavar com água em temperatura ambiente para resfriar e encerrar o processo de cocção. Passar um fio de óleo no macarrão escorrido, para evitar que ele grude uns nos outros e reservar.

Em outro tacho repetir o mesmo procedimento com o macarrão para cozinha-lo.

Pegar a carne e o macarrão e fazer o seguinte processo: adicionar em porções a carne e o macarrão até que a carne e o macarrão tenham sido completamente misturado.

Servir quente.

APÊNDICE 03

ENTREVISTA INFORMAL - DEPOIMENTOS

Francisca das chagas, 64 anos.

Merendeira, trinta anos de serviço público e 6 anos exercendo a função de merendeira no PREMEN.

“Quando eu entrei no estado eu ajudava na cantina, nessa época tinha muita fartura, chegava um caminhão cheio de merenda, faltava prato, copo e colher, mas tinha muita merenda, a criança enchia a barriga na escola, não tinha essa história de porção.”

Maria José Evangelista, 59 anos.

Merendeira aposentada, ex-merendeira do PREMEN, mais de trinta anos de serviço público, todos eles exercendo a função de merendeira.

“Comecei a trabalhar em escolas ainda na década de setenta, passei bons e maus momentos numa cantina, tinha uma época que a merenda vinha tudo semipronta, teve um período que vinha merenda e o fogão era pequeno, não tínhamos gás, dependia do caixa escola para comprar gás e tempero. Muitas vezes cozinhei a merenda na lenha ou no carvão. Mas era um tempo bom.”

Nelia Oliveira, 40 anos.

Trabalhou nos anos letivos de 2014 e 2015, prestando serviço na escola PREMEN como merendeira. Hoje presta serviço na escola Liceu Piauiense.

“Fiquei muito preocupada com a saúde desses alunos, foram quatro meses de enlatados, sopa pronta, preparações estranhas como quitute com cuscuz. A escola deixou de receber o repasse em dinheiro e chegou uma variedade de enlatados, comprados pelo governo, os alunos acostumados a comer comida normal reclamavam deste cardápio absurdo e com muita razão.”

ANEXO 01

FICHA DO CARDÁPIO



GOVERNO DO ESTADO DO PIAUÍ
Secretaria Estadual de Educação Cultura
Superintendência de Ensino - SUPEN
4ª Gerência Regional de Educação



FICHA DE CARDÁPIO: 2º REPASSE LANCHE REGULAR 2016

NOME DA ESCOLA				MUNICÍPIO			
ESCOLA TÊC. ESTADUAL PREF. JOÃO M.O. MELO (PREMEN NORTE)				TERESINA			
Nº DE ALUNOS:	1.485	DÍAS/ATEN D:	20	TOT. DE REF.	29.700	REPASSE R\$	8.910,00
CARDÁPIO	GÊNEROS ALIMENTÍCIOS	PERCAPTA	QUANT. DIÁRIA Kg	FREQ	QUANT TOTAL Kg	PREÇO UNIT. R\$	CUSTO FINAL R\$
CALDO DE OVOS	OVOS	0,15	223	4	892	0,45	401,4
	CARNE MOÍDA	12	18	4	72	15,5	1116
	FARINHA DE MANDIOCA	10	15	4	60	6,5	390
	CHEIRO VERDE	1	10,00	4	40	2,20	88
	*CEBOLA	0,5	1,52	4	4	6,20	24,8
	SAL	0,5	0,75	4	3	1,10	3,3
SALADA DE FRUTAS	*BANANA	40	59,50	4	238,00	4,13	982,94
	*MELANCIA	70	103,75	4	415,00	1,50	622,50
	*MAMÃO	40	59,50	4	238,00	2,63	625,94
SUCO CONC C/BISCOITO	SUCO CONC	25	8,00	4	32,00	7,60	243,20
	BISCOITO SALGADO	25	37,00	4	148,00	8,90	1.317,20
MARIA ISABEL DE FRANGO	ARROZ	25	37,00	4	148,00	3,45	510,60
	FRANGO	12	18,00	4	72,00	8,90	640,80
	*TOMATE	2	1,25	4	5,00	5,84	29,20
	SAL	0,5	0,75	4	3,00	1,10	3,30
	ÓLEO	1	1,50	4	6,00	4,60	27,60
MACARRONADA DE CARNE	MACARRÃO	25	37,00	4	148,00	4,60	680,80
	CARNE MOÍDA	12	18,00	4	72,00	15,50	1.116,00
	*TOMATE	2	1,25	4	5,00	5,84	29,20
	*CEBOLA	2	1,00	4	4,00	6,20	24,80
	ÓLEO	1	1,50	4	6,00	4,60	27,60
	SAL	0,75	1,00	4	3,00	1,10	3,30
CONDIMENTO							1,52
TOTAL R\$							8.910,00

Consistência: normal
per capita: R\$ 0,30

PAUTA DE GÊNEROS: 2º REPASSE LANCHE REGULAR 2016

GÊNEROS ALIMENTÍCIOS	UNIDADE	QUANT. TOT AL KG	PREÇO UNIT R\$	CUSTO FINAL R\$
SUCO CONC.	GALÃO (SL)	32,00	7,60	243,20
OVOS	UND	892,00	0,45	401,40
*BANANA	KG	238,00	4,13	982,94
*MELANCIA	KG	415,00	1,50	622,50
CHEIRO VERDE	MÇ	40,00	2,20	88,00
*MAMÃO	KG	238,00	2,63	625,94
FARINHA DE MANDIOCA	KG	60,00	6,50	390,00
BISCOITO SALGADO	KG	148,00	8,90	1.317,20
ARROZ	KG	148,00	3,45	510,60
FRANGO	KG	72,00	8,90	640,80
*CEBOLA	KG	8,00	6,20	49,60
*TOMATE	KG	10,00	5,84	58,40
SAL	KG	9,00	1,10	9,90
ÓLEO	UND(900mL)	12,00	4,60	55,20
MACARRÃO	KG	148,00	4,60	680,80
CARNE MOÍDA	KG	144,00	15,50	2.232,00
CONDIMENTO				1,52

*AGRICULTURA FAMILIAR (AGF)

AGF TOTAL R\$: 2.339,38

DATA: 07/03/2016 (Verificar data de crédito no extrato bancário)

- Obs.: 1. Somente realizar a compra dos gêneros após o repasse ser creditado.
2. Cardápio elaborado a partir da planilha de preços atualizada.
3. Este cardápio não atinge as recomendações nutricionais da resolução nº 26/2013 sendo calculado conforme o valor do repasse

Nairany Paula B. de Carvalho
Nutricionista CRN6 9956

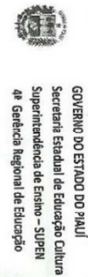
ANEXO 02

ANÁLISE DO CARDÁPIO POR PREPARAÇÃO

CEEP - PIREMEN NORTE

7º MERLASSE LANCHE REGULAR 2016

ANÁLISE DO CARDÁPIO POR PREPARAÇÃO



GOVERNO DO ESTADO DO PARÁ
Secretaria Estadual de Educação Cultura
Superintendência de Ensino - SUPEN
4ª Gerência Regional de Educação



PREPARAÇÃO 01: CALDO DE CARNE COM OVOS

Nutrientes	%	Kcal	g
HC	39,45905	30,432	7,808
Prot	24,51988	18,008	4,727
Lip	36,02427	27,783	3,087
Fibras	0	0	0,086
Ca	0	0	21,35
Fe	0	0	1,652
Vit A	0	0	30,54
Vit C	0	0	2,19
Mg	0	0	5,4837
Zn	0	0	0,2794
Total	100	77,123	77,5131

PREPARAÇÃO 02: SALADA DE FRUTAS

Nutrientes	%	Kcal	g
HC	81,37056	39,4	14,85
Prot	4,08014	2,84	0,66
Lip	4,58823	2,87	0,33
Fibras	0	0	0,385
Ca	0	0	14,3
Fe	0	0	0,88
Vit A	0	0	28,8
Vit C	0	0	57,2
Mg	0	0	21,5
Zn	0	0	0,5805
Total	100	65,01	137,855

Quantidade Encontrada de cada nutriente (g)	Kcal	HC	Prot	Lip	Ca	Fe	Vit A	Vit C
FAIXA ETÁRIA 6 - 10	79,21	7,808	4,727	3,087	21,35	1,652	30,54	2,19
% Adequação	300	48,6	9,4	7,5	210	1,9	100	7
Quantidade Recomendada	26,40333	16,59016	50,28723	41,16	10,1743	91,7778	30,54	31,28571
% Adequação	435	70,7	13,6	10,9	260	2,1	140	12
Quantidade Recomendada	18,2092	10,76086	34,75735	28,3211	9,215355	78,6667	21,8429	19,25
% Adequação	500	81,3	15,6	12,5	260	2,6	160	14
Quantidade Recomendada	15,442	9,357324	30,30728	24,686	9,215355	33,5346	19,8875	15,4285
% Adequação	450	73,1	14	11,3	200	2,6	160	17
Quantidade Recomendada	17,0222	10,40768	33,74429	27,71658	10,68	53,5346	19,8875	12,8225
% Adequação	435	70,7	13,6	10,9	220	2,1	160	17
Quantidade Recomendada	18,2092	10,76086	34,75735	28,3211	9,215355	78,6667	19,8875	12,8225

Quantidade Encontrada de cada nutriente (g)	Kcal	HC	Prot	Lip	Ca	Fe	Vit A	Vit C
FAIXA ETÁRIA 6 - 10	57,2	14,85	0,66	0,33	14,3	0,88	28,8	57,2
% Adequação	300	48,6	9,4	7,5	210	1,9	100	7
Quantidade Recomendada	19,06867	30,43033	7,021277	4,4	6,809524	48,8888	28,8	81,7459
% Adequação	435	70,7	13,6	10,9	260	2,1	140	12
Quantidade Recomendada	13,14843	21,00424	4,852941	3,027923	5,5	41,60418	20,2327	47,6667
% Adequação	500	81,3	15,6	12,5	260	2,6	160	14
Quantidade Recomendada	11,44	18,2658	4,230759	2,64	5,5	33,64675	17,176	40,8714
% Adequação	450	73,1	14	11,3	200	2,6	160	17
Quantidade Recomendada	12,7111	20,31464	4,714295	2,920354	7,15	33,64675	17,176	33,4709
% Adequação	435	70,7	13,6	10,9	220	2,1	160	17
Quantidade Recomendada	13,14843	21,00424	4,852941	3,027923	5,5	41,60418	17,176	33,4709

Natany Paiva Salles de Carvalho
Nutricionista
CRN6-9956

HC - HIGIENIZADO E CARNICHO

PREPARAÇÃO 03: SUCO COM BISCOITO

Análise da Dieta Encontrada				
Nutrientes	%	Kcal	g	
HC	84,1(187)	99,4	24,85	
Prot	6,98(747)	8,26	2,065	
Lip	8,90(383)	10,53	1,17	
Fibras	0	0	0,35	
Ca	0	0	7,65	
Fe	0	0	0,695	
Vit A	0	0	4,65	
Vit C	0	0	7,8	
Mg	0	0	5,4	
Zn	0	0	0	
Total	100	118,19	54,93	

Quantidade Encontrada de cada nutriente (g)									
Kcal	HC	Prot	Lip	Ca	Fe	Vit A	Vit C		
117,55	24,85	2,065	1,17	7,65	0,695	4,65	7,8		
300	48,8	9,4	7,5	210	1,8	100	100		
39,18(33)	50,92(23)	21,96(80)	15,6	3,78(714)	38,61(11)	4,65	111,42(8)		
435	70,7	13,6	10,9	280	2,1	140	140		
37,02(29)	35,14(61)	15,18(82)	10,73(94)	3,05(692)	33,09(524)	3,321(429)	6,5		
500	81,3	15,6	12,5	280	2,6	160	14		
23,51	30,55(61)	13,23(78)	9,36	3,05(692)	28,73(97)	2,90(525)	55,71(429)		
450	73,1	14	11,3	200	2,6	160	17		
36,12(22)	33,94(53)	14,75	10,35(98)	3,975	28,73(97)	2,90(525)	45,88(25)		
435	70,7	13,6	10,9	220	2,1	160	17		
37,02(29)	35,14(61)	15,18(82)	10,73(94)	3,05(692)	33,09(524)	2,90(525)	45,88(25)		

PREPARAÇÃO 04: MARIA ISABEL DE FRANCO

Análise da Dieta Encontrada				
Nutrientes	%	Kcal	g	
HC	61,92(787)	72,212	18,053	
Prot	14,29(514)	16,612	4,153	
Lip	23,82(319)	27,783	3,087	
Fibras	0	0	0,156	
Ca	0	0	14,9	
Fe	0	0	1,461	
Vit A	0	0	6,55	
Vit C	0	0	0,5	
Mg	0	0	14,45	
Zn	0	0	0,122	
Total	100	116,607	63,397	

Quantidade Encontrada de cada nutriente (g)									
Kcal	HC	Prot	Lip	Ca	Fe	Vit A	Vit C		
117,55	18,053	4,153	3,087	14,9	1,461	6,53	0,5		
300	48,8	9,4	7,5	210	1,8	100	7		
39,18(33)	35,93(85)	44,18(80)	41,16	7,09(238)	81,16(637)	6,53	7,14(257)		
435	70,7	13,6	10,9	260	2,1	140	12		
37,02(29)	25,54(65)	30,55(67)	28,32(11)	5,70(768)	69,57(143)	4,65(428)	4,16(667)		
500	81,3	15,6	12,5	260	2,6	160	14		
23,51	22,20(54)	28,62(79)	24,69(6)	5,70(768)	56,19(231)	4,08(128)	3,57(429)		
450	73,1	14	11,3	200	2,6	160	17		
36,12(22)	24,69(63)	28,62(79)	27,31(85)	7,45	56,19(231)	4,08(128)	2,94(176)		
435	70,7	13,6	10,9	220	2,1	160	17		
37,02(29)	25,54(65)	30,55(67)	28,32(11)	6,77(277)	69,57(143)	4,08(128)	2,94(176)		

PREPARAÇÃO 05: MACARONADA DE CARNE

Análise da Dieta Encontrada				
Nutrientes	%	Kcal	g	
HC	61,23(72)	72,552	18,138	
Prot	14,68(87)	17,404	4,351	
Lip	24,07(303)	28,521	3,169	
Fibras	0	0	0,089	
Ca	0	0	16,1	
Fe	0	0	1,544	
Vit A	0	0	7,14	
Vit C	0	0	1	
Mg	0	0	4,15	
Zn	0	0	0,223	
Total	100	118,477	55,904	

Quantidade Encontrada de cada nutriente (g)									
Kcal	HC	Prot	Lip	Ca	Fe	Vit A	Vit C		
117,55	18,138	4,351	3,169	16,1	1,544	7,14	1		
300	48,8	9,4	7,5	210	1,8	700	7		
39,80(32)	37,16(83)	46,28(72)	42,25(33)	7,66(86)	85,77(78)	7,14	14,28(71)		
435	70,7	13,6	10,9	260	2,1	140	12		
37,45(67)	25,54(65)	31,99(58)	29,07(39)	6,19(208)	73,52(381)	5,1	5,33(333)		
500	81,3	15,6	12,5	260	2,6	160	14		
23,82	22,30(96)	27,89(10)	25,345	6,19(208)	59,38(42)	4,48(2)	7,14(257)		
450	73,1	14	11,3	200	2,6	160	17		
36,53(56)	24,87(25)	31,07(87)	28,04(42)	8,05	59,38(42)	4,48(2)	5,82(25)		
435	70,7	13,6	10,9	220	2,1	160	17		
37,45(67)	25,54(65)	31,99(58)	29,07(39)	7,31(182)	73,52(381)	4,48(2)	5,82(25)		

Natany Paula Batista de Carvalho
Nutricionista CRN6: 9956

Natany Paula Batista de Carvalho
Nutricionista
CRN6: 9956