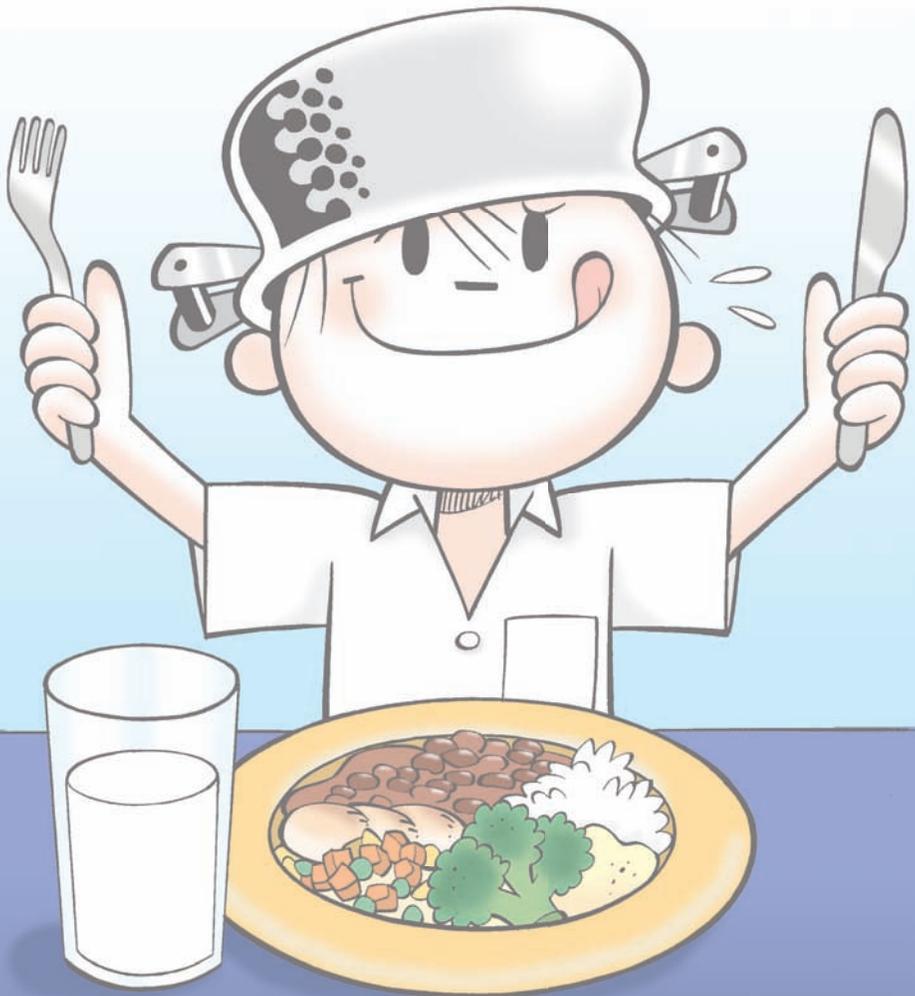


# VAMOS CUIDAR DA MERENDA ESCOLAR







# Índice

<b>Alimentação, um direito de todos</b>	<b>5</b>
<b>A história do PNAE</b>	<b>6</b>
<b>Objetivos do PNAE</b>	<b>8</b>
<b>Recursos garantidos</b>	<b>10</b>
<b>Alimentos básicos</b>	<b>12</b>
<b>De olho no cardápio!</b>	<b>14</b>
<b>Cuidados para evitar desperdício</b>	<b>16</b>
<b>De olho no dinheiro!</b>	<b>18</b>
<b>Quem faz parte do CAE</b>	<b>20</b>
<b>Saiba mais sobre o CAE</b>	<b>22</b>
<b>Não fique quieto, denuncie!</b>	<b>24</b>
<b>Boas idéias para melhorar a merenda</b>	<b>26</b>
<b>Merenda para toda a vida</b>	<b>30</b>







# Alimentação, um direito de todos

O direito mais importante do ser humano é o direito à vida e ele só está totalmente garantido quando não existe fome nem desnutrição.

Mesmo o Brasil sendo um dos maiores produtores mundiais de alimentos, muitos brasileiros ainda passam fome. Isso é um problema sério e as maiores vítimas desta situação são as crianças.

Por outro lado, o número de meninos e meninas com excesso de peso tem aumentado bastante nos últimos anos por causa dos maus hábitos alimentares. Sem uma refeição diária saudável, a criança pode desenvolver doenças graves ou comprometer o seu desenvolvimento físico e mental.

Para ajudar a combater e prevenir a desnutrição e os maus hábitos alimentares, existe o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

Esta cartilha conta como funciona o PNAE e mostra como você pode participar e acompanhar este Programa na sua cidade. Afinal, só com um povo bem alimentado o Brasil poderá crescer forte e feliz.





## A história do PNAE

O PNAE é o mais antigo programa social do Governo Federal na área da Educação. Desde sua criação, em 1954, até 1993, ele esteve nas mãos do Governo Federal, que comprava e distribuía os alimentos para as escolas de todo o País.

A partir de 1994 isso começou a mudar. Atualmente, o Programa Nacional de Alimentação Escolar é coordenado pelo Governo Federal, mas quem coloca ele em prática são as EEs (Entidades Executoras), que são basicamente os Estados, o Distrito Federal e os Municípios.

Sem a necessidade de fazer qualquer convênio ou contrato, o Governo Federal transfere dinheiro do FNDE (Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação) – órgão responsável pela coordenação do PNAE – às EEs para que elas comprem produtos para fazer a merenda, de acordo com o número de alunos de cada município.





QUEREMOS UMA MERENDA  
MELHOR! ENTRE PARA  
O NOSSO TIME!





## Objetivos do PNAE

Entre os objetivos do PNAE estão:

- garantir, no mínimo, 15% das necessidades nutricionais diárias dos alunos e 30% no caso de alunos de escolas indígenas e quilombolas.
  - ajudar a melhorar a capacidade de as crianças aprenderem o que é ensinado.
  - criar bons hábitos alimentares.

O programa atende hoje cerca de 37 milhões de crianças de todos os estados do Brasil matriculadas em creches, pré-escolas e ensino fundamental de escolas públicas e entidades filantrópicas. Isso representa cerca de 21% da população brasileira. O mais grave é que, para muitas dessas crianças, a merenda é a principal refeição do dia.

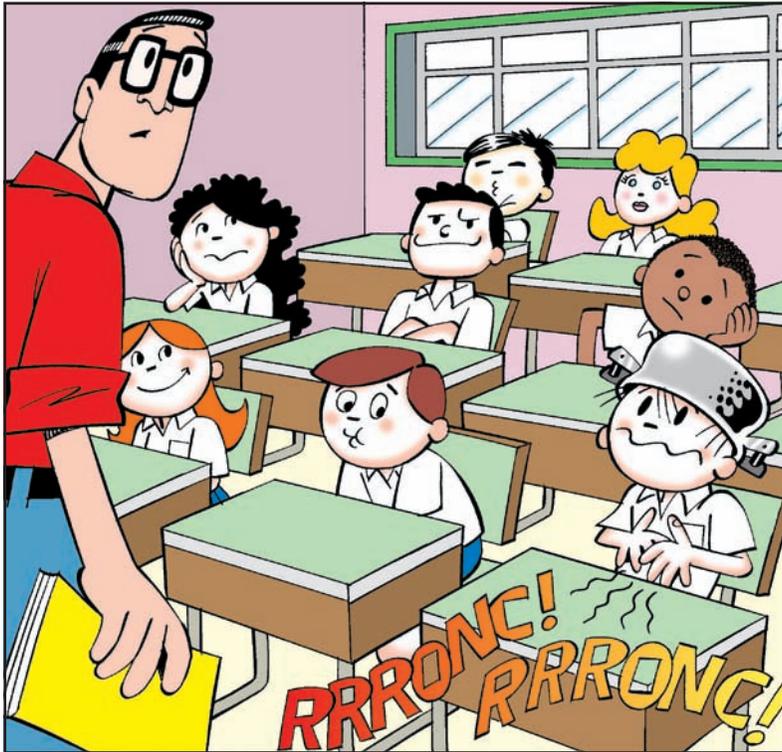
Garantir 15% das necessidades nutricionais diárias de uma criança equivale a oferecer a ela aproximadamente:

- 1 escumadeira cheia de macarrão com molho de tomate, uma coxa de frango e salada.
- 1 escumadeira cheia de arroz, 1/2 concha de feijão, 1 colher cheia de carne moída com legumes.
- 1 concha cheia de polenta (angu) com molho de carne e salada.
- 1 caneca de leite integral, 1 pão francês com manteiga e fruta.





CALMA, MENINADA!  
FALTA POUCO PARA A HORA  
DA MERENDA!





## Recursos garantidos

Em 1997, foi criado o FNDE, que tem seus recursos garantidos no Orçamento da União. Através desses recursos, o Governo Federal entrega aos estados e municípios 22 centavos por dia para cada aluno matriculado em creche, pré-escola e no ensino fundamental de escolas públicas e filantrópicas. Para alunos de escolas indígenas e comunidades quilombolas esse valor é de 44 centavos.

Como se vê, o dinheiro é pouco, por isso deve ser muito bem utilizado! Se os estados e municípios acharem que os recursos transferidos para o PNAE são insuficientes para atender às necessidades, eles devem complementar esse valor.

Para evitar desvio de dinheiro, os recursos vão diretamente para contas correntes abertas pelo FNDE. A transferência é feita em dez parcelas mensais, a partir de fevereiro de cada ano, para cobrir 200 dias de aulas.

**Importante:** o dinheiro do FNDE só pode ser utilizado para a compra de alimentos e os governos dos estados e as prefeituras devem gastar, no mínimo, 70% do dinheiro da merenda na compra de alimentos básicos (veja alguns exemplos na página 12). Anualmente, os municípios e as secretarias estaduais de Educação precisam prestar contas ao FNDE.





## Alimentos básicos

A escola tem um papel importante na educação nutricional e no estímulo a um modo de vida saudável. Por isso, o cardápio das escolas que participam do PNAE deve ser elaborado por um nutricionista, respeitando os hábitos alimentares e o que se cultiva em cada região.

Dentre os alimentos básicos é importante dar preferência aos produtos encontrados em sua forma natural ou que passam por um processo natural de conservação e limpeza. Dessa forma eles têm suas qualidades nutricionais preservadas.

Conheça alguns exemplos de alimentos básicos para a composição da merenda escolar\*:

açaí  
açúcar  
amido de milho  
arroz  
batata doce  
batata inglesa  
canjiquinha/xerem  
cará  
carne bovina congelada  
carne bovina fresca  
carne bovina resfriada  
carne salgada

carne suína fresca  
carne suína resfriada  
charque ou carne seca  
farinha de mandioca  
farinha de milho  
farinha de rosca  
farinha de trigo  
fécula de batata  
feijão  
frango abatido congelado  
frango abatido fresco  
frango abatido resfriado

12 \* Consulte o FNDE para conhecer a lista oficial de alimentos básicos.





frutas  
grão de bico  
inhame  
legumes  
leite fluído  
leite em pó  
lentilha  
macarrão  
mandioca  
manteiga  
margarina  
mel de abelha  
melado de cana  
milho para canjica  
milho para pipoca  
miúdos congelados  
miúdos resfriados  
óleo de soja  
ovos  
pão  
pescado congelado  
pescado fresco  
pescado resfriado  
polpa de frutas  
polpa de tomate  
polvilho  
queijo de coalho  
queijo de minas  
rapadura

sagu  
sal  
sêmola de milho  
soja em grão  
suco natural  
temperos  
trigo para quibe  
verduras e hortaliças  
vinagre

**Importante:** para garantir uma boa alimentação aos alunos, é fundamental que as escolas tenham congeladores, geladeiras, fogões e utensílios de cozinha em boas condições de uso.





## De olho no cardápio!

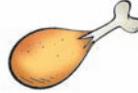
É importante que se ofereça aos alunos uma comida gostosa, variada e nutritiva. Dieta equilibrada é aquela que apresenta variedade de alimentos. Uma merenda nutritiva deve conter sempre três tipos de alimento no prato:

- Arroz ou feijão (se os dois estiverem juntos é muito melhor), polenta ou macarrão.
- Algum tipo de carne (pode ser de boi, frango ou peixe) ou ovo.
- Legumes, verduras e frutas.



**Importante:** cardápio bom é aquele elaborado por nutricionista, pois este profissional sabe equilibrar e aproveitar melhor os alimentos para oferecer uma refeição de qualidade.







## Cuidados para evitar desperdício

Na hora de preparar o cardápio é preciso tomar alguns outros cuidados:

- Combine os alimentos escolhidos e a quantidade fornecida com a idade dos alunos para não desperdiçar comida. As crianças mais novas têm dificuldade para engolir alimentos muito duros e em quantidades acima de 350 gramas.
  - O horário em que a merenda é servida altera o cardápio. As crianças não costumam comer arroz, feijão, carne, verduras e legumes muito cedo. Esses alimentos devem ser servidos perto da hora do almoço.
  - Sirva pratos adequados ao clima da região. Oferecer sopas e caldos muito quentes em regiões de altas temperaturas dificulta o consumo desses alimentos.
  - Oferecer um mesmo alimento todos os dias pode provocar a rejeição da criança. Se não houver outra opção, procure variar a forma de preparar os molhos e os acompanhamentos do prato.

**Importante:** a receita de uma merenda de qualidade inclui alimentos frescos, bem armazenados e preparados, e que façam parte do dia-a-dia das crianças.







## De olho no dinheiro!

Não adianta nada o Governo Federal transferir os recursos da merenda escolar para os municípios e as secretarias de educação dos Estados se este dinheiro não for bem utilizado. Por isso, um dos órgãos mais importantes do PNAE é o CAE (Conselho de Alimentação Escolar). É ele quem fiscaliza o uso dos recursos e a qualidade da merenda oferecida às crianças, desde a compra dos alimentos até a distribuição nas escolas.

É também responsabilidade do CAE cuidar das boas condições sanitárias e de higiene dos locais onde as refeições são preparadas.

O CAE deve existir e atuar em todos os municípios. Como possui muitas responsabilidades, ele precisa contar com todo o apoio dos governos estaduais e municipais, que devem fornecer os equipamentos, o transporte e as informações necessárias para que os conselheiros do CAE possam dar conta de tantas obrigações.

**Importante:** Você também pode fazer parte do CAE de sua cidade e ajudar a cuidar da alimentação servida às crianças! Participe!







## Quem faz parte do CAE

O CAE é um grupo independente e com poder de decisão formado por sete pessoas, que são os membros titulares (vale lembrar que todo representante titular deve ter o seu respectivo suplente).

- 1 representante do Poder Executivo. Pode ser qualquer pessoa indicada pelo prefeito ou pelo governador.



- 1 representante do Poder Legislativo. Pode ser qualquer pessoa indicada pela Mesa Diretora da Câmara dos Vereadores ou da Assembléia Legislativa.



- 2 representantes de professores, que devem ser eleitos em assembléia, registrada em ata, dos respectivos órgãos de classe, como sindicato da categoria ou órgão similar.



PAIS DE ALUNOS

- 2 representantes de pais de alunos, que devem ser eleitos em assembléia, registrada em ata, de entidades representativas das escolas do município, a exemplo das Associações de Pais e Mestres e dos Conselhos Escolares.



- 1 representante de outro segmento civil da região, que deve ser eleito em assembléia, registrada em ata, de entidades civis locais, como associações de bairro, igrejas, sindicatos, movimentos sociais e outros.





## Saiba mais sobre o CAE

O período de mandato dos conselheiros do CAE é de dois anos e eles podem ser reconduzidos para mais uma gestão, ficando no total 4 anos. O trabalho dos conselheiros é voluntário e não pode ser remunerado.

Em estados ou municípios com mais de cem escolas de ensino fundamental, o CAE poderá ter até três vezes o número mínimo de pessoas, desde que seja obedecida a proporcionalidade entre representantes dos poderes executivo e legislativo, professores, pais de alunos e representantes de entidades da sociedade civil.

**Atenção!** Se no seu município o CAE não é atuante, pode ser que:

- O CAE não exista ou não esteja cumprindo suas funções de forma correta.
- O CAE esteja sendo usado indevidamente pela administração municipal.
- Os membros do CAE não estejam preparados para atuar e não saibam bem como fiscalizar a gestão do programa da merenda pela prefeitura.







## Não fique quieto, denuncie!

Mesmo que você não participe do CAE, não deixe de denunciar a falta de merenda nas escolas. Se a escola não oferece merenda todos os dias, se a refeição é pouca ou não contém alimentos naturais, não fique quieto!

Procure o CAE de sua cidade, entre em contato com os representantes do Ministério Público Estadual e Federal e ligue para o Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE/MEC) no telefone 0800 616161 ou mande um e-mail para [gepae@fnde.gov.br](mailto:gepae@fnde.gov.br).







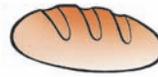
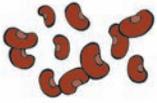
## Boas idéias para melhorar a merenda

Existem boas idéias espalhadas por muitos estados e municípios do Brasil que ajudam a melhorar ainda mais a qualidade da merenda escolar. Veja algumas delas!

- **Compra de alimentos de produtores locais**

Em alguns municípios, a compra de produtos locais faz com que os alimentos cheguem mais frescos nas escolas e as crianças comam na merenda aquilo que estão acostumadas a consumir nas suas casas. Além disso, os produtores e comerciantes locais têm um mercado consumidor para sua produção, o que pode ajudar no desenvolvimento da economia da região.





- **Hortas comunitárias**

As hortas podem ser cultivadas nas próprias escolas, sem produtos químicos. Isso possibilita uma merenda mais saudável e faz as crianças terem um contato direto com os alimentos, fortalecendo a educação alimentar.

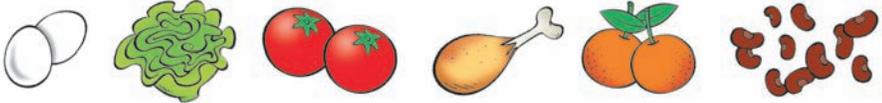


- **Capacitação e valorização das merendeiras**

É muito importante que as merendeiras, responsáveis por preparar as refeições na escola, saibam trabalhar adequadamente com alimentos. Pois são elas que vão poder aproveitar todo o potencial desses produtos, em especial das verduras e legumes, melhorando a qualidade nutricional da alimentação e evitando desperdícios.

As merendeiras têm um importante papel e merecem uma atenção especial. Um modo de valorizá-las é oferecer oficinas para prevenir que surjam problemas crônicos, como as LER (Lesões por Esforço Repetitivo). Outra boa idéia é criar na escola o Dia da Merendeira, como uma forma de homenagear esses profissionais.





### • Cursos de educação alimentar

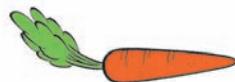
Hoje em dia, os problemas decorrentes da má alimentação, como desnutrição e obesidade, afetam crianças, jovens e adultos. Por isso, a educação alimentar é importante para estimular uma alimentação saudável e boas práticas de higiene, e a escola é o melhor local para explicar isso às crianças e aos adolescentes.

Na sala de aula é possível ensinar o valor nutritivo dos alimentos e como deve ser uma boa refeição, evitando certos cardápios que fazem mal à saúde. Tudo isso ajuda na formação de bons hábitos alimentares, que é o primeiro passo para que as crianças tenham saúde para estudar e brincar.

Os cursos de educação alimentar também ajudam a resgatar as características alimentares de cada região do Brasil, e quando são feitos tendo como exemplo a merenda servida nas escolas, melhor ainda, pois o aluno aprende em sala de aula o que, mais tarde, vai comer na hora do recreio!

Outra boa idéia é chamar os pais e as mães dos alunos para participarem dos cursos. Assim a escola e a família podem trabalhar juntas para que as crianças cresçam fortes e saudáveis!







## Merenda para toda a vida

As crianças passam grande parte do dia na creche ou na escola. E é nesse espaço que elas reforçam e aprendem hábitos que vão levar para toda a vida. Percebem o quanto é importante escovar os dentes, ter higiene, desenvolver a concentração nos estudos e se relacionar com outras crianças. Isso, porém, fica comprometido se a criança não tem acesso a uma alimentação adequada. Com os nutricionistas e as





merendeiras que trabalham na rede pública de ensino, os alunos devem desenvolver hábitos alimentares mais saudáveis e descobrir a importância de uma boa refeição.

Tudo isso só será possível com uma merenda de qualidade, em quantidade suficiente e distribuída de maneira correta. Alunos bem alimentados vão poder estudar mais, brincar mais e praticar esportes com mais entusiasmo.

Vamos ajudar a cuidar da merenda de nossas crianças. A merenda de hoje pode contribuir para um futuro mais saudável.



*Simões*





Este texto foi escrito por Bruno Weiss, Nuria Abrahão Chaim e Walter Belik. É uma publicação elaborada **pela Associação de Apoio à Merenda Escolar**, organização não governamental, com sede na Rua Matias Aires, número 402, no bairro da Consolação, na cidade de São Paulo, que desenvolve o projeto **Gestão Eficiente da Merenda Escolar** que tem o objetivo de lutar para garantir que os recursos públicos destinados à alimentação escolar sejam efetivamente gastos em merenda de qualidade e na quantidade e regularidade necessárias para o desenvolvimento dos alunos do sistema público de ensino. Para saber mais sobre o projeto, consulte o site [www.acaofomezero.org.br](http://www.acaofomezero.org.br)



EDITORA  
**GLOBO**

**Diretor-Geral:** Juan Ocerin **Diretora de Negócios Infantis:** Lucia Machado **Diretor Mercado Anunciante:** Sérgio Amaral **Diretor de Finanças e Recursos:** Frederic Zoghaib Kachar **Editora-chefe:** Arlete Alonso **Editoras-assistentes:** Cecília Bassarani, Luciane Ortiz de Castro **Editora de Arte:** Adriana Bertolla Silveira **Diagramadores:** Elias A. Azevedo, Erick Santos, Fernando Makita **Coordenadora de Produto:** Arianne G. Castilha **Assistente de Redação:** Cláudia Arruda **Executiva de Negócios:** Luciana Russi **Assistente Administrativa:** Tamiris Araújo  
**Endereço:** Av. Jaguaré, 1.485 – Jaguaré. São Paulo – SP – 05346-902 – Brasil Tel.: (11) 3767-7908.  
[www.editoraglobo.com.br](http://www.editoraglobo.com.br), [infantis@edglobo.com.br](mailto:infantis@edglobo.com.br)

**The-raldo Estúdio de Arte e Propaganda - Diretor:** Ziraldo Alves Pinto  
[www.ziraldo.com.br](http://www.ziraldo.com.br), [ziraldo@ziraldo.com.br](mailto:ziraldo@ziraldo.com.br)

Novembro/2006





#### **Empresas e entidades associadas ao Apoio Fome Zero:**

ABIA - Assoc. Brasileira das Indústrias de Alimentação • ABRAEC - Assoc. Bras. Empresas de Transp. Intl Expresso de Cargas • Accor Participações Ltda • Adag • Agropecuária JB • Alcoa Alumínio S/A • Alfabetização Solidária • AMF Empreendimentos e Participações S/A • APEOP - Assoc. Paulista de Empresários de Obras Públicas • Apimec - Assoc. dos Analistas e Profis. De Merc.de Capitais • Aracruz Celulose S/A • Banco ABN Amro Real S/A • Banco Calyon Brasil S.A. • Banco Safra • Santander Banespa • Bank Boston Banco Multiplo S/A • BDO Trevisan Auditoria, Consultoria e Outsourcing • Bolsa de Valores de São Paulo - Bovespa • Camargo Correa S/A • Cargill Agricola S/A • Cia Brasileira de Metalurgia e Mineração - CBMM • Cia de Tecidos Norte de Minas - Coteminas • CIEE - Centro de Integração Empresa Escola • Citibank S/A • CRC - SP • Demarest & Almeida Advogados • Duke Energy International - Geração Paranapanema AS • Elektro Eletricidade e Serviços S/A • Emerenciano & Baggio Advs. • Espaço Digital Ltda. • Fiat do Brasil S/A • Firjan Franca Feiras e Empreendimentos • Fundação Itaú Social • Fundação Vale do Rio Doce • Gerdau S/A • Instituto Ayrton Senna • Instituto Ethos • Magnesita S/A • Natura Cosméticos S/A • Nestlé Brasil Ltda. • Pizza Hut - Internacional Restaurantes do Brasil Ltda • Planinvesti Administração Serviços Ltda • Publique Assessoria e Publicidade S/C Ltda • Rio Bravo Investimentos • Rubens Neves - Santos Jr. - Hesketh • Serasa S/A • Telecomunicações de São Paulo S/A • Tetra Pak Ltda • Unilever Brasil Ltda.



