



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
PRESIDÊNCIA DO GOVERNO

Gabinete da Secretária Regional Adjunta da Presidência para os Assuntos Parlamentares

Email: assuntosparlamentares@alra.pt

Exmo. Senhor
Chefe do Gabinete de S. Exa. a
Presidente da Assembleia
Legislativa da R.A.A.
Rua Marcelino Lima
9901-858 Horta

Sua referência	Sua Comunicação	Nossa referência	Nº Processo	Ponta Delgada
		SRAPAP – Sai 695/2015		21-08-2015

ASSUNTO: REQUERIMENTO N.º 423/X - ANÁLISE DA SITUAÇÃO EM QUE SE ENCONTRA A ALIMENTAÇÃO ESCOLAR NO ÂMBITO DO SISTEMA EDUCATIVO REGIONAL

Em resposta ao requerimento referido em epígrafe, subscrito pelo Senhor Deputado Paulo Estevão, da Representação Parlamentar do Partido Popular Monárquico, sem prescindir quanto ao teor dos considerandos, encarrega-me S. Exa. a Secretária Regional Adjunta da Presidência para os Assuntos Parlamentares de informar relativamente às questões colocadas o seguinte:

Os contratos sujeitos a concurso público referentes aos serviços de refeições são efetuados diretamente entre as Unidades Orgânicas (1º Outorgante) e as empresas contratualizadas (2º Outorgante), ao abrigo do Decreto Legislativo Regional n.º13/2013/A de 30 de agosto, referente à terceira alteração ao regime de criação, autonomia e gestão das unidades orgânicas do sistema educativo regional, competindo portanto àquelas a elaboração dos cadernos de encargos referentes ao fornecimento de refeições escolares.

No que concerne às orientações dietéticas relativas à composição e confeção das refeições escolares, segue em anexo o Manual Orientador para os Refeitórios Escolares para o ano letivo de 2014/2015, dado que o de 2015/2016 se encontra ainda em atualização, assim como o modelo de caderno de encargos utilizado para o ano letivo de 2015/2016 com os respetivos anexos;

Presentemente, e considerando a sua formação na área da saúde, a nutricionista desta Direção Regional, para além do apoio técnico na área da alimentação e nutrição,



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
PRESIDÊNCIA DO GOVERNO

Gabinete da Secretária Regional Adjunta da Presidência para os Assuntos Parlamentares

presta igualmente apoio na área da educação para a saúde. Assim, das diversas funções atribuídas, destacam-se as seguintes:

Educação para a saúde:

- a. Coordenação, organização e planificação do Programa Regional de Saúde – Área de Intervenção para a Saúde em Contexto Escolar;
- b. Colaboração na dinamização e divulgação de projetos e eventos de carácter pedagógico, na área de educação para a saúde;
- c. Participação em Grupos de Trabalho no âmbito da Educação para a Saúde – Atualmente integra o grupo de trabalho regional sobre as temáticas: Gravidez na adolescência, Dependências, Abuso Sexual e Violência Doméstica;
- d. Dinamização de protocolos de cooperação/parcerias entre a Direção Regional da Educação e entidades devidamente credenciadas, para o desenvolvimento de ações de educação para a saúde;
- e. Análise (em conjunto com a Divisão de Instalações de Equipamentos Escolares) dos relatórios de Higiene, Segurança e Saúde dos Estabelecimentos de Ensino (realizados pelos técnicos de saúde ambiental no âmbito do Plano Regional de Saúde);
- f. Integração na Comissão de Gestão Integrada de Pragas-Roedores, em representação da Direção Regional da Educação;
- g. Colaboração na implementação do Projeto COSI – Projeto Europeu de recolha sistemática de medidas de crescimento de crianças do 1º Ciclo do Ensino Básico em Portugal (6 a 8 anos);

Alimentação Escolar

- a. Redação e publicação de orientações e diretrizes para apoio à oferta alimentar, higiene, segurança e qualidade alimentar em espaço escolar, nomeadamente nos bufetes e nos refeitórios escolares;
- b. Apoio técnico e científico à Divisão de Serviços Financeiros e Equipamentos – Ação Social e Jurídica, no âmbito de Concursos Públicos e Aquisição de Bens Alimentares;
- c. Colaboração com as Unidades Orgânicas e Equipas de Saúde Escolar no âmbito da melhoria do serviço de refeições escolares – ações distintas e específicas consoante as necessidades expostas pelas Unidades Orgânicas.
- d. Colaboração, apoio e avaliação de projetos de educação alimentar propostos pelas Unidades Orgânicas no âmbito da Saúde Escolar;



REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES
PRESIDÊNCIA DO GOVERNO

Gabinete da Secretária Regional Adjunta da Presidência para os Assuntos Parlamentares

- e. Dinamização de ações de promoção e sensibilização da alimentação saudável junto de alunos, pais, docentes e restante comunidade escolar, nas ilhas Terceira e São Miguel;
- f. Realização de auditorias e visitas de análise ao Serviço de Refeições Escolares, nomeadamente Refeitório Escolar e Bufete Escolar, nas ilhas Terceira e São Miguel;
- g. Elaboração de pareceres e memorandos de intervenção para a saúde em meio escolar e planificação de projetos da área da educação para a saúde e de educação alimentar;
- h. Colaboração na implementação do Regime de Fruta Escolar, Regime de Leite Escolar e Regime de Pequeno-almoço Escolar;
- i. Coordenação da implementação do projeto "Heróis da Fruta" – 4ª edição;
- j. Representações do órgão executivo em iniciativas de âmbito regional, como sejam, por exemplo, a colaboração com a Secretária Regional do Mar, Ciência e Tecnologia na promoção do pescado açoriano.

No que diz respeito à evolução da despesa global realizada pelo Sistema Educativo Regional ao longo dos últimos três anos letivos, no âmbito do fornecimento das refeições escolares, encarrega-me S. Exa. a Secretária Regional Adjunta da Presidência para os Assuntos Parlamentares de informar que os dados se reportam a anos civis e não letivos, e que a despesa é a seguinte: ano 2012 – € 4.193.155,58; 2013 – € 4.260.542,23; 2014 – € 3.930.310,44.

Com os melhores cumprimentos,

PI A CHEFE DO GABINETE,

Rafaela Seabra Teixeira

Jose Couto

ASSEMBLEIA LEGISLATIVA DA REGIÃO AUTÓNOMA DOS AÇORES	
ARQUIVO	
Entrada 2488	Proc. n.º 54.07.00
Data: 015/08/21	N.º 483/X



Refeitórios Escolares Saudáveis

Manual com orientações básicas e
práticas sobre o funcionamento
do serviço de refeições escolares

2ª Edição agosto 2014



TÍTULO

REFEITÓRIOS ESCOLARES SAUDÁVEIS - Orientações

EDIÇÃO

Secretaria Regional da Educação e Cultura

Direção Regional da Educação

Direção de Serviços Pedagógicos

ORGANIZAÇÃO E REDAÇÃO

Laura Lemos

Sara Aguiar (estagiária L)

REVISÃO CIENTÍFICA

Laura Lemos

Sara Aguiar (estagiária L)

DESIGN GRÁFICO

Rodrigo Alves

DATA

1ª Edição - Julho 2013

2ª Edição – Agosto 2014

**INTRODUÇÃO**

MISSÃO	06
SAÚDE E OBESIDADE INFANTIL	06
ALUNOS SAUDÁVEL – TRIO DO SUCESSO	08
SERVIÇO DE REFEIÇÕES ESCOLARES	09

ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO.....11**EMENTA ESCOLAR**

PREPARAÇÃO E CONFEÇÃO DAS REFEIÇÕES	15
COMPOSIÇÃO DAS REFEIÇÕES	17
APRESENTAÇÃO E AFIXAÇÃO DAS EMENTAS	21
LEGISLAÇÃO APLICÁVEL.....	22

PAPEL PEDAGÓGICO

SENSIBILIZAÇÃO.....	23
EMPRATAMENTO E DISTRIBUIÇÃO DAS REFEIÇÕES	24
ESPAÇO	25

ANEXOS

ANEXO 1.....	29
ANEXO 2.....	35
ANEXO 3.....	37
ANEXO 4.....	49
ANEXO 5.....	51

INTRODUÇÃO



MISSÃO



A Secretaria Regional da Educação e Cultura, através da Direção Regional da Educação, ciente do papel que a escola representa na educação para a saúde, nomeadamente na necessidade de implementação de hábitos alimentares saudáveis, pretende assumir um papel ativo junto da escola em prol de um serviço de alimentação escolar mais saudável e que garanta a qualidade necessária para o bem-estar físico, emocional e educativo dos seus alunos.

Como tal, a escola, assumindo a responsabilidade de oferecer refeições completas, equilibradas, variadas, saborosas e seguras irá garantir as necessidades nutricionais e energéticas dos alunos, contribuindo assim para a melhoria do rendimento escolar bem como da prevenção de mal-estar físico e desenvolvimento de doenças crónicas.

Para além dos princípios descritos anteriormente, a escola, através do seu serviço de alimentação escolar, deve também assumir um papel primordial na transmissão de regras, atitudes e comportamentos alimentares saudáveis. Este deve ser um espaço onde os hábitos alimentares saudáveis possam ser ensinados, estimulados e praticados.

Com este manual pretende-se fornecer orientações básicas e práticas sobre o funcionamento do serviço de refeições escolares, garantindo uma oferta alimentar saudável nos refeitórios escolares, através da elaboração e apresentação de ementas saudáveis e gestão do espaço de refeições.

Assim, prevê-se que o mesmo seja um contributo positivo no esclarecimento de práticas e dúvidas face ao serviço de refeições escolares e um aprofundamento de conhecimentos na área da alimentação e nutrição escolar.

SAÚDE E OBESIDADE INFANTIL



Atualmente, segundo a OMS, a *saúde é definida como um estado de equilíbrio entre o nível físico, psíquico e sócio-ambiental* e não somente ausência de doença. Como tal, mais do que prevenir a doença, importa hoje promover a saúde.

A OMS define também que a obesidade é uma *doença em que o excesso de gordura corporal acumulada pode atingir graus capazes de afetar a saúde*. Uma vez instalada, tende a perpetuar-se, constituindo uma doença crónica.

Outrora considerada uma doença do adulto, a obesidade, ao longo dos últimos anos tem vindo a alastrar-se para outras faixas etárias mais novas, sendo que, nos dias de hoje, a obesidade infantil é apresentada como um dos mais sérios problemas de saúde pública, quer no espaço Europeu, quer no resto do mundo, acrescentando 400,000 novos casos de crianças com excesso de peso, por ano.

Segundo dados do Estudo *Childhood Obesity Surveillance Initiative (COSI)*, de 2010, os Açores são a região do País com os valores de peso e IMC mais elevados, correspondendo a 46,6% e 22,2% de crianças entre os 6 e 8 anos com excesso de peso e obesidade, respetivamente.

Embora não estejam claramente estabelecidas as consequências diretas da obesidade na saúde dos alunos, sabe-se que esta constitui um grande fator de risco para o aparecimento de outras doenças crónicas (p.e. diabetes, hipertensão arterial, apneia de sono, patologias ortopédicas, cancro, ...) bem como de patologias do foro psicossocial, incluindo a baixa autoestima, a discriminação e o isolamento. Existem também diversos estudos que associam a obesidade infantil à diminuição do desempenho escolar em todas as suas vertentes de ensino.

A causa deste problema é múltipla e variada. Contudo sabe-se que a rápida transição social e económica ocorrida nos últimos anos, acompanhada de alterações referentes à era da informática e comunicações poderão ter contribuído para o desequilíbrio entre a redução de atividades físicas e a mudança nos padrões alimentares.



Estudo COSI 2010: Prevalência do excesso de peso e obesidade (%), segundo critérios da OMS

	Ex. de peso (incluindo obesid.)	Obesidade
AÇORES	46,6	22,2
MADEIRA	38,0	15,2
NORTE	38,6	14,3
LVT	38,0	15,8
CENTRO	37,9	15,9
ALENTEJO	31,7	12,7
ALGARVE	21,4	9,7



Em promoção da saúde, o maior esforço consiste em mudar e desenvolver o ambiente físico e social, tornando-o favorável a comportamentos e atitudes mais saudáveis.

Na perspetiva de educação para a saúde, qualquer que sejam as temáticas desenvolvidas, estas devem ser abordadas simultaneamente em vários campos de ação, desde o conhecimento teórico à prática efetiva, como tal, qualquer intervenção na área de educação alimentar não se pode restringir apenas a falar sobre alimentos e nutrientes.

Estando o aluno grande parte do seu dia na **escola**, esta representa um papel crucial na obtenção e aprendizagem de comportamentos saudáveis, especialmente relacionados com a alimentação, através da transmissão de conhecimentos e incentivo às práticas saudáveis, não só numa perspetiva alimentar e nutricional, como também no processo de socialização e valorização de comportamentos alimentares adequados.

Contudo a escola não poderá ser a única responsável, pelo que, um dos elementos também fundamentais para o sucesso do aluno face aos seus comportamentos saudáveis são os **pais e a família**. Sabe-se que os pais são a maior influência de atitudes e comportamentos dos filhos, pelo que estes representam um importante papel como potenciadores de aprendizagem de hábitos saudáveis, tal que, devem estar informados das vantagens da prática de hábitos alimentares saudáveis.

Por fim, e de modo a que a aprendizagem em saúde, nutrição e alimentação seja efetivamente melhorada, o papel dos **serviços de saúde**, intermediado pelos **nutricionistas** e equipas de saúde escolar, afirma-se também como um segmento de elevada importância no incentivo às práticas saudáveis pelo aluno, quer seja em ambiente escolar ou em ação clínica individual. Confirma-se assim que, qualquer que seja o programa de promoção da saúde e prevenção da obesidade em ambiente escolar, a chave estará sempre na união **escola, família e s. de saúde**.





Cabe à escola, através do seu serviço de refeições escolares, garantir o planejamento e a oferta de refeições saudáveis, agradáveis e apelativas, de modo a contrariar o apelo das refeições de pastelaria ou de *fast-food*, tornando assim o refeitório num local de confiança junto dos alunos, encarregados de educação e restante comunidade escolar.

O serviço de refeições escolares, nomeadamente a gestão dos refeitórios e o fornecimento de refeições poderão ser da responsabilidade da própria escola – **gestão direta** ou adjudicadas a uma empresa de restauração coletiva – **gestão concessionada**

Qualquer que seja o tipo de gestão, o papel da escola é de todo relevante para o correto funcionamento do refeitório, e, independentemente dos hábitos instaurados nos alunos, a escola nunca deve abandonar o conceito de oferecer alimentos simples, salutareis e seguros.

Na **gestão direta**, a escola deve ter plena consciência da importância da implementação de um serviço de refeições escolares funcional desde a planificação de ementas, até à oferta de uma refeição saudável, segura, equilibrada e saborosa, que satisfaça as necessidades nutricionais e alimentares do aluno.

Na **gestão concessionada**, a função da escola consiste, sobretudo, na elaboração final de proposta de caderno de encargos às empresas, segundo as orientações existentes, e verificação efetiva do cumprimento do mesmo.

Esta verificação deve ser o mais periódica possível, preferencialmente diária, adotando uma postura preventiva. Em caso de identificação do incumprimento do acordado, deverão então ser adotadas medidas corretivas.



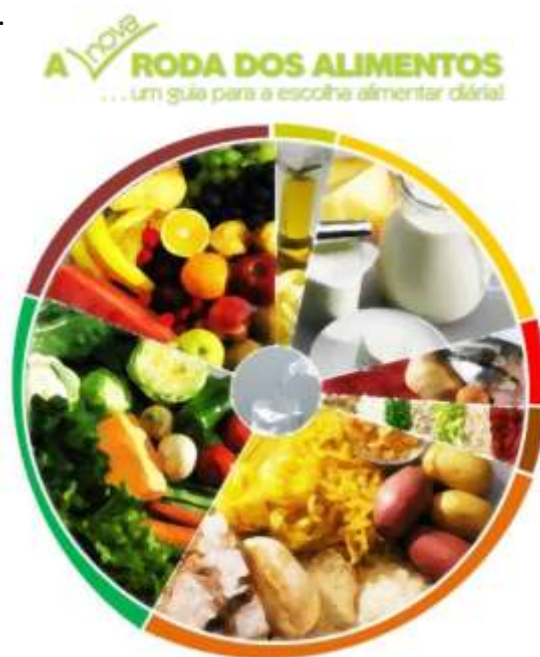
ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

Os hábitos alimentares praticados durante a infância e a adolescência têm um impacto marcante na saúde do aluno. Escolhas alimentares saudáveis conduzem a uma melhor qualidade de vida, melhor desenvolvimento físico, motor e intelectual, proporcionando inclusive melhor rendimento escolar.

Uma seleção variada de alimentos, em proporções adequadas e combinados harmoniosamente entre si, determina o equilíbrio alimentar necessário para uma vida mais saudável. Contudo, o acesso facilitado a alimentos *inadequados* têm contribuído, substancialmente, para o aumento de doenças do foro alimentar, tais como obesidade, desnutrição, diabetes, entre outras.

Sendo iminente contrariar a atualidade, urge a necessidade de regressar ao primário, aos alimentos simples, à confeção descomplicada e acessível, aos princípios básicos para uma alimentação saudável e económica.

A Roda dos Alimentos tende a facilitar a escolha e a combinação dos alimentos, atendendo à sua importância na alimentação diária. A mesma é constituída por 7 grupos de alimentos de diferentes dimensões, os quais indica uma proporção de relevância que cada um deve ter diariamente. Os alimentos pertencentes ao grupo dos **Cereais, derivados e tubérculos** são maioritariamente fornecedores de energia, para além de serem ricos em fibras, sais minerais (p.e. magnésio) e vitaminas (p.e. complexo B). Os alimentos dos



(adaptado)

grupos dos **Hortícolas** e **Fruta** são fornecedores insubstituíveis de minerais, vitaminas (p.e. vit. Hidrossolúveis), antioxidantes e fibras. O grupo do **Leite e derivados** caracterizam-se por serem ricos em proteínas de alto valor biológico e fonte de sais minerais (p.e. cálcio e fósforo) e vitaminas (p.e. vit. lipossolúveis e do complexo B). Os alimentos do grupo da **Carne, pescado e ovos**, representam uma fonte de proteínas e minerais (p.e. ferro e zinco). O grupo das **Leguminosas** são maioritariamente fornecedores de hidratos de carbono de absorção lenta (baixo índice glicémico), de proteínas de origem vegetal e boa fonte de fibras, de vitaminas (p.e. complexo B) e de minerais (p.e. magnésio e ferro). Uma particularidade deste grupo é que o mesmo pode substituir ocasionalmente os alimentos do grupo da **Carne, pescado e ovos**. Os alimentos pertencentes ao grupo das **Gorduras e óleos**, quando ingeridos nas quantidades adequadas, são também essenciais ao bom funcionamento do organismo, através do fornecimento de ácidos gordos essenciais e veiculando a ingestão de vitaminas lipossolúveis.

Alimentos como os **doces, chocolates, guloseimas e refrigerantes**, especialmente ricos em hidratos de carbono simples (açúcares), bem como, **snacks, aperitivos salgados, molhos industrializados**, especialmente ricos em sal, em gorduras saturadas e trans, não se encontram na Nova Roda dos Alimentos, pelos seus efeitos nocivos à saúde, principalmente quando consumidos com frequência.

Sendo a finalidade do serviço de refeições escolares disponibilizar aos alunos refeições completas, equilibradas, saudáveis e saborosas, em ambiente propício às práticas saudáveis, a escola deve corresponder com a oferta de produtos alimentares que estimulam o gosto pela variedade, pelo salutar, por confeções simples mas adequadas e completas.

Como tal, a nível alimentar, deve ser dada preferência ao consumo de:

- Produtos hortícolas, preferencialmente frescos;
- Fruta fresca, de época e local/regional;
- Cereais e seus derivados, não refinados ou pouco refinados;

- Leguminosas frescas e/ou secas;
- Carnes de aves;
- Pescado e ovos, alternadamente com a carne;
- Ervas aromáticas e especiarias;

E deve ser reduzido o consumo de:

- Alimentos fritos e panados (p.e. rissóis, croquetes, pastéis, ...);
- Carnes vermelhas;
- Confeção *fast-food*

Assim, através da disponibilidade de uma gama de alimentos saudáveis, saborosos e variados, é possível garantir, do ponto de vista nutricional, o adequado consumo de:

- Fibras alimentares;
- Hidratos de carbono complexos (de baixo índice glicémico);
- Proteínas (de elevado valor biológico e de origem vegetal);
- Vitaminas (hidro e lipossolúveis);
- Minerais;

E a redução no consumo de:

- Açúcares de adição;
- Gorduras, sobretudo saturadas e trans
- Sal de adição



EMENTA ESCOLAR

A ementa constitui um instrumento de educação alimentar importante, já que reflete o padrão alimentar da instituição, tanto do ponto de vista alimentar e nutricional, como do ponto de vista cultural e social.

Em **anexo 1** deste manual segue **plano de ementas tipo**. Este pode ser adaptado e modificado segundo as necessidades ocorridas em cada escola, sem descuidar as necessidades alimentares e nutricionais do aluno.

PREPARAÇÃO E CONFEÇÃO DAS REFEIÇÕES



As ementas devem ser constituídas por refeições que primem pela **variedade, apresentação e sabor**, e que sejam adequadas do ponto de vista nutricional, alimentar e sanitário.

*

As refeições devem ser confeccionadas com **alimentos em perfeito estado de salubridade**, de **boa qualidade**, de acordo com as **boas técnicas de confeção** e em cumprimento com as ementas aprovadas (ver anexo 3).

*

Os **alimentos fritos**, só devem ser incluídos na ementa **uma vez a cada cinco semanas**. Para alimentos do *tipo panado* (douradinhos, filetes,...), os mesmos devem ser confeccionados, exclusivamente, no forno.

*

Condimentos concentrados, como caldos, sopas *em pó*, corantes, bicarbonato de sódio e outros semelhantes, não devem ser utilizados na preparação de refeições escolares.

*

Deve ser dada prioridade aos **produtos alimentares frescos de época** (ver anexo 4), e quando possível, preferir os locais, regionais e/ou nacionais. Aquando da indisponibilidade de produtos frescos, os produtos congelados são uma boa opção em termos nutricionais.

*

Sendo o pescado um alimento de **grande valor nutricional**, deve ser dada prioridade ao **pescado regional**, preferencialmente ao de **baixo valor comercial** (p.e. cavala, chicharro, veja, atum,...) respeitando a sua sazonalidade e disponibilidade.

*

As refeições servidas diariamente devem **respeitar a ementa programada**. Contudo, devem ser aceites alterações ao previsto se ocorrerem as seguintes situações:

1. Inexistência de determinados géneros alimentícios por razões referentes ao fornecimento;
2. Incompatibilidade no que respeita ao dia de entrega dos géneros alimentícios (principalmente frescos);
3. Existência de produtos em avançado estado de maturação (p.e. fruta);
4. Reduzida capacidade de armazenamento (refrigeração).

Em caso de alteração à ementa prevista, a escola deve proceder à **retificação da ementa afixada**.

*

A escola, sempre que deseje, poderá fornecer refeições baseadas em **ementas especiais ou festivas** (p.e. festividades natalícias), respeitando sempre os princípios de uma alimentação saudável, equilibrada e completa.

*

Quando justificado atempadamente por **declaração médica** (p.e. doença celíaca) ou **convicções religiosas** comunicadas pelo encarregado de educação, a escola deve criar condições para servir refeições adaptadas ao aluno. Sempre que possível deve ser

mantida a matéria-prima, de modo a garantir uma maior semelhança com a refeição prevista em ementa.

*

Cada ementa diária deve ser acompanhada da respetiva **ficha técnica**, indicando a composição da refeição, a capitação e o valor calórico total, bem como a descrição dos métodos de confeção.

*

De modo a reduzir progressivamente a quantidade sal utilizada na confeção das refeições, propõe-se que sejam rigorosamente medidas as quantidades utilizadas, através de utensílios para o efeito (p.e. colheres medidoras). Sugere-se o uso de ervas aromáticas e especiarias, diminuindo o uso de sal.

Na totalidade (sopa + prato) a quantidade de sal, preferencialmente iodado, a utilizar deve ser **≤ 0,5 g por capitação da refeição completa**, e **≤ 0,35g no caso da refeição ligeira**.

COMPOSIÇÃO DAS REFEIÇÕES



Diariamente, a ementa deve ser constituída por **SOPA + PRATO + SOBREMESA (FRUTA)** e a bebida deve ser obrigatoriamente **ÁGUA** (*não devendo ser permitido o consumo de qualquer outra bebida no refeitório escolar*).

*

Deverá ser constituída regra prioritária a maior variedade possível de alimentos, nunca negligenciando o valor nutricional das refeições.

*

A capitação das ementas das **refeições completas** deve ser constituída segundo o **anexo 5** deste manual.

Nas **refeições ligeiras** (também disponível no **anexo 5**), destinadas aos alunos do pré-escolar e 1º ciclo, a capitação das ementas deve seguir as seguintes regras:

SOPA – Equivalente à capitação das refeições completas

PRATO – Igual ou superior a 70% da capitação das refeições completas (quando valor constituído por unidade, esta deve ser respeitada, p.e. 1 ovo)

SOBREMESA – Equivalente à capitação das refeições completas

*

As **refeições completas e/ou ligeiras**, quando **transportadas**, devem ser devidamente acondicionadas em **embalagens individuais** ou a **granel** (adequadas para o efeito) e posteriormente distribuídas pelas respetivas escolas. As mesmas devem ser acondicionadas de modo a que seja mantida a temperatura adequada dos alimentos.

SOPA DE LEGUMES

O consumo diário de sopa de legumes apresenta relevantes benefícios funcionais e nutricionais, sendo uma fonte de vitaminas, minerais, fibras e água, pelo que, esta deve ser privilegiada na promoção de uma alimentação saudável.

A **sopa de legumes** deve ser obrigatoriamente promovida nos estabelecimentos de ensino e deve ser o mais variado possível nos seus ingredientes.

Na preparação da sopa, deve-se ter em atenção o seguinte:

1. A base deve ser constituída por **produtos hortícolas** (legumes/hortaliças), **batata** e/ou **leguminosas**;
2. Pelo menos 2 vezes por semana, a sopa deve conter **leguminosas** (quando se utilizar leguminosas a quantidade de batata na sopa deve ser reduzida);
3. A sopa deve conter, no mínimo, 2 variedades de produtos hortícolas preferencialmente frescos (na base e/ou inteiros);
4. A gordura utilizada para temperar a sopa deve ser, exclusivamente, o **azeite** e este deve ser adicionado em cru, no final da confeção;
5. A quantidade de sal (preferencialmente sal iodado) adicionada à sopa deve ser mínima (≤ 0,1 g por capitação), aplicando como alternativa o uso de especiarias e ervas aromáticas;

6. O volume total da sopa **não deve ser inferior a 200 ml**, a quantidade de hortícolas **não deve ser inferior a 90 gr**, e a quantidade de tubérculos (batata e derivados) **não deve ser superior a 80 gr**.

Por ser objetivo fundamental a **promoção do consumo diário de sopa de legumes**, a substituição desta sopa por **sopa de peixe/carne** ou **canja de galinha** deve ocorrer no máximo 1 vez a cada mês (cada uma) e deve ser promovida a inclusão de hortícolas nas mesmas (p.e. cenoura ralada na canja, tomate na sopa de peixe, ...).

PRATO

O prato deve ser o mais variado possível ao longo da semana, sempre constituído por:

- **Carne, pescado** ou **ovo** (fonte proteica);
- **Arroz, massa, batata** e/ou **leguminosas** (acompanhamento básico fornecedor de hidratos de carbono);
- **Hortícolas** crus e/ou cozinhados (pelo menos duas variedades diárias), adequados à ementa e possíveis de serem temperados a gosto pelos utentes.

Na elaboração do prato, deve-se ter em atenção o seguinte:

1. Os métodos de confeção devem ser invariavelmente saudáveis (evitar fritos);
2. A carne e o pescado devem ser alternados nos dias da semana, tendo em conta que se numa semana se inicia com carne, na outra deve-se iniciar com pescado;
* Nas **refeições ligeiras**, a carne não deve conter ossos (à exceção da perna/coxa de frango ou costeleta de porco) e o pescado deve ser servido sem espinhas e/ou outros componente indigeríveis.
3. Deve ser dada preferência às carnes brancas (aves) em substituição de carnes vermelhas (vaca);
4. Os ovos podem ser servidos em simultâneo com a carne ou o peixe, ou podem substituir totalmente a carne ou o peixe (p.e. *prato vegetariano*):
 - 4.1. Quando em simultâneo, é necessário reduzir as quantidades de carne ou peixe;

- 4.2.** Propõe-se substituição da carne pelo ovo até 1 vez por semana;
- 4.3.** O ovo deve ser usado em natureza apenas para cozer e pasteurizado para os restantes tipos de confeção.
5. Os acompanhamentos – arroz, massa, batata, leguminosas* – devem variar ao longo da semana, não podendo ser repetidos em 2 dias consecutivos;
6. As *leguminosas podem ser servidas em simultâneo junto com um dos outros acompanhamentos ou em substituição total, devendo fazer parte do prato pelo menos 1 vez por semana;
7. É obrigatória a presença de hortícolas no prato, de pelo menos 2 variedades, em cru (saladas) ou cozinhados, dependendo da ementa.
- Evitar repetir as hortícolas em dias consecutivos;
8. Os únicos temperos permitidos nas saladas são: azeite (*preferencialmente* virgem extra), vinagre (*preferencialmente* balsâmico), ervas aromáticas e sumo de limão e, os mesmos só devem ser colocados no momento de empratamento, por opção do aluno;

SOBREMESA

A Fruta deve ser a sobremesa de eleição, pelo que deve ser servida diariamente, variando o máximo possível, respeitando sempre a sazonalidade da mesma.

Não é permitido servir fruta em calda ou com adição de açúcar, mel ou compotas.

A salada de fruta poderá ser uma opção à fruta em peça, mas terá de ser exclusivamente composta por fruta fresca e sumo de fruta natural, sem adição de açúcares, devendo a sua preparação ser o mais próximo possível da hora de consumo.

A opção de sobremesas doces ou fruta cozinhada (cozida ou assada) deve ser a mais limitada possível (máximo 1vez por semana) e deve-se disponibilizar sempre, simultaneamente, pelo menos uma variedade de fruta fresca.

- O iogurte e os pudins láteos, quando fornecidos, não devem ter valores nutricionais superiores a 14 g de hidratos de carbono e 2 g de gordura, por 100 ml/g de produto.
- A gelatina, quando fornecida, deve ser de origem vegetal. Se possível (*não obrigatório*), pode ser adicionada fruta fresca na sua confeção.

PÃO

Se a escola pretender disponibilizar pão às refeições, este deve ser de mistura, com um peso igual ou inferior a 25 g, confeccionado no dia e embalado em material adequado.

De salientar que o pão servido nunca deverá ser substituto de outros componentes presentes na refeição completa, nomeadamente a sopa, o prato e/ou a fruta.

ÁGUA

A água deve ser de origem segura, disponibilizada sem gás, embalada para consumo público, a partir da embalagem de origem, ou seja, sem recurso ao uso de jarros ou recipientes similares. *Recomenda-se a utilização dos dispositivos de distribuição de água engarrafada que permitem que os utilizadores se sirvam.*

APRESENTAÇÃO E AFIXAÇÃO DAS EMENTAS



A ementa semanal e/ou mensal deverá estar afixada em local bem visível, à entrada do estabelecimento e no refeitório, para que possa ser consultada por toda a comunidade escolar.

A informação exposta deverá incluir a constituição da refeição e o período em vigor.

É importante que a apresentação gráfica da ementa seja trabalhada adequadamente de forma a tornar a mesma visualmente mais atrativa.

*

A semana das ementas deverá corresponder à ordem prevista, no entanto, por motivos alheios à escola, a ordem diária poderá ser alterada. Nestas circunstâncias, o estabelecimento deverá, no âmbito dos recursos de que dispõe, evitar a repetição de alimentos em dias seguidos, e proceder à devida retificação da ementa afixada.

LEGISLAÇÃO APLICÁVEL



O fornecimento de refeições escolares deve obedecer as normas constantes no **Regulamento (CE) nº 852/2004** do 29 de abril e o **Regulamento (CE) nº 178/2002**, de 28 de janeiro.



PAPEL PEDAGÓGICO

Sendo o refeitório escolar um espaço pedagógico, para além de fornecer refeições de qualidade, deve também assumir um papel positivo na educação para a saúde dos alunos. Para além dos aspetos alimentares e nutricionais inseparáveis às refeições, o espaço de refeições deve ser um autêntico *centro de aprendizagem*, contribuindo para a melhoria de qualidade de vida do aluno e restante comunidade escolar.

Não obstante o serviço de refeições ser direto ou concessionado, todos os elementos envolvidos neste serviço – *conselho executivo, empresa, manipuladores de alimentos, funcionários, docentes, encarregados de educação* – devem estar sensibilizados e cientes da sua função como educadores para a saúde.

SENSIBILIZAÇÃO



As ações de sensibilização desenvolvidas pela comunidade escolar são uma ferramenta indispensável à promoção de práticas alimentares saudáveis na escola.

Neste processo de sensibilização e educação alimentar é necessário ter em atenção três propósitos essenciais: **SABER** quais os alimentos a ingerir, **QUERER** efetuar as escolhas corretas e **INGERIR** os alimentos adequados, apreciando aqueles mais nutritivos. Para tal, a comunidade escolar deve trabalhar no sentido de **ENSINAR** conceitos fundamentais à prática de hábitos alimentares saudáveis, **INCENTIVAR** os alunos a efetuar as escolhas alimentares corretas, e **OFERECER** as condições adequadas para o consumo alimentar correto.



Durante o serviço de distribuição de refeições, os **manipuladores de alimentos**, bem como outros elementos da escola presentes no local, devem garantir que o aluno consuma a refeição a que tem direito, evitando tanto a ingestão de refeições incompletas como o desperdício alimentar excessivo.

Assim, deve-se ter em atenção o seguinte:

- ✓ O tabuleiro deve ser servido o mais completo possível, sendo sempre composto por **sopa, prato, fruta, água e pão (opcional)**;
- ✓ As quantidades servidas devem respeitar as capitações estabelecidas, contudo, quando a pedido dos alunos, as capitações do prato poderão ser reduzidas ou acrescentadas, no entanto, não deve ser eliminado nenhum componente do tabuleiro (p.e. sopa, prato (com legumes), fruta...);
- ✓ As capitações servidas devem ser respeitadas, não devendo oscilar em mais de 20% dos valores das capitações previstas, tanto nas refeições completas como nas refeições ligeiras;
- ✓ Não está prevista a possibilidade do aluno repetir, até porque as **capitações estabelecidas são capazes de garantir as necessidades alimentares e nutricionais do aluno**. Fica ao critério da escola ou da concessão a possibilidade de o aluno repetir a sopa ou o pão ou a fruta, quando por disponibilidade de *stock*.
- ✓ A forma como é realizado o empratamento é crucial, pelo que os **manipuladores de alimentos** têm de garantir que o mesmo tenha um aspeto atrativo e salutar.

*

Por vezes, a introdução de alimentos novos/ menos aceites poderão levar à estranheza e rejeição dos mesmos. Contudo a **exposição repetida a um determinado alimento** constitui uma **estratégia de interesse** no incentivo à aceitação alimentar, reforçado em ambiente escolar pelo efeito dos pares. Neste sentido, a escola nunca deve abandonar o conceito de oferecer alimentos saudáveis, nas quantidades adequadas,

independentemente do gosto e/ou adesão do aluno, tornando-se para tal fundamental a colaboração dos funcionários da cozinha, dos docentes e da restante comunidade escolar.

ESPAÇO



O espaço de refeições deve refletir um **ambiente apelativo, divertido e harmonioso**, pelo que, em colaboração com encarregados de educação, docentes e outros membros da comunidade escolar, a escola pode recorrer a materiais e elementos decorativos e alusivos à prática de uma alimentação saudável e equilibrada.

A verificação do que os **alunos comem e/ou desperdiçam** e o **barulho excessivo** são alguns dos problemas existentes no espaço de refeições. A escola, através de parcerias com a comunidade escolar, *p.e. com a associação de encarregados de educação ou com a equipa de saúde escolar*, deve trabalhar no sentido de minimizar os problemas existentes, sempre no sentido de promover um ambiente coerente e disponível às práticas e hábitos saudáveis.



ANEXOS



O plano de ementas tipo elaborado por esta direção tem por função orientar as escolas e os serviços concessionados na oferta de alimentos adequados e acessíveis, adaptados às necessidades dos alunos, apresentando-se como um instrumento importante de auxílio à gestão das unidades.

Como tal, a elaboração deste plano de ementas segue as medidas necessárias à garantia de **quantidade, qualidade, harmonia e adequação** necessárias ao equilíbrio alimentar e nutricional aluno.

Atendendo a insularidade das escolas e as limitações de fornecimento, o plano de ementas apresentado pode ser adaptado e modificado segundo as necessidades de cada escola, tendo em conta o anexo 3 – *alimentos autorizados*, sendo assim uma ferramenta em constante dinâmica.

SEMANA 1					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Juliana de Legumes	Abóbora com feijão verde	Caldo Verde	Creme de alho-francês	Grão com hortaliças
PRATO	Bolonhesa de carne	Bacalhau à Espanhola (<i>Caldeirada de bacalhau lascado</i>)	Bifanas de porco grelhadas/estufadas	Massa lacinhos com atum, milho e cenoura	Frango assado
	Esparguete		Arroz de Cenoura		Arroz de Legumes
SALADA	Legumes crus*2	Legumes cozidos/salteados*1	Legumes crus*2	Legumes crus*2	Legumes crus*2
SOBREMESA	Fruta da época Sobremesa látea	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

*1 Salada de legumes cozidos ou salteados, em jardineira, macedónia ou outro, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – abóbora, beringela, brócolos, cenoura, curgete, couve (diferentes variedades), couve-flor, feijão-verde, milho, outros.

*2 Salada de legumes crus, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – alface, beterraba, cenoura, couve-roxa, pepino, pimentos, repolho, tomate, outros.

*3 Devem existir pelo menos duas variedades diárias de fruta – Variar entre ameixa, banana, clementina, kiwi, laranja, maçã, melancia, melão, meloa, morango, nectarina, nêspira, pera, pêsego, tangerina, uvas, outros. Quando sobremesa látea ou gelatina, deverá existir pelo menos 1 variedade diária de fruta.

ASSINATURA

DATA __ / __ / __ A __ / __ / __

SEMANA 2					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Creme de Cenoura	Hortalças	Creme de Ervilhas	Abóbora com Espinafres	Feijão
PRATO	Douradinhos de Peixe	Almondegas de vaca	Peixe no forno	Frango estufado com ervilhas	Salada de atum (atum, batata, cenoura, feijão verde)
	Arroz de Tomate	Esparguete	Batatas assadas	Arroz branco	
SALADA	Legumes crus*2	Legumes crus*2	Legumes cozidos/salteados*1	Legumes crus*2	Legumes crus*2
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época Gelatina	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

*1 Salada de legumes cozidos ou salteados, em jardineira, macedónia ou outro, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – abóbora, beringela, brócolos, cenoura, curgete, couve (diferentes variedades), couve-flor, feijão-verde, milho, outros.

*2 Salada de legumes crus, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – alface, beterraba, cenoura, couve-roxa, pepino, pimentos, repolho, tomate, outros.

*3 Devem existir pelo menos duas variedades diárias de fruta – Variar entre ameixa, banana, clementina, kiwi, laranja, maçã, melancia, melão, meloa, morango, nectarina, nêspera, pera, pêsego, tangerina, uvas, outros. Quando sobremesa látea ou gelatina, deverá existir pelo menos 1 variedade diária de fruta.

ASSINATURA

DATA __ / __ / __ A __ / __ / __

SEMANA 3					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Couve-flor com cenoura ripada	Grão-de-bico com espinafres	Cenoura com nabiças	Creme de brócolos	Feijão branco
PRATO	Carne de porco à jardineira (batatas, cenoura, ervilhas, feijão verde)	Arroz de atum (arroz, atum, tomates, pimentos, milho, ...)	Hamburguer de vaca grelhado	Bacalhau Gratinado com espinafres (bacalhau, batata, espinafres)	Arroz à valenciana (s/marisco)
			Esparguete		
SALADA	Legumes cozidos/salteados*1	Legumes crus*2	Legumes crus*2	Legumes crus*2	Legumes crus*2
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época Sobremesa láctea	Fruta da época	Fruta da época
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

*1 Salada de legumes cozidos ou salteados, em jardineira, macedónia ou outro, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – abóbora, beringela, brócolos, cenoura, curgete, couve (diferentes variedades), couve-flor, feijão-verde, milho, outros.

*2 Salada de legumes crus, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – alface, beterraba, cenoura, couve-roxa, pepino, pimentos, repolho, tomate, outros.

*3 Devem existir pelo menos duas variedades diárias de fruta – Variar entre ameixa, banana, clementina, kiwi, laranja, maçã, melancia, melão, meloa, morango, nectarina, nêspera, pera, pêsego, tangerina, uvas, outros. Quando sobremesa láctea ou gelatina, deverá existir pelo menos 1 variedade diária de fruta.

ASSINATURA

DATA __/__/__ A __/__/__

SEMANA 4					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Cenoura com Agrião	Grão-de-bico com hortaliças	Canja de galinha (s/miudos nem peles)	Feijão com Nabijas	Creme de abóbora
PRATO	Salada de Atum com feijão frade (atum, feijão frade, batata, cenoura)	Strogonoff de frango	Macarronada de Soja (molho de tomate, cogumelos, pimentos e queijo gratinado)	Carne de porco estufada (c/ tomate)	Filete de Peixe grelhado/assado
		Arroz de cenoura		Arroz de Legumes	Batata Assada /Cozida
SALADA	Legumes crus*2	Legumes crus*2	Legumes crus*2	Legumes crus*2	Legumes cozidos/salteados*1
SOBREMESA	Fruta da época Sobremesa Láctea	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época Gelatina	Fruta da época
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

*1 Salada de legumes cozidos ou salteados, em jardineira, macedónia ou outro, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – abóbora, beringela, brócolos, cenoura, curgete, couve (diferentes variedades), couve-flor, feijão-verde, milho, outros.

*2 Salada de legumes crus, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – alface, beterraba, cenoura, couve-roxa, pepino, pimentos, repolho, tomate, outros.

*3 Devem existir pelo menos duas variedades diárias de fruta – Variar entre ameixa, banana, clementina, kiwi, laranja, maçã, melancia, melão, meloa, morango, nectarina, nêspera, pera, pêssigo, tangerina, uvas, outros. Quando sobremesa láctea ou gelatina, deverá existir pelo menos 1 variedade diária de fruta.

ASSINATURA

DATA __/__/__ A __/__/__

SEMANA 5					
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SOPA	Creme de couve-flor	Abóbora com feijão verde	Sopa de peixe	Sopa de feijão com couve lombarda	Juliana de Legumes
PRATO	Carne de vaca estufada com cenoura	Filetes de peixe panados (no forno)	Arroz de frango com legumes	Carbonara de atum (atum, massa, milho)	Feijoada/Chilli
	Massinhas c/ legumes	Batata cozida			Arroz branco
SALADA	Legumes crus*2	Legumes cozidos/salteados*1	Legumes crus*2	Legumes crus*2	Legumes crus*2
SOBREMESA	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época	Fruta da época Sobremesa láctea
BEBIDA	Água	Água	Água	Água	Água

*1 Salada de legumes cozidos ou salteados, em jardineira, macedónia ou outro, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – abóbora, beringela, brócolos, cenoura, curgete, couve (diferentes variedades), couve-flor, feijão-verde, milho, outros.

*2 Salada de legumes crus, composta por pelo menos dois (2) dos seguintes elementos – alface, beterraba, cenoura, couve-roxa, pepino, pimentos, repolho, tomate, outros.

*3 Devem existir pelo menos duas variedades diárias de fruta – Variar entre ameixa, banana, clementina, kiwi, laranja, maçã, melancia, melão, meloa, morango, nectarina, nêspera, pera, pêssigo, tangerina, uvas, outros. Quando sobremesa láctea ou gelatina, deverá existir pelo menos 1 variedade diária de fruta.

ASSINATURA

DATA __/__/__ A __/__/__

ANEXO 2 – DISTRIBUIÇÃO DA EMENTA



	FREQUÊNCIA	MÁXIMO	MÍNIMO	RECOMENDADO
Sopa em creme	Semanal	2		1
Sopa com pedaços	Semanal		3	4
Sopa com leguminosas	Semanal		1	2
Sopa de peixe	Mensal*	1		1
Sopa de carne (cozido)	Mensal*	1		1
Canja com legumes	Mensal*	1		1
Prato de peixe	Semanal		2	2 / 3
Prato de aves	Semanal		1	1
Prato de carne ou peixe fracionados/picados	Semanal	2		1
Prato de carne tipo assada/estufada/bife	Semanal		1	1
Prato com leguminosas	Semanal		1	1
Prato vegetariano / ovo	Mensal*		2	2
Prato com inclusão de alimento frito	Mensal*	1		1
Bacalhau	Mensal	2		2
Rissóis/croquetes/pastéis de bacalhau	Mensal	2		2
Fruta fresca de época	Diária		2 variedades	2 variedades
Outras sobremesas	Semanal	1		1



1 - CARNE DE VACA

Proveniente de rês bovina adulta aprovada para consumo público, em conformidade com o regulamento da Inspeção Sanitária dos animais de talho, das respectivas carnes e subprodutos, devidamente rotulada, em conformidade com a legislação em vigor, com identificação do animal, país de origem, de abate e de desmancha, apresentada em meia carcaça, quartos ou peças de talho, refrigerada ou congelada, limpa (sem gorduras e aponevroses).

1.1 - Peças de talho para bifés – carne de 1ª categoria, sem osso

- Vazia sem abas
- Alcatra (exceto ponta da alcatra)
- Pojadouro
- Rabadilha
- Acém redondo – sem cobertura

1.2 - Peças de talho para assar/estufar – carne de 1ª categoria, sem osso

- Chã de fora
- Pá
- Acém comprido
- Alcatra

1.3 - Peças de talho para guisar – carne de 2ª categoria, sem osso

- Chambão da perna
- Chambão da pá
- Chã de fora
- Acém comprido
- Pá
- Aba descarregada
- Cachaço

1.4 - Peças de talho para cozer – carne de 2ª categoria, sem osso

- Chambão da perna
- Chambão da pá

- Chã de fora
- Acém comprido
- Peito
- Cachaço
- Pá

1.5 - Carne picada

1.5.1. Os hambúrgueres e almôndegas a servir devem apresentar-se sob a forma de produto transformado ultracongelado e com os seguintes ingredientes:

- Hambúrgueres:

Carne de bovino, picada (70%)

Proteínas vegetais, hidratadas (25%)

Fibras vegetais

Pão ralado

Sal

Especiarias

Aromatizante

Taxa de gordura inferior a 15%.

Percentagem de colagénio nas proteínas de carne inferior a 22%.

- Almôndegas:

Carne de bovino, picada (60%)

Proteínas vegetais, hidratadas (23%)

Ovo

Tomate

Aipo

Cebolas

Pão ralado

Sal

Condimento

Plantas aromáticas.

Taxa de gordura inferior a 15%.

Percentagem de colagénio nas proteínas de carne inferior a 25%.

1.5.2. Os pratos a seguir indicados devem ser executados com carnes de fabrico industrial, ultracongelados, respeitando a legislação em vigor:

- Croquetes; - Rissóis de carne; - Ravioli; - Lasanha; - Canelones

1.6 - No caso de empadão, bolonhesa, chili e rolo de carne:

1.6.1. A carne a utilizar poderá ser picada no refeitório, tendo obrigatoriamente de nele ser consumida, desde que se verifiquem as seguintes condições:

a) A existência de equipamento apropriado e exclusivo para picar carne, em perfeito estado de higienização e conservação, não sendo permitida, em caso algum, a utilização da descascadora de batatas, mesmo que possua os acessórios destinados para aquele fim, para evitar contaminações cruzadas.

b) A zona de preparação da carne picada tem de ser distinta das zonas de preparação de legumes e de peixe. Não é permitida a preparação da carne picada em simultâneo com outro tipo de carne, na mesma zona.

c) A peça de carne que será utilizada para picar, deverá obedecer aos parâmetros apresentados no número 1.1 – Peças de talho para bifés – e possuir as seguintes características:

- Isenção de gorduras;

- Isenção de aponevroses;

- Isenção de sinais de oxidação.

1.6.2. No caso de não existirem as condições mencionadas nas alíneas a) e b) do número 1.6.1, a carne picada a utilizar terá de ser proveniente de um fornecedor licenciado e possuir as características de um produto pré-embalado, respeitando sempre os parâmetros indicados na alínea c) do número 1.6.1.

2 - CARNE DE PORCO

2.1 - Pernas ou pás

Limpas, refrigeradas ou congeladas provenientes de animais abatidos para consumo público, de acordo com o regulamento da inspeção sanitária dos animais de talho e respetivas carnes, subprodutos e despojos.

2.2 - Bife de porco

Refrigerado ou congelado, proveniente de perna limpa.

2.3 - Assar/Guisar

Perna limpa

Pá limpa

2.4 - Costeletas

Deverão obedecer às seguintes características:

- Serem provenientes de porcos abatidos nos termos da legislação em vigor;
- Serem selecionadas do cachaço, lombo e pé em percentagem equitativa;
- Terem corte por processo standardizado, ou manual correto, desde que tenham a parte óssea com os músculos correspondentes.

3 - CARNE DE COELHO

Carcaças provenientes de matadouros oficialmente aprovados. Devem revelar sinais evidentes de uma perfeita e boa preparação. Em estado refrigerado ou congelado. Cada carcaça deverá ter uma etiqueta com a identificação do produto, nome da firma fornecedora, número do centro de abate, data da preparação e aprovação sanitária.

4 - CARNE DE PERÚ

4.1 - Peru inteiro

Deverá revelar sinais evidentes de uma sangria perfeita e boa preparação, isento de penas, penugens ou canudos e desprovido de cabeça, pescoço, vísceras e segmentos abaixo da linha tíbio-metatarsica. A cloaca e a porção terminal do intestino não devem fazer parte da carcaça. O peso médio das carcaças limpas deve oscilar entre 5 e 8 Kg.

4.2 - Coxas de peru

Correspondem aos músculos da coxa e respetivo suporte ósseo, seccionados superiormente ao nível da articulação coxo-femural e inferiormente a 2 cm acima da articulação tíbio-társica. Apresentam-se no estado refrigerado ou congelado, devidamente rotulado.

4.3 - Bifes de peru

Obtidos exclusivamente por corte dos músculos peitorais, devendo assumir o aspeto laminado, sem fragmentos de ossos ou cartilagens. Apresentam-se no estado refrigerado ou congelado, devidamente rotulado.

4.4 - Espetadas de peru

Pedaços regulares de cerca de 3 a 4cm, perfurados por eixo metálico com características antioxidantes ou de madeira, sempre como tara perdida. Frescas, refrigeradas ou congeladas e devidamente rotuladas. Constituídas por 68% de carne de peru, isenta de gorduras e aponevroses, 20% de toucinho; 8% de pimento verde e 4% de cebola verde. Apresentação: unidades de 100gr no mínimo.

5 - PATO

Carcaças provenientes de aves abatidas, em boas condições de saúde em matadouros oficialmente aprovados. Devem revelar sinais evidentes de uma perfeita e boa preparação, isentas de penas, penugens ou canudos, desprovidas de cabeça, pescoço, vísceras e segmentos abaixo da linha tíbio-metatarsica (patas). A cloaca e porção terminal do intestino não devem fazer parte da carcaça. Em estado refrigerado ou congelado. O peso médio unitário das carcaças limpas é de 3 Kg. Cada carcaça deverá ter uma etiqueta com a identificação do produto, nome da firma fornecedora, número do centro de abate, data da preparação e aprovação sanitária.

6 - FRANGO

Carcaças provenientes de aves abatidas, em boas condições de saúde, em matadouros oficialmente aprovados. Devem revelar sinais evidentes de uma perfeita e boa preparação, isentas de penas, penugens ou canudos, desprovidas de cabeça, pescoço, vísceras e segmentos abaixo da linha tíbio-metatarsica (patas). A cloaca e porção terminal do intestino não devem fazer parte da carcaça. Em estado refrigerado ou congelado; peso unitário médio é de 1 Kg. Cada carcaça deverá ter uma etiqueta com a identificação do produto, nome da firma fornecedora, número do centro de abate, data da preparação e aprovação sanitária.

7 - PRODUTOS DE SALSICHARIA

7.1 - Chouriço de carne

Constituído exclusivamente por carne e gordura de porco refrigerada, isento de fécula, em proporções de carne entre 80% para o tipo “extra” e 70% para o tipo “corrente”, com margens de tolerância de 5%; gordura entre 20% para o tipo “extra” e 30% para o tipo “corrente”, com margem de tolerância de 5%, devidamente fragmentadas e

adicionadas de aditivos legalmente autorizados. Em forma de ferradura ou em “rosário”, com sinais evidentes de cura perfeita, que nunca deverá ser inferior a 72 horas.

7.2 - Farinheira

Enchido corado pelo fumo, constituído por gorduras de porco frescas ou refrigeradas, picadas em proporção não inferior a 60% e por farinha de trigo de 1ª qualidade, adicionadas de certos condimentos e aditivos legalmente autorizados (sal, pimenta, colorau, vinho branco, etc.). Em forma de ferradura, de comprimento não superior a 35 cm.

7.3 - Alheira

Enchido corado pelo fumo, obtido a partir de carne de porco fresca, pão regional transmontano de trigo e azeite, condimentado com sal, alho e colorau. Os pedaços de carne têm de ser perceptíveis. Em forma de ferradura, de comprimento não superior a 30 cm e com diâmetro de 2cm. O peso deve oscilar entre ao 170 e 200gr

7.4 - Paio

“Paio do lombo”, constituído exclusivamente por carnes provenientes de lombo de porco, limpo de aponevroses e da maior parte de gordura que lhe é aderente, adicionado de certos condimentos e aditivos legais.

7.5 - Presunto

“Presunto limpo”, desossado e sem courato.

7.6 - Mortadela

Percentagem de gordura máxima visível macroscopicamente de 30%. Constituída por carne de vaca (não deve exceder 50% da massa total) e de porco na proporção de 75% da massa.

7.7 - Fiambre

Da perna ou da pá, desentalado, envolvido em película plástica impermeável à água e ao vapor de água, aderindo totalmente ao fiambre ou “ensacado” em embalagens de matéria inócua aprovada legalmente e fechadas com prévia extração do ar, com peso de 3,5 a 5,5 Kg e isento de fécula.

7.8 - Todos estes produtos deverão possuir rótulos com as seguintes indicações:

- a) Designação do produto;
- b) Ingredientes;

- c) Tipo;
- d) Nome do fabricante;
- e) Localidade e origem do fabricante;
- f) Data de fabrico / lote;
- g) Modo de conservação;
- h) Durabilidade mínima.

8- OVOS

a) **Ovo pasteurizado** (aplicação geral) – ovo inteiro, gema e clara.

Os ovos pasteurizados devem estar armazenados à temperatura indicada pelo fabricante. Não podem permanecer nas caixas de transporte, devendo ficar bem visível o seu prazo de validade.

b) **Ovo em natureza** só cozido.

Ovos de galinha de categoria **A** e classe igual ou superior a **4** (NP 175/1986).

Podem ser de uma ou mais marcas distintas, indicando:

- Categoria;
- Classe;
- O número correspondente à semana de inspeção e classificação;
- O número do centro de inspeção e classificação;
- O nome, a firma ou a denominação social e domicílio do centro de inspeção e classificação;
- A marca da empresa ou marca comercial.

As embalagens grandes (mais de 30 ovos), mesmo que contenham ovos acondicionados em embalagens pequenas, devem ter um rótulo que não seja inutilizado no ato de abertura da embalagem, contendo as indicações citadas anteriormente, em letras perfeitamente legíveis e visíveis.

Os ovos devem ser armazenados, dentro das suas caixas de transporte, em local bem ventilado, nunca perto de produtos que lhes possam transmitir cheiros, como, por exemplo, o bacalhau seco, fruta, etc.

9 - PESCADO

9.1 - Tipos de apresentação:

- a) Inteiro eviscerado, com ou sem cabeça.
- b) Em postas – quando seccionado em postas mais ou menos perpendiculares à coluna vertebral: as postas podem ser abertas ou fechadas, consoante a região anatómica de onde provêm.
- c) Em filetes/lombos ou outra forma desde que sem espinhas – quando o pescado é submetido à filetagem, ou outra forma desde que sem espinhas.
- d) Em rolos – quando o pescado é submetido a prensa.

9.2 - Conservação:

- a) Refrigerado;
- b) Congelado – quando submetido à temperatura da ordem dos -35º C, de modo a que no interior das massas musculares a temperatura seja igual ou inferior a -18º C; a percentagem de vidro para os filetes/lombos não pode ultrapassar os 30% e a do peixe inteiro ou em postas, 10%.

9.3 – Fins culinários

Quando não identificados nos documentos de procedimento, devem ser utilizados os fins culinários que melhor se adaptem a cada peixe e seu tipo de apresentação, considerando de modo especial as exigências e objetivos, educacionais e nutritivos, dos documentos do procedimento e a **idade** dos utilizadores dos refeitórios.

10 - BACALHAU SECO

Do tipo crescido, respeitando a legislação em vigor.

11 - PASTÉIS DE BACALHAU

Devem ser de fabrico industrial, ultracongelados, respeitando a legislação em vigor.

12 - ATUM

Atum em pedaços, preferencialmente em azeite ou água, em latas individuais ou de 2 quilos, de utilização imediata, sendo proibido armazenar qualquer lata depois de aberta.

13 - ARROZ

a) Do tipo agulha.

14 - MASSAS ALIMENTÍCIAS

Massas de 1ª qualidade:

- Cotovelos
- Esparguete
- Massinhas

15 - LEGUMINOSAS SECAS

De boa qualidade.

15.1 - Feijão

- a) Feijão branco
- b) Feijão catarino
- c) Feijão-frade
- d) Feijão encarnado

15.2 - Grão

15.3- Favas (frescas ou congeladas)

15.4 - Lentilhas

15.5 - Ervilhas (descascadas, frescas ou congeladas)

16 - FARINHA DE TRIGO

De 1ª qualidade, em embalagens não superiores a um quilo.

17 – BATATA

Com casca ou sem casca

Os tubérculos tipo redondo não devem ter diâmetro inferior a 40 mm; os de tipo alongado não devem ter o diâmetro inferior a 35 mm.

18 - BATATA DESIDRATADA

Em embalagens individuais não superiores a dois quilos.

19 - LEGUMES E HORTALIÇAS

Frescos, congelados ou desidratados.

20 – ERVAS AROMÁTICAS

Frescas, congeladas ou desidratadas

21 - SALADAS

No caso de saladas cruas é obrigatória a utilização de processos de desinfeção adequados.

22 - PRODUTOS DESIDRATADOS E LIOFILIZADOS

Depois de aberta a embalagem, não é permitida a armazenagem destes produtos.

23 - AZEITE FINO/MARGARINA/BANHA

Azeite Virgem Extra.

Banha pré-embalada, devidamente rotulada.

Margarina industrial isenta de ácidos gordos *trans*

24 - ÓLEO VEGETAL REFINADO

Óleo de amendoim, refinado, de qualidade.

25 - SAL (preferencialmente iodado) – Higienizado, em sacos de plástico de 1 Kg.

26 - TOMATE PELADO

Em latas de 1 Kg ou superior, de utilização imediata, sendo proibida a armazenagem depois de abertas.

27- LEITE

Ultrapasteurizado, meio gordo, em embalagens de litro.

28 – IOGURTE /SOBREMESA LÁEA

Iogurte de aromas, peso líquido 125gr;

Valor nutritivo médio por 100 g:

Valor energético: ≤ 90 Kcal

Proteínas: ≥ 3 g

Hidratos de carbono: ≤ 14 g

Gordura: ≤ 2 g

Cálcio: ≥ 120 mg

29 – NATAS

Ultrapasteurizadas.

30 - PÃO DE MISTURA

Pão fresco com a seguinte composição:

15% de centeio; 35% de farinha T65; 35% de farinha T200; água; 0,4% de sal; Levedura

NOTA: FINS CULINÁRIOS — QUANDO NÃO IDENTIFICADOS NOS DOCUMENTOS DE PROCEDIMENTO, DEVEM SER UTILIZADOS OS QUE MELHOR SE ADAPTEM A CADA PRODUTO OU CONJUNTO DE PRODUTOS, CONSIDERANDO DE MODO ESPECIAL AS EXIGÊNCIAS E OBJETIVOS DOS DOCUMENTOS DE PROCEDIMENTO E A IDADE DOS UTILIZADORES DO REFEITÓRIO.

ANEXO 4 – SAZONALIDADE DAS HORTOFRUTÍCOLAS



(DECO Protesto / adaptado)

Sazonalidade das FRUTAS

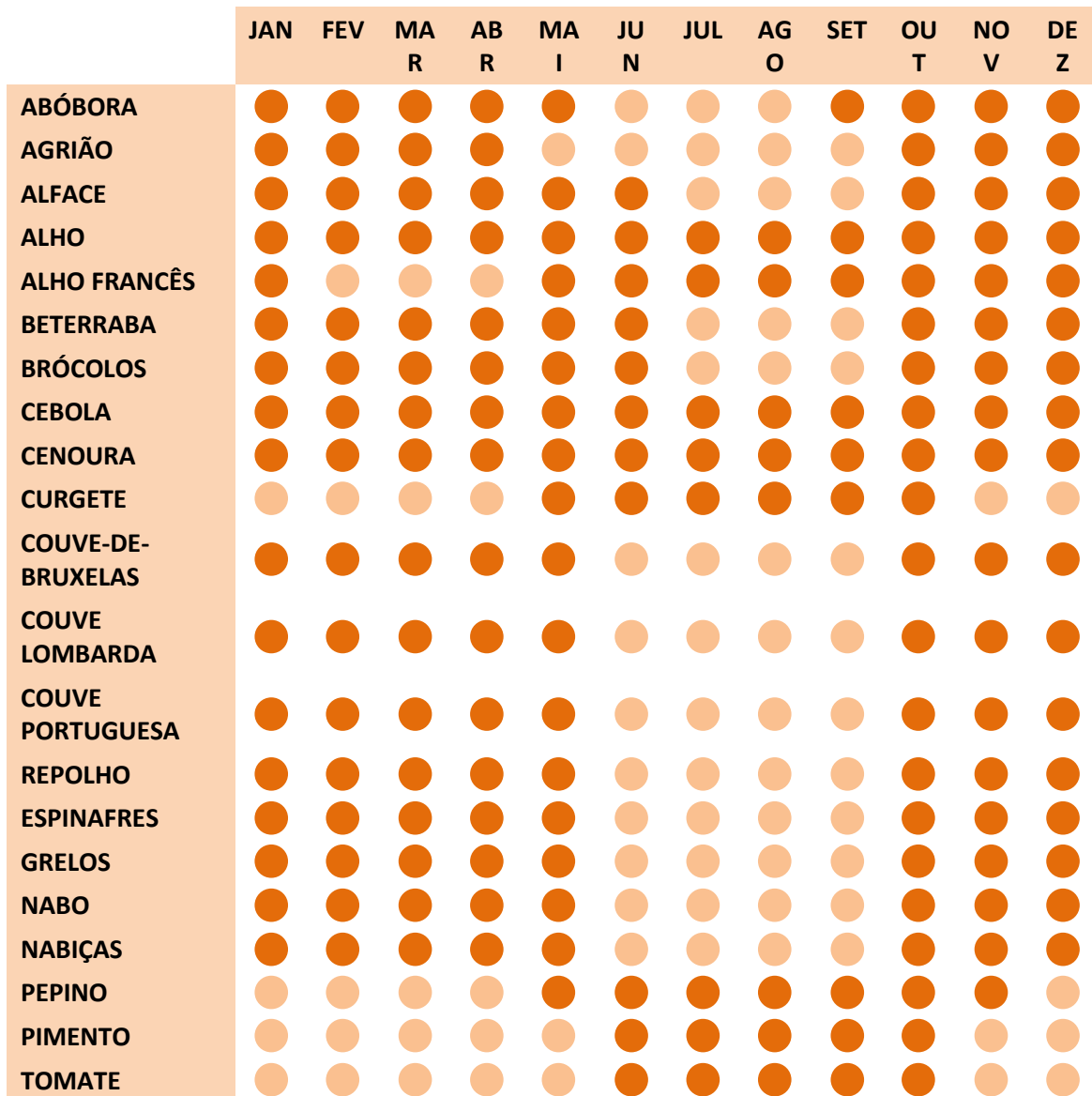
	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
ALPERCE					◐	●	◐					
AMEIXA						●	●	●	●	◐		
AMORA						●	●	●	●			
ANANÁS	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
BANANA	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
CEREJA					◐	●	●					
FIGO						●	●	●	●			
KIWI	●	●	●								◐	●
LARANJA	●	●	●	●	●					◐	●	●
MAÇA	●	●	●	●			◐	●	●	●	●	●
MELANCIA							●	●	●			
MELÃO / MELOA						●	●	●	●			
MORANGO				●	●	●	●	●				
NÊSPERA				●	●							
PERA	●	●	●			◐	●	●	●	●	●	●
PÊSSEGO						◐	●	●	●	◐		
TANGERINA	●	●	●	●					◐	●	●	●
UVAS						◐	●	●	●	◐		

● Época normal

◐ Disponível na 1ª quinzena

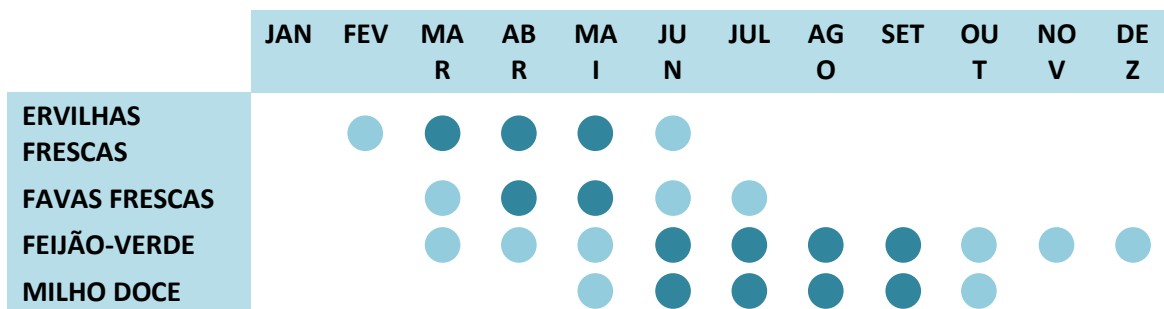
◑ Disponível na 2ª quinzena

Sazonalidade das HORTÍCOLAS



● Época normal ● Época baixa (menor produção)

Sazonalidade das LEGUMINOSAS



● Época normal ● Época baixa (menor produção)

ANEXO 5 – CAPITAÇÕES DOS ALIMENTOS



TABELA 1 – FRUTA

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES REF.COMPLETA	CAPITAÇÕES REF.LIGEIRA	OBSERVAÇÕES
ALPERCE	150 g	150 g ^{*1}	1 unidade
AMEIXA	150 g	150 g ^{*1}	2 unidades
BANANA	120 g	120 g ^{*1}	1 unidade
CEREJA	120 g	120 g ^{*1}	10 unidades
CITRINOS			
Laranja	160 g	160 g ^{*1}	1 unidade
Tangerinas	160 g	160 g ^{*1}	2 unidades
Clementinas	160 g	160 g ^{*1}	2 unidades
FIGO	150 g	150 g ^{*1}	3 unidades
KIWI	160 g	160 g ^{*1}	2 unidades
MAÇÃ	160 g	160 g ^{*1}	1 unidade
MELANCIA	250 g	250 g ^{*1}	2 fatias médias
MELÃO	250 g	250 g ^{*1}	2 fatias médias
MORANGO	150 g	150 g ^{*1}	Calibre mínimo 30 mm
NÊSPERA	150 g	150 g ^{*1}	
PÊRA	160 g	160 g ^{*1}	1 unidade
PÊSSEGO	160 g	160 g ^{*1}	Calibre mínimo 70 mm
UVAS	120 g	120 g ^{*1}	10 unidades
ANANÁS	1 rodela	1 rodela ^{*1}	

NOTA*1: PARA A SOBREMESA, CAPITAÇÕES DA FRUTA DEVEM SER MANTIDAS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.

TABELA 2 – HORTALIÇAS (VEGETAIS)

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA (RC)	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA (RL)	PESO EM COZINHADO (RC / RL)	OBSERVAÇÕES
ABÓBORA				
Sopa (base)	60 g	60 g ^{*2}	-	
Sopa (não base)	40 g	40 g ^{*2}	-	
AGRIÃO	40 g	40 g ^{*2}	-	
ALFACE				
Salada	50 g	35 g	-	

Salada mista	30 g	21 g	-	
Sopa (não base)	30 g	30 g ^{*2}	-	
ALHO FRANCÊS				
Sopa (base)	50 g	50 g ^{*2}	-	
Sopa (não base)	40 g	40 g ^{*2}	-	
BETERRABA	40 g	28 g	-	
BRÓCOLOS				
Guarnição mista	60 g	42g	60 g / 42 g	
Sopa (não base)	45 g	45 g ^{*2}	-	
Salada mista	30 g	21 g	30 g / 21 g	
CEBOLA				
Arroz	20 g	14 g	10 g / 7 g	
Estufados	25 g	17 g	13 g / 9 g	
Caldeirada	60 g	42 g	30 g / 42 g	
Sopa (não base)	20 g	20 g ^{*2}	-	
CENOURA				
Guarnição mista	50 g	35 g	45 g / 32 g	
Jardineira/Estufado	50 g	35 g	45 g / 32 g	
Salada	50 g	35 g	45 g / 32 g	
Salada mista	30 g	21 g	27 g / 19 g	
Sopa (base)	45 g	45 g ^{*2}	-	
Sopa (não base)	20 g	20 g ^{*2}	-	
Arroz	30 g	21 g	-	
COGUMELOS	15 g	10 g	-	
COUVE BRUXELAS				
Guarnição mista	20 g	14 g	22 g / 16 g	
COUVE-FLOR				
Guarnição mista	60 g	42 g	66 g / 46 g	
Sopa (não base)	40 g	40 g ^{*2}	-	
COUVE LOMBARDA /PORTUGUESA				
Guarnição mista	90 g	63 g	90 g / 63 g	
Sopa (não base)	40 g	40 g ^{*2}	-	
Caldo verde	50 g	50 g ^{*2}	-	
COUVE ROXA				
Salada Mista	30 g	21 g	-	
CURGETE	30 g	21 g	-	
ESPINAFRES				
Guarnição mista	25 g	18 g	25 g/18g	Frescos / congelados
Sopa (não base)	40 g	40g ^{*2}	-	Frescos / congelados

GRELOS				
Guarnição mista	60 g	42 g	66 g / 46 g	
Arroz	50 g	35 g	-	
Sopa (não base)	40 g	40 g ^{*2}	-	
NABO	25 g	17 g	23 g / 15 g	
NABIÇA/ JULIANA				
Sopa (não base)	30 g	30 g ^{*2}	-	
Guarnição (mista)	25 g	17 g	25 g / 17 g	
PEPINO	35 g	24 g	-	
PIMENTO	10 g	7 g	7 g / 5 g	
SOJA				
Granulada base	25 g	18 g	75 g / 54 g	
Granulada mista	15 g	11 g	45 g / 33 g	
Grão (p.e. estufada)	40 g	28 g	80 g / 56 g	
TOMATE				
Sopa (base)	60g	60 g ^{*2}	-	
Sopa (não base)	30g	30 g ^{*2}	-	
Salada	50 g	35 g	-	
Salada mista	30 g	21 g	-	
Arroz	35 g	24 g	-	
Estufado	35 g	24 g	-	

NOTA*2: CAPITAÇÕES DOS LEGUMES UTILIZADOS NA SOPA NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDOS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.

TABELA 3 – GUARNIÇÕES / ACOMPANHAMENTOS BÁSICOS DE HIDRATOS DE CARBONO

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA (RC)	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA (RL)	PESO EM COZINHADO (RC / RL)	OBSERVAÇÕES
ARROZ				
Guarnição base	80 g	56 g	160g/112g	
Guarnição mista	60 g	42 g	120g/84g	
Sopa (não base)	10 g	10 g ^{*2}	-	
BATATA				
Cozer	240 g	168 g	240 g / 168 g	
Guarnição mista (p.e. salada de feijão frade)	100 g	20 g	100 g / 20 g	

Assar	240g	168 g	180 g / 126 g
Puré	240 g	168 g	240 g / 168 g
Jardineira/Caldeirada	240 g	168 g	240 g / 168 g
Sopa (base)	80 g	80 g ^{*2}	-
Sopa (base mista)	40 g	40 g ^{*2}	-
MASSA			
Guarnição base	70 g	49 g	140 g/ 98 g
Guarnição mista	50 g	35 g	100 g/ 70 g
Sopa (não base)	15 g	15 g	30 g

NOTA*2: CAPITAÇÕES DOS FORNECEDORES DE HIDRATOS DE CARBONO UTILIZADOS NA SOPA NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDOS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.

TABELA 4 – LEGUMINOSAS

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA (RC)	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA (RL)	PESO EM COZINHADO (RC / RL)	OBSERVAÇÕES
ERVILHAS/LENTILHAS				
Guarnição base (p.e. guisadas)	50 g 43 g	35 30 g	90 g / 63 g	Secas Congeladas Secas Congeladas
Guarnição mista (p.e. Jardineira)	31 g 26 g	22g 17 g	55 g / 39 g	Secas Congeladas
Sopa (base)	55 45 g ^{*2}	55 45 g ^{*2}	-	Secas Congeladas
Sopa (não base)	20 g 14 g ^{*2}	20 g 14 g ^{*2}	-	Secas Congeladas
Arroz	30 g 21 g	24 g 14 g	-	Secas Congeladas
FAVAS				
Sopa (não base)	14 g 20 g	14 g 20 g ^{*2}	-	Secas Congeladas
Sopa (base)	45 g 55g	45 g 55g ^{*2}	-	Secas Congeladas
FEIJÃO-VERDE				
Guarnição mista	50g 45 g	35 g 31 g	48 g / 33g	Frescos congelados
Jardineira	50 g 45 g	35 g 31 g	48 g / 33g	Frescos congelados
Sopa (não base)	30 g 20 g	30 g 20 g ^{*2}	-	Frescos congelados
FEIJÃO SECO				
Guarnição base (p.e. feijoada)	50 g	35 g	100 g / 70 g	
Guarnição mista (p.e.chilli)	30 g	21 g	60 g / 42 g	
Sopa (base)	30 g	30 g ^{*2}	-	

Sopa (não base)	15 g	15 g ^{*2}	-	
Arroz	20 g	14 g	40 g / 28 g	
Salada mista (tipo feijão-frade + batata)	40 g	20 g	80 g / 40 g	
GRÃO SECO				
Guarnição base	70 g	35 g	140 g / 70 g	
Guarnição mista (p.e. Rancho)	30 g	15 g	60 g / 30 g	
Salada mista (tipo grão com batata)	40 g	20 g	80 g / 40 g	
Sopa (base)	60 g	60 g ^{*2}	-	
Sopa (não base)	40 g	40 g ^{*2}	-	
MILHO				
Guarnição mista	30 g	21 g	30 g / 21 g	Cozido / Congelado
Arroz	15 g	11 g	15 g / 11 g	Cozido / Congelado
Salada mista	15 g	11 g	15 g / 11 g	Cozido / Congelado

NOTA*2: CAPITAÇÕES DAS LEGUMINOSAS UTILIZADAS NA SOPA NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDAS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.

TABELA 5 – PESCADO

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA (RC)	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA (RL)	PESO EM COZINHADO (RC / RL)	OBSERVAÇÕES
ABRÓTEA/PESCADA Nº3 A Nº5/BICUDA/GAROUPA (s/ cabeça)				
Com ovo (ovo cozido)	150 g	105 g	120 g / 84 g	
Sem ovo	180 g	126 g	144 g / 100 g	
ATUM DE CONSERVA				
Com batata e 1 ovo (ovo cozido)	120 g	84 g	120 g / 84 g	Valores para atum escorrido
Salada/ macarronada/Empadão/ lasanha	120 g	84 g	20 g / 84 g	
BACALHAU¹ SECO CONGELADO				
Assar	90 g 150 g	63 g 105 g	44 g / 74 g	Demolhado cozinhado
Cozer com 1 ovo	75 125 g	53 g 88 g	88 g / 61 g	
Cozer sem ovo	90 g 150 g	63 g 105 g	44 g / 74 g	
Estufado	90 g 150 g	63 g 105 g	44 g / 74 g	
Gomes de Sá/Meia desfeita/ Gratinar/ à Brás	60 g 100 g	42 g 70 g	70 g / 49 g	
Pastéis (industriais)	100 g	70 g	70 g / 49 g	≥4 uni/ 3 uni
Salada com ½ ovo (ovo cozido)	75 125 g	53 g 88 g	88 g / 62 g	
BESUGO	200 g	140 g	160 g / 112 g	

CALDEIRADA	200 g	140 g	160 g / 112 g	3 Espécies no mínimo
SALADA/TORTILHA/ARROZ	160 g	112 g	128 g / 90 g	
ALFONSIM/ BOCA-NEGRA/ CHERNE/ CORVINA/ ESPADARTE/ GORAZ /LÍRIO/ MARUCA/ PARGO/ PEIXE-ESPADA/ PEIXE VERMELHO/ SALMÃO/ TAMBORIL/ SOLHA	160 g	112 g	128 g / 90 g	(s/ cabeça)
DOURADA/ CAVALA	200 g	140 g	160 g / 112 g	
DOURADINHOS (fabrico industrial)	4 unidades	3 unidades	-	4 / 3 unidades
SOPA DE PEIXE	60 g	60 g ^{*2}	-	
FILETES/ LOMBOS DE PEIXE (variado)	160 g	112 g	128 g / 90 g	
LULAS / POTAS	240 g	168 g	144 g / 101 g	
POLVO	220 g	154 g	133 g / 93 g	

NOTA*2: CAPITAÇÕES DO PEIXE UTILIZADO NA SOPA NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDAS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.

¹Bacalhau seco após demolido tem um ganho de cerca de 35%. Bacalhau congelado após descongelado tem uma perda de cerca de 20%.

TABELA 6 – CARNE DE VACA

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA (RC)	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA (RL)	PESO EM COZINHADO (RC / RL)	OBSERVAÇÕES
ASSAR	160 g	112 g	112 g / 78 g	
BIFE				
Sem ovo	160 g	112 g	112 g / 78 g	
Com ovo	120 g	84 g	84 g / 59 g	
ESCALOPES	160 g	112 g	112 g / 78 g	
ESTUFAR (sem osso)	160 g	112 g	112 g / 78 g	
COZIDO À PORTUGUESA	50 g	35 g	30 g / 21 g	Mínimo 3 tipos de carnes
FEIJOADA/ RANCHO	60 g	42 g	42 g / 29.4 g	Mínimo 2 tipos de carnes
ARROZ DE CARNES	60 g	42 g	42 g / 29.4 g	Mínimo 2 tipos de carnes
ALMONDEGAS (industriais)	150 g (4 uni.)	105 g (3 uni.)	120 g (4 uni) / 84 g (3 uni)	4 / 3 unidades

RISSOIS / CROQUETES (industriais)	120 g (4 uni.)	84 g (3 uni.)	120 g (4 uni) / 84 g (3 uni)	4 / 3 unidades
HAMBURGUER (INDUSTRIAL)	150 g (2 uni.)	105 g (1 uni.)	105 g (2 uni) / 73 g (1 uni)	2 / 1 unidade
PICADA				
Empadão / Bolonhesa/ Macarronada	140 g	98 g	98 g / 69 g	
Rolo de carne / Chili	150 g	105 g	105 g / 74 g	

TABELA 7 – CARNE DE PORCO

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETEA	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA	PESO EM COZINHADO	OBSERVAÇÕES
ASSAR /GUISAR	160 g	112 g	128 g / 90 g	
COSTELETAS / ENTERCOSTO	200 g	140 g	140 g / 98 g	
ESTUFAR/ STROGONOFF	160 g	112 g	128 g / 90 g	
FEBRAS/ESCALOPES	160 g	112 g	128 g / 90 g	
COZIDO À PORTUGUESA	50 g	35 g	40 g / 25 g	Mínimo 3 tipos de carnes
FEIJOADA/ RANCHO	50 g	25 g	40 g / 25 g	1 tipo de carne
ARROZ DE CARNES /VALENCIANA	60 g	42 g	48 g / 30 g	Mínimo 2 tipos de carnes

TABELA 8 – ENCHIDOS

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETEO	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA	PESO EM COZINHADO	OBSERVAÇÕES
ARROZ DE CARNES/VALENCIANA Fiambre, salsicha, chouriço de carne	25 g	17 g	25 g / 17 g	Misto de enchidos
COZIDO À PORTUGUESA Chouriço de carne	10 g	7 g	10 g / 7 g	
Farinheira	10 g	7 g	10 g / 7 g	
FEIJOADA/ RANCHO Chouriço de carne	15 g	10 g	15 g / 10 g	

*Perdas em cozinhado são consideradas desprezíveis. No caso das sopas, estufados, ou guarnições em pratos compostos não são consideradas perdas por serem feitas para o molho.

TABELA 9 – CARNE DE AVES E OVOS

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA	PESO EM COZINHADO	OBSERVAÇÕES
FRANGO				
Bife	160 g	112 g	115 g / 80 g	RC: ¼ de frango Mínimo 2 tipos de carnes Mínimo 3 tipos de carnes
Coxas/Perna/Asas	230 g	161 g	160 g / 115 g	
Arroz de carnes / Valenciana	60 g	42 g	42 g / 30 g	
Cozido à portuguesa	50 g	35 g	35 g / 25 g	
Jardineira	200 g	140 g	140 g / 98 g	
Arroz de frango	200 g	140 g	140 g / 98 g	
Canja	40 g	28 g	28 g / 20 g	
PATO				
Assar / Estufar	230 g	161 g	160 g / 115 g	
Arroz de pato	220 g	154 g	154 g / 108 g	
PERU				
Bife	160 g	112 g	112 g / 78 g	
Coxas7Pernas/Asas	230 g	161 g	160 g / 115 g	
OVOS				
COZIDO				
Base mista (leguminosas/ peixe/ carne)	1 unidade	1 unidade	-	Em natureza
Base mista (recheado)	2 unidades	2 unidades	-	Em natureza
ESCALFADOS	2 unidades	2 unidades	-	Pasteurizados
MEXIDOS/ OMOLETE/ TORTILHA	2 unidades	2 unidades	-	Pasteurizados
BRÁS	1 unidade	½ unidade	-	Pasteurizados

TABELA 10 – CARNE DE CAÇA

As captações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA	OBSERVAÇÕES
COELHO			
Estufar	260 g	182 g	182 g / 127 g
Arroz	220 g	154 g	154 g / 107 g

TABELA 11 – SOBREMESAS DOCES

As captações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA	OBSERVAÇÕES
Doce à fatia	150 g	150 g	
Sobremesa látea/ iogurte	100 g	100 g	
Gelatina	125 g	125 g	

NOTA*1: CAPITAÇÕES DAS SOBREMESAS NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDAS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

CONCURSO PÚBLICO Nº _____

AQUISIÇÃO DE SERVIÇOS DE CONFEÇÃO E FORNECIMENTO DE REFEIÇÕES ESCOLARES

CADERNO DE ENCARGOS (modelo)

**CAPÍTULO I
DISPOSIÇÕES GERAIS**

Artigo 1.º - Objeto do concurso

1 - Concurso Público n.º ____ de ____, com publicação no Jornal Oficial da União Europeia, nos termos do Código dos Contratos Públicos (CCP) e do Decreto Legislativo Regional n.º 34/2008/A, de 28 de julho que aprovou as «Regras especiais da contratação pública na Região Autónoma dos Açores», alterado e republicado em Anexo ao Decreto Legislativo Regional n.º 15/2009/A, de 6 de agosto.

2 - O presente concurso tem por objeto a **(Opção 1)** * confeção e o fornecimento de refeições completas e/ou refeições ligeiras, no refeitório da escola _____; **(Opção 2)** * confeção em sede de empresa e o fornecimento de refeições completas e/ou refeições ligeiras, no refeitório da escola _____. **(Opção 3)** * No caso das refeições ligeiras, também a confeção, o transporte e fornecimento nas seguintes escolas de 1º ciclo _____, em conformidade com o estipulado neste caderno de encargos e demais documentos do concurso.

** Adequar o texto segundo as opções identificadas.*

3 - As refeições são confeccionadas, sob a total responsabilidade da entidade adjudicatária e sem qualquer encargo adicional para a entidade adjudicante, conforme o caderno de encargos, tendo o Código CPV (Common Procurement Vocabulary) 55523100-3.

4 - A **média diária**, previsível, a servir, **(Opção 1)** * é de ____ (número por extenso) **refeições completas** para os alunos dos 2º e/ou 3º e/ou secundário **(Opção 2)** * e de ____ (número por extenso) **refeições ligeiras** para os alunos do pré-escolar e 1.º Ciclo.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

A quantidade total previsível a adquirir (*Opção 1*) * é de ____ (*número por extenso*) refeições completas (*Opção 2*) * e de ____ (*número por extenso*) refeições ligeiras, resultando da média diária de refeições que se prevê sejam servidas, no refeitório do estabelecimento mencionado em 2, multiplicado pelo número de dias com fornecimento efetivo de refeições, para o ano letivo de **2014/2015**, num total de ____ (*número por extenso*) dias, e conforme venha a ser fixado no calendário escolar da escola _____.

** Adequar o texto segundo as opções identificadas.*

5 - Os serviços serão efetuados, previsivelmente, a partir do dia ____ de ____ de 2014 até ao dia ____ de ____ de 2015.

6 - O refeitório pode ser utilizado pelos alunos, pelo pessoal docente e não docente ou por qualquer encarregado de educação, estes desde que acompanhados pelos respetivos alunos.

Artigo 2.º - Contrato

1 - O contrato é composto pelo respetivo clausulado contratual e os seus anexos.

2 - O contrato a celebrar integra ainda os seguintes elementos:

- a) Os suprimentos dos erros e, das omissões do caderno de encargos identificados pelos concorrentes, desde que esses erros e omissões tenham sido expressamente aceites pelo órgão competente para a decisão de contratar;
- b) Os esclarecimentos e as retificações relativos ao caderno de encargos;
- c) O presente caderno de encargos;
- d) A proposta adjudicada;
- e) Os esclarecimentos sobre a proposta adjudicada prestados pelo prestador dos serviços.

3 - Em caso de divergência entre os documentos referidos no número anterior, a respetiva prevalência é determinada pela ordem pela qual aí são indicados.

4 - Em caso de divergência entre os documentos referidos no nº 2 e o clausulado do contrato e seus anexos, prevalecem os primeiros, salvo quanto aos ajustamentos propostos de acordo com o disposto no artigo 99.º do Código dos Contratos Públicos e aceites pelo prestador dos serviços nos termos do disposto no artigo 101.º desse mesmo diploma legal.

Artigo 3.º - Prazo contratual



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

- 1 - O contrato mantém-se em vigor durante o ano letivo de **2014/2015**.
- 2 - O início da prestação dos serviços acima referido corresponde a uma previsão, só existindo fornecimento dos serviços e correspondente pagamento a partir do início do ano letivo, se posterior à mencionada data.

Artigo 4.º - Preço máximo das refeições e preço base do procedimento

1 - O preço da refeição completa não pode exceder € __, __ (*número por extenso*) e o preço da refeição ligeira (*) não pode exceder € __, __ (*número por extenso*). A estes valores, acresce IVA à taxa em vigor

**Eliminar se não correspondente*

2 - O preço da refeição ligeira tem de ser necessariamente inferior ao da refeição completa e não pode exceder 80% do valor desta.

(ponto 2 apenas executável em caderno de encargos com refeições ligeiras)

3 - Os preços são feitos por referência aos cêntimos (duas casas decimais).

4 - O preço base do concurso é de € __. __, __ (*número por extenso*) não incluindo o imposto sobre o valor acrescentado.

CAPÍTULO II

OBRIGAÇÕES CONTRATUAIS

Artigo 5.º - Obrigações principais do adjudicatário

1 - Sem prejuízo de outras obrigações previstas na legislação aplicável e no caderno de encargos, da celebração do contrato decorrem para o adjudicatário as seguintes obrigações principais:

- a) Proceder ao serviço de (*Opção 1*) * confeção e fornecimento de refeições completas e/ou refeições ligeiras, no refeitório da escola _____; (*Opção 2*) * confeção em sede de empresa e o transporte e fornecimento de refeições completas e/ou refeições ligeiras, no refeitório da escola _____. (*Opção 3*) * No caso das refeições ligeiras, também a confeção, o transporte e fornecimento nas seguintes escolas de 1º ciclo _____.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Serviço este ocorrido todos os dias úteis, com exceção dos períodos de interrupção das atividades letivas, para férias dos alunos, avaliações intercalares ou outras, conforme estabelecer o calendário escolar, sob sua total responsabilidade e sem qualquer encargo adicional para a entidade adjudicante, durante o ano escolar de 2014/2015, cumprindo com todas as normas portuguesas e comunitárias relativas ao armazenamento e transporte dos produtos alimentares, produção e entrega das refeições;

** Adequar o texto segundo as opções identificadas*

- b) Servir as refeições na escola _____ das __h__ às __h__;
- c) Colocar as refeições nas diferentes EB1/JI entre as __h__ e as __h__, para que as refeições sejam servidas entre as __h__ e as __h__;

(alínea c apenas executável em caderno de encargos com refeições ligeiras)

- d) Manter as instalações da cozinha e do refeitório em perfeitas condições de higiene, zelando pelas condições de qualidade e higio-sanidade no funcionamento do refeitório e serviços a prestar (incluindo o transporte/colocação das refeições nos diferentes estabelecimentos);
- e) Manter um livro de reclamações, obrigatoriamente facultado sempre que solicitado por qualquer utilizador do refeitório;
- f) Dar conhecimento ao representante da Escola de todas e quaisquer reclamações/queixas apresentadas, e para tal deve recorrer à ficha constante **Anexo G – Modelo de Reclamação do Funcionamento do Refeitório**;
- g) Facultar aos serviços oficiais competentes, para efeitos de fiscalização, as instalações, equipamentos e produtos, sendo responsável por todas as infrações verificadas, em matérias que, contratualmente sejam da sua responsabilidade;
- h) Proceder no último dia útil de cada semana, nos locais indicados pelo representante da Escola durante o horário de fornecimento das refeições, à afixação das ementas da semana seguinte devidamente assinadas pelos representantes de ambas as partes e obrigatoriamente nas escolas objeto do fornecimento dos serviços;
- i) Proceder a análises microbiológicas, no mínimo trimestrais (efetuar pelo menos 3 por ano letivo), aos componentes da refeição (sopa, prato, miniprato) para além do que for considerado adequado em cada análise, nomeadamente em termos de equipamentos/utensílios/superfícies e manipuladores. Os resultados das análises devem ser entregues à Escola, até 5 dias após a sua obtenção, acompanhados das medidas a implementar, quando for o caso;



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

j) Substituir todo o material da Escola que fique danificado e impróprio para ser utilizado (p.e. pratos ou copos que se partam), à exceção dos danos que decorram do decurso do tempo, e reparar ou substituir os equipamentos de cozinha (p.e. fogões, exaustores) nos mesmos termos.

2 - Para o acompanhamento da execução do contrato, o adjudicatário fica obrigado a manter, através do seu representante, reuniões de coordenação com os representantes da Escola, com uma periodicidade trimestral (pelo menos 3 vezes por ano letivo), das quais deve ser lavrada ata a assinar por todos os intervenientes na reunião.

3 - As reuniões previstas no número anterior devem ser alvo de convocação escrita, com pelo menos 5 dias úteis de antecedência.

4 - O adjudicatário fica também obrigado a apresentar ao contraente público, com uma periodicidade trimestral, um relatório com a evolução de todas as operações objeto dos serviços e com o cumprimento de todas as obrigações emergentes do contrato.

5 - Caso a Escola venha a ser demandada por ter infringido, na execução do contrato, qualquer dos direitos mencionados no número anterior, o adjudicatário indemniza-a de todas as despesas que, em consequência, haja de fazer e de todas as quantias que tenha de pagar seja a que título for.

Artigo 6.º - Ementa

1 – As refeições objeto desta aquisição deverão ser confeccionadas tendo por base a ementa proposta pela entidade adjudicante, constante em **Anexo A – Plano de Ementas Tipo**, do presente Caderno de Encargos.

2 – A ementa a executar encontra-se planeada para 5 semanas. Terminada a 6.ª semana de fornecimento, recomeça a ementa da 1.ª semana, salvo alguma alteração introduzida por acordo das partes. O serviço adjudicado poderá iniciar o serviço em qualquer uma das 5 semanas apresentadas.

3 – A entidade adjudicatária poderá proceder à alteração da ordem dos dias na semana de ementas, se isso for reflexo de motivos de facilidade de gestão: falta de algum género alimentício, incompatibilidade com dia de entrega, nomeadamente no caso dos frescos, existência de alimentos em elevado estado de maturação (p.e. fruta), entre outros.

4 - Qualquer alteração à ementa carece de ser aprovada pela entidade adjudicante, mediante proposta do adjudicatário em formulário próprio (**Anexo F – Pedido de**



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Alteração de Ementa) procedendo, após aprovação, à respetiva retificação da ementa afixada ou a afixar, para que a informação exposta corresponda ao efetivamente servido/a servir.

5 - A utilização de alimentos que não constem do **Anexo C – Lista de Alimentos Autorizados** carece autorização/aprovação prévia pela entidade adjudicante.

6 - As refeições deverão ser executadas de acordo com os hábitos alimentares da Região e particularmente de cada ilha, bem como se deverá recorrer, sempre que possível, a alimentos regionais/ nacionais, respeitando a sua sazonalidade.

7 - Não obstante a ementa proposta, a composição diária das refeições deve corresponder ao seguinte:

- ✓ 1 Sopa de vegetais, tendo por base batata, legumes e/ou leguminosas. São permitidas canja, sopa de peixe e sopa de carne, no máximo 3 vezes (uma de cada) durante as 5 semanas;
- ✓ 1 Prato de carne ou de pescado, em dias alternados;
- ✓ 1 Prato vegetariano durante as 5 semanas;
- ✓ Acompanhamentos básicos fornecedores de hidratos de carbono;
- ✓ Legumes cozidos e/ou crus adequados à ementa. Mínimo de duas variedades diárias, possíveis de serem servidas e temperadas a gosto pelos utentes;
- ✓ 1 Pão de mistura fresco, embalado, de acordo com o Anexo C – Lista dos Alimentos Autorizados;
- ✓ Sobremesa, constituída diariamente por fruta variada da época, existindo no mínimo 2 variedades. Simultaneamente com a fruta, pode ainda haver sobremesa / gelatina / iogurte ou fruta cozida ou assada, no máximo de 1 vez por semana;
- ✓ Água (única bebida permitida).

Frequência semanal:

- ✓ Máximo de 2 vezes por semana de pratos de carne ou peixe fracionados/picados;
- ✓ 1 prato de aves/caça;
- ✓ Leguminosas (feijão, grão, lentilhas, favas e ervilhas) devem constar da ementa pelo menos duas vezes por semana (de preferência uma vez na sopa e uma no prato).

Frequência mensal:



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

- ✓ Máximo duas vezes a cada 5 semanas: rissóis ou croquetes ou pastéis de bacalhau ou douradinhos;
- ✓ Máximo de duas vezes a cada 5 semanas de prato de bacalhau.

8 - Não obstante a disponibilização dos restantes elementos da refeição, o prato não deverá ser substituído por sandes ou semelhantes, quer nas refeições completas quer nas ligeiras.

9 - A ementa apenas pode incluir fritos uma vez a cada 5 semanas. Aconselha-se que para alimentos do *tipo* panado (rissóis, douradinhos, ...), bem como batatas (fritas) estes sejam *exclusivamente* confecionados no forno.

10 - Sempre que seja acordado entre as partes, nomeadamente em ocasiões festivas ou outras, podem ser fornecidas **EMENTAS ESPECIAIS**.

11 - Quando por motivo de saúde, devidamente justificado por prescrição médica, ou motivo relacionado com convicções e/ou práticas religiosas, devidamente comunicadas pelo encarregado de educação, devem ser servidas refeições adequadas, incluindo dietas quando for o caso, desde que dado atempado conhecimento de tal facto à entidade adjudicatária, mantendo-se sempre que possível, a matéria-prima da ementa do dia.

12 - A designação das ementas deve ser clara e completa, permitindo a leitura da composição da refeição na totalidade, evitando denominações do tipo “Sopa à Lavrador” ou “Frango à Espanhola” sem que estas sejam acompanhadas pela sua composição nos seus principais ingredientes.

13 - Cada ementa deve ser acompanhada da respetiva ficha técnica indicando a composição da refeição, a capitação da matéria-prima utilizada, o valor calórico por alimento e total, bem como a descrição do(s) método(s) de confeção. Estas devem estar devidamente arquivadas em pasta própria no refeitório da escola.

Artigo 7.º - Capitações das refeições

1 - Devem ser observadas as capitações mínimas constantes do **Anexo B – Capitações dos Alimentos** e a lista de alimentos constante do **Anexo C – Lista de Alimentos Autorizados**.

2 - A variação das capitações servidas não deve ser superior a 20% para os componentes proteicos (carne, peixe, ovo) e fornecedores de hidratos de carbono (arroz, massa, batata e leguminosas), devendo para tal, ser respeitado os mínimos constantes no **Anexo B – Capitações dos Alimentos** referente ao *peso em cozinhado*.

3 - Para o *miniprato*, da refeição ligeira, deve ser observada uma quantidade/capitação nunca inferior a 70 % (setenta por cento) das capitações mínimas constantes do **Anexo B –**



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Capitações dos Alimentos, bem como a lista de alimentos constante do **Anexo C – Lista de Alimentos Autorizados**, sendo o arredondamento efetuado, sempre, para a unidade superior, quando o valor seja constituído por uma unidade (ex.: abrótea/pescada com 1 ovo cozido).

4 – A sopa da refeição ligeira a fornecer em conjunto com o miniprato deve ser igual, em termos de capitação, à sopa a fornecer na refeição completa.

(ponto 3- e 4- apenas executável em caderno de encargos com refeições ligeiras)

Artigo 8.º - Confeção das refeições

1 - As refeições devem ser confeccionadas com alimentos em perfeito estado de salubridade, de boa qualidade e de acordo com as boas técnicas de confeção e em cumprimento com as ementas aprovadas.

2 – Atendendo às limitações que possam surgir (fornecedores, sazonalidade, transportes, equipamentos, instalações...), em caso de alguma eventualidade que obste à confeção e ao fornecimento da refeição prevista (em um ou mais constituintes), o prestador dos serviços deve efetuar a sua substituição de acordo com os alimentos autorizados em **Anexo C – Lista de Alimentos Autorizados** e capitações descritas em **Anexo B – Capitações dos Alimentos**, por alimentos equivalentes, propondo a substituição à entidade adjudicante através do **Anexo F – Pedido de Alteração de Ementa**, devidamente justificada, e só avançando depois da sua aprovação.

3 - Na eventualidade de surgirem situações imprevistas (p.e. falhas de energia, avaria de equipamentos, entre outros) que criem a necessidade de recorrer a uma ementa alternativa, o adjudicatário deve garantir a existência de matéria-prima necessária à preparação e confeção de uma refeição de recurso, refeição esta que deverá ser adequada à sua preparação com recursos limitados e baixo tempo de produção, respeitando sempre o disposto nos Artigos 6.º e 7.º do presente Caderno de Encargos.

4 - A utilização da ementa de recurso carece sempre do conhecimento da entidade adjudicante, utilizando para o efeito o registo no **Anexo F - Pedido de Alteração de Ementa**.

5 - Os óleos de fritura terão que ser testados após cada utilização, no local onde se confeccionem as refeições. Os fritos devem ser confeccionados exclusivamente com óleo de amendoim refinado, de qualidade, engarrafado (só para fritar). O número de utilizações do óleo de fritar deve ser controlado, pelo prestador dos serviços, através de testes rápidos indicadores da qualidade do mesmo, devendo ser feitos registos dos resultados obtidos,



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

para o que deve possuir um Kit de testes rápidos, adequado, para controlo da qualidade dos óleos de fritura.

6 – Condimentos concentrados como caldos, sopas em pó, corantes e bicarbonato de sódio e outros semelhantes não devem ser utilizados na confeção das refeições escolares.

7 – De modo a reduzir progressivamente a captação de sal utilizada na confeção das refeições, esta não deverá ser superior a 0,5g de sal em toda a constituição da refeição (sopa + prato), devendo ser dada preferência ao sal iodado.

Artigo 9.º - Disponibilização das refeições

1 – A refeição completa deve ser constituída por sopa (de legumes), prato, sobremesa (fruta), pão e água. A refeição ligeira deve ser constituída de igual modo que a refeição completa, devendo ser respeitadas as captações definidas no ponto 3 do Artigo 7.º.

2 – A água deve ser disponibilizada sem gás, embalada para consumo público, a partir da embalagem de origem, ou seja, sem recurso ao uso de jarros ou recipientes similares. *Recomenda-se a utilização dos dispositivos de distribuição de água engarrafada que permitem que os utilizadores se sirvam.*

3 – As refeições, na escola sede, devem ser servidas em tabuleiros individuais. Cada tabuleiro deve ser equipado com um toalhete de papel, um guardanapo de folha dupla (com 33 cm x 33 cm), um copo e talheres empacotados e adequados à refeição disponibilizada (colher de sopa, garfo, faca e colher de sobremesa quando for o caso).

4 - Nas restantes EB1/II, que fazem parte da escola sede, a sopa, o miniprato com os respetivos acompanhamentos e a sobremesa, deverão ser acondicionados no local da confeção, em (Opção 1) embalagens individuais ou (Opção 2)* a granel adequadas para o efeito. Nas embalagens a granel, os alimentos devem ser devidamente separados sempre que se trate de acompanhamentos frios ou de diferentes texturas (p.e. molhos).

Posteriormente devem ser acondicionadas em embalagens térmicas (p.e. esferovite) para distribuição nas diferentes escolas, o mesmo se fazendo, se assim pretender o prestador dos serviços, com os talheres, copo e guardanapo, (sempre da exclusiva responsabilidade do prestador dos serviços), sempre em perfeitas condições de os alunos tomarem a sua refeição sem utilização de outros acessórios.

** Adequar o texto segundo as opções identificadas.*

5 – Nas refeições ligeiras o peixe deve ser servido sem espinhas e a carne não deve conter ossos, exceto nos casos da perna/coxa de frango e da costeleta de porco.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

(ponto 4 e 5 apenas executável em caderno de encargos com refeições ligeiras)

6 - A fruta deve ser disponibilizada sempre lavada. No caso de fruta que possa ser ingerida com casca, além de lavada, deve a mesma ser desinfetada com produto adequado.

7 - O azeite e o vinagre para tempero devem ser fornecidos em embalagem inviolável adequada à realização do tempero.

8 - Sendo preocupação constante da escola o fornecimento de refeições equilibradas e de qualidade, e reforçando a importância da função pedagógica que esta representa face à alimentação, o pessoal em serviço no local de refeições escolares deve fomentar o consumo da refeição, devendo o tabuleiro estar sempre o mais completo possível, principalmente incentivando à colocação e ingestão da sopa, dos legumes (salada) e da fruta.

Artigo 10.º - Instalações, equipamentos e material

1 - A Escola _____ disponibiliza ao prestador dos serviços, as instalações do refeitório, bem como todo o restante material móvel, nomeadamente louça, copos e talheres necessários ao fornecimento dos serviços e tabuleiros, ficando o prestador dos serviços responsável pela correta utilização de todo o material, equipamento e instalações cedidos e sendo responsável pela reparação de qualquer dano verificado, salvaguardado o desgaste normal resultante da execução do fornecimento dos serviços, correndo por sua conta as perdas e danos verificados por dolo ou negligência do seu pessoal, incluindo os danos a terceiros.

2 - É da exclusiva responsabilidade do adjudicatário a realização de qualquer obra de melhoria ou contratação de seguro que considere necessário. Qualquer obra só poderá ser realizada desde que tenha a prévia autorização do Conselho Executivo da Escola _____.

3 - O adjudicatário assegurará nos três dias anteriores ao início do fornecimento de refeições, em qualquer dos anos letivos, a limpeza profunda e a arrumação das instalações e do equipamento referidos no ponto 1, para que o seu funcionamento arranque nas melhores condições, garantindo também a respetiva limpeza e arrumação nos dois dias úteis imediatos ao encerramento dos refeitórios no final de cada período letivo.

4 - A Escola _____ assegura todos os pagamentos de eletricidade, água e gás, das suas instalações, necessários à execução do contrato, sendo o prestador dos serviços responsável pela resolução de qualquer problema verificado no fornecimento.

5 - No início do fornecimento dos serviços será entregue ao prestador dos serviços o inventário do equipamento, com indicação do seu estado de conservação e funcionamento, que deverá constar de ata a subscrever pelas partes (*podendo ser utilizado o Anexo E*),



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

assumindo-se igual procedimento no fim do contrato e em relação ao adjudicador em reuniões expressamente convocadas para o efeito e com a presença dos representantes das partes.

6 - As instalações, equipamentos e material devem apresentar-se, sempre, em boas condições de higiene e conservação. O prestador dos serviços é responsável pela totalidade das operações de limpeza e desinfeção de todas as instalações colocadas à sua disposição e pelos encargos com os materiais e produtos adequados devendo zelar pela correta utilização dos materiais e produtos de limpeza (biodegradáveis), evitando o seu uso abusivo, excessivo ou a sua aplicação errada, obedecendo ao plano de higienização previamente definido. Além dos cuidados diários de limpeza das instalações e equipamentos é obrigatória uma limpeza geral, nos primeiros 8 dias de cada mês que contemplará, nomeadamente, portas, janelas, paredes, tetos, ralos de escoamento, exaustores e respetivos filtros.

7 - O adjudicatário deve fornecer toucas, máscaras e batas descartáveis a serem utilizadas por pessoas estranhas ao serviço.

8 - A desinfestação das instalações será igualmente por conta do prestador dos serviços, sendo realizada por empresas da especialidade, em data a acordar com a Escola.

9 - As temperaturas dos sistemas de frio (refrigeração/manutenção de congelados) e as dos equipamentos de manutenção de temperaturas quente (banhos-maria/estufas) deverão ser diariamente verificadas, pelo prestador dos serviços, através de termómetros específicos e feitos os respetivos registos. No período de interrupção das atividades letivas do Natal e da Páscoa, os equipamentos de frio não devem manter-se em funcionamento. Em caso de problemas com os produtos armazenados a Escola não se responsabiliza pelo pagamento de quaisquer prejuízos eventualmente surgidos.

10 - O adjudicatário é responsável pela colocação, recolha e lavagem de todos os talheres, tabuleiros, e louça utilizada no refeitório, podendo utilizar, para o efeito, as máquinas de lavar louça existentes nas diferentes EB1/JI's e na Escola Sede, mas sendo responsável por todos os produtos necessários, incluindo detergentes, bem como pelas reparações das avarias verificadas, desde que sejam da sua responsabilidade.

11 - Os encargos com os telefones e outros serviços, eventualmente postos à disposição do prestador dos serviços, serão por ele suportados.

12 - A Escola _____ reserva-se ao direito de utilização das instalações e equipamentos dos refeitórios, sem limitações que possam ser impostas pelo prestador dos serviços, sempre que o considere conveniente e em períodos que não estejam abrangidos pelo fornecimento decorrente da atividade letiva objeto do presente concurso, nomeadamente para quaisquer



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

atividades escolares ou extraescolares realizadas por si ou com a sua intervenção, sem prejuízo da obrigação de deixar as instalações e equipamentos em estado igual ao do início da utilização incluindo limpeza e arrumação.

Artigo 11.º - Plano de mão-de-obra e Gestão de Pessoal

1 - O plano de mão-de-obra **MÍNIMO OBRIGATÓRIO** a afetar à prestação dos serviços na Escolas é de ____ **pessoas**.

Tabela previsão de mão – de-obra

Escalão	N.º refeições/dia	Mínimo de trabalhadores a tempo inteiro	Mínimo de trabalhadores a tempo parcial
A	≤ 100 refeições/dia	2	0
B	> 100 e ≤ 130 refeições/dia	2	1
C	> 130 e ≤ 170 refeições/dia	3	0
D	> 170 e ≤ 200 refeições/dia	3	1
E	> 200 e ≤ 250 refeições/dia	3	2
F	> 250 e ≤ 300 refeições/dia	4	1
G	> 300 e ≤ 350 refeições/dia	4	2
H	> 350 e ≤ 400 refeições/dia	5	1
I	> 400 e ≤ 450 refeições/dia	5	2
J	> 450 e ≤ 500 refeições/dia	6	1
L	> 500 e ≤ 600 refeições/dia	6	2
M	> 600 refeições/dia	7	2

Adaptado de: Ministério da Educação e Ciência -2013



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

- 2 – O número de trabalhadores, estipulado na tabela em regime de horário completo, inclui obrigatoriamente um cozinheiro de primeira;
- 3 - Os trabalhadores estipulados na tabela em regime de horário parcial devem ser empregados de refeitório e o seu horário não poderá ser inferior a 20 horas semanais;
- 4 - O número de trabalhadores propostos, não pode ser causa de um serviço de menor qualidade e sem a celeridade que o mesmo exige, sendo que, sempre que tal se verifique, cabe ao adjudicatário o reforço de pessoal;
- 5 – Na eventualidade de existirem estagiários ao serviço estes não poderão ser incluídos no rácio previsto na tabela.
- 6 - Os elementos referidos no número 1 ficam hierárquica, disciplinar e funcionalmente dependentes do prestador dos serviços, a quem compete o pagamento de todos os encargos, aqui se incluindo os pagamentos salariais, com a segurança social, seguros e outros, para além da sua substituição atempada, por trabalhador de igual categoria ou superior, em todos os casos de ausência ao serviço ou de substituição quando necessária em virtude de comportamentos impróprios para com qualquer entidade, funcionário, aluno ou cliente da Escola, invocados e fundamentados pela mesma.
- 7 - O adjudicatário é responsável por todas as obrigações relativas ao seu pessoal, bem como pela reparação de prejuízos causados por ele causados nas instalações, equipamentos e material e a terceiros.
- 8 – O adjudicatário fica sujeito ao cumprimento das disposições legais e regulamentares em vigor sobre segurança, higiene e saúde no trabalho, relativamente a todo o pessoal empregado, sendo da sua conta os encargos que de tal resultem.
- 9 - O pessoal do adjudicatário deverá estar devidamente identificado e observar as regras de higiene individual no decorrer de todas as operações inerentes à sua atividade, apresentar-se devidamente fardado, de acordo com as exigências previstas na legislação aplicável ao pessoal da indústria hoteleira e deverá ser portador de declaração médica atualizada que ateste o seu bom estado de saúde.

Artigo 12.º - Controlo do pessoal afeto aos refeitórios

- 1 – A entidade adjudicante pode solicitar ao adjudicatário, sempre que o julgue conveniente, os comprovativos dos seguintes elementos relativos aos trabalhadores em serviço nos refeitórios:
 - a) Nome das pessoas em serviço nos refeitórios;



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

- b) Categoria e vencimentos comprovados pelas folhas de desconto para a segurança social;
- c) Horário de trabalho;
- d) Apólice de seguro do pessoal em serviço no refeitório;
- e) Programa de formação.

2 – Os trabalhadores do prestador dos serviços devem proceder, diariamente, no momento de entrada e de saída ao serviço, ao respetivo registo, em equipamento ou livro próprio, adequado para o efeito e da responsabilidade do adjudicatário.

3 - Os registos devem ser entregues, semanalmente, ao representante da Escola para controlo do cumprimento de horários e assiduidade do pessoal ao serviço, sem prejuízo de serem facultados ao mesmo, ou a qualquer outro funcionário indicado pelo Conselho Executivo, sempre que se revelar necessário.

4 – O adjudicatário deve manter afixado, durante todo o período da prestação de serviços, o mapa do pessoal que consta do plano de mão-de-obra a afetar à prestação dos serviços com indicação dos nomes, categorias e horário de trabalho.

Artigo 13.º - Representação

1 – Cada uma das partes, NO PRAZO MÍNIMO DE 10 DIAS, ANTES DO INÍCIO DO FORNECIMENTO deve informar, por escrito, a outra parte, da pessoa que a representará, diariamente, junto do outro contraente (sendo as funções acumuláveis com quaisquer outras), devendo o representante estar habilitado com os poderes bastantes para a resolução de qualquer questão que resulte da normal execução do contrato.

2 - É obrigatória a presença do representante do prestador dos serviços, no refeitório da Escola ___ das ___h___ às ___h___, todos os dias em que ocorrer fornecimento de refeições. *(o representante deverá estar presente antes do início das refeições e até ao seu término, num período mínimo de 3 horas)*

3 - A eventual substituição dos referidos representantes deverá ser comunicada, por escrito e no prazo referido no número anterior.

4 - O representante da Escola, será a pessoa para o efeito designada pelo Presidente do Conselho Executivo.

Artigo 14.º - Controlo de qualidade



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

1 - O adjudicatário obriga-se a facultar a visita das instalações, o exame dos produtos em fase de armazenagem, preparação e confeção, bem como a documentação referente aos mesmos (faturas/guias de remessa devidamente arquivadas na unidade e rótulos dos produtos confeccionados, os quais devem ser guardados por um período correspondente a 72 horas), quer ao representante da Escola quer aos serviços e organismos com competência específica.

2 - Obriga-se igualmente a preencher e a facultar os registos de entrada e saída de matéria-prima/ bens, que devem ser devidamente arquivados no refeitório da Escola.

3 - O adjudicatário obriga-se ainda a recolher, diariamente, amostras da refeição confeccionada.

4 - As amostras devem ser recolhidas, na linha de *self-service*, para sacos esterilizados no princípio, no meio e no fim do serviço, sendo depois catalogadas e refrigeradas, permanecendo, obrigatoriamente, 72 horas na câmara de refrigeração.

5 - A Escola poderá a qualquer momento e, sempre que o entender, tomar amostras das refeições e mandar proceder às análises, ensaios e provas em laboratórios acreditados.

6 - Em caso de indícios de mal-estar, eventualmente, associado à ingestão de alimentos no refeitório, as partes contratantes devem:

- a) Informar o encarregado do refeitório de que não deve remover as amostras referidas no n.º 3;
- b) Contatar de imediato a autoridade de saúde do concelho;
- c) Isolar as instalações do refeitório, bem como do local de confeção das refeições, até à chegada das autoridades referidas na alínea b);
- d) Estar presentes aquando da intervenção das autoridades competentes.

7 - Deve existir um **Registo Diário de Funcionamento do Refeitório**, conforme **Anexo D**, em que os representantes dos contraentes registem a apreciação relativa à execução do serviço diário. O representante do adjudicatário deve fornecer os dados referentes ao peso da matéria-prima utilizada no prato principal, de acordo com os seus registos (matéria-prima incorporada).

8 - A **verificação quantitativa** referida no número anterior tem por objetivo comprovar a conformidade, nomeadamente:

- a) Das quantidades globais adquiridas com as quantidades a fornecer em cada dia;
- b) Dos componentes do prato com as quantidades fixadas no **Anexo B – Capitações dos Alimentos**.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

9 - A verificação qualitativa tem por objetivo comprovar a conformidade, nomeadamente:

- a) Da qualidade dos géneros incorporados adquiridos com as especificações legalmente fixadas e com as indicações do **Anexo C – Lista dos Alimentos Autorizados**;
- b) Da qualidade das refeições fornecidas com as especificações legal e contratualmente fixadas.

Artigo 15.º - Rejeição de produtos

1 - Após a verificação, quantitativa e qualitativa, das matérias-primas e bens adquiridos, o representante da Escola, aceita ou rejeita as mesmas.

2 - Os géneros/bens que não satisfaçam as necessárias condições sanitárias e qualitativas serão rejeitados e considerados como não fornecidos e não poderão entrar na confeção de outras refeições ou fornecimentos, devendo o prestador dos serviços substituir e remover, de imediato e por sua conta, as matérias-primas e bens rejeitados.

3 - Considera-se como apresentando anomalias, nomeadamente, os bens que não tenham sido embalados individualmente, quando exigido, bem como, os que não se apresentem em perfeitas condições de higiene.

4 - Em caso de rejeição de qualquer matéria-prima, bens e/ou de qualquer género incorporado na ementa, o prestador dos serviços deverá proceder à sua substituição imediata, por produtos idênticos ou sucedâneos, de acordo com o **Anexo C – Lista dos Alimentos Autorizados**, sem prejuízo do normal funcionamento dos refeitórios.

5 - Se a substituição prevista no número anterior não se verificar, o prestador dos serviços indemnizará a Escola nas condições estabelecidas para a suspensão do fornecimento dos serviços por motivos imputáveis ao prestador dos serviços.

6 - Todos os encargos com a substituição, devolução ou destruição das matérias-primas e/ou dos géneros incorporados nas ementas rejeitadas, serão suportados exclusivamente pelo adjudicatário.

Artigo 16.º - Diferendos

1 - Os diferendos surgidos entre os representantes dos contraentes serão resolvidos nos termos seguintes:

- a) Se o diferendo incidir sobre aspetos quantitativos ou qualitativos das refeições e/ou produtos a servir nesse mesmo dia, a decisão a tomar, de imediato, compete ao



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

representante da Escola_____, devendo ser acatada pelo adjudicatário, sob pena de a escola se substituir ao mesmo, considerando-se esta situação como de não fornecimento dos serviços, nomeadamente para efeitos de aplicação de sanção pecuniária;

- b) Se o diferendo incidir sobre produtos não destinados a consumo imediato poderá recorrer-se aos organismos com competência específica na matéria;
- c) Em qualquer dos casos e se o diferendo incidir sobre a rejeição de produtos, por não cumprimento da legislação aplicável e regulamentos em vigor legislação, no setor alimentar, incluindo o Decreto-Lei n.º 113/2006, de 12 de julho, o Reg. (CE) n.º 852/2004 e o Reg. (CE) n.º 853/2004, ambos do Parlamento Europeu e do Conselho, de 29 de abril e o Reg. (CE) n.º 178/2002 do Parlamento Europeu e do Conselho, de 28 de janeiro, o prestador dos serviços poderá reclamar para a entidade adjudicante num prazo não superior a 24 horas, para o que deverá apresentar as provas dos factos invocados, comunicando esta a sua decisão num prazo máximo de 3 dias, sob pena de se considerar que foi deferido.

2 - Restos ou sobras de quaisquer refeições não podem ser utilizados na confeção de outras refeições, nem ser entregues a quaisquer pessoas ou entidades, sem a autorização expressa da Escola e acordo do prestador dos serviços e desde que respeitada a lei em vigor.

3 - É vedado ao adjudicatário confeccionar qualquer tipo de alimentação senão a abrangida pelo presente contrato, nomeadamente no âmbito de contratos com outras entidades, salvo mediante autorização da entidade adjudicante (Escola).

Artigo 17.º - Objeto e prazo do dever de sigilo

1 - O adjudicatário deve guardar sigilo sobre toda a informação e documentação, técnica e não técnica, comercial ou outra, relativa à Escola, de que possa ter conhecimento ao abrigo ou em relação com a execução do contrato.

2 - A informação e a documentação cobertas pelo dever de sigilo não podem ser transmitidas a terceiros, nem ser objeto de qualquer uso ou modo de aproveitamento que não o destinado, direta e exclusivamente, à execução do contrato.

3 - Exclui-se do dever de sigilo previsto a informação e a documentação que fossem comprovadamente do domínio público à data da respetiva obtenção pelo adjudicatário ou, que este seja legalmente obrigado a revelar, por força da lei, de processo judicial ou a pedido de autoridades reguladoras ou outras entidades administrativas competentes.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

4 - O dever de sigilo mantém-se em vigor até ao termo do prazo de 2 anos a contar do cumprimento ou cessação do contrato, sem prejuízo da sujeição subsequente a quaisquer deveres legais relativos, designadamente, à proteção de segredos comerciais ou da credibilidade, do prestígio ou da confiança devidos às pessoas coletivas.

Artigo 18.º - Preço contratual

1 - Pela prestação dos serviços objeto do contrato, bem como pelo cumprimento das demais obrigações constantes do presente Caderno de Encargos, a Escola deve pagar ao adjudicatário, o preço constante da proposta adjudicada, acrescido de IVA à taxa legal em vigor.

2 - O preço referido no número anterior inclui todos os custos, encargos e despesas cuja responsabilidade não esteja expressamente atribuída ao contraente público, incluindo todas as despesas com o pessoal (salários, contribuições obrigatórias para a segurança social, seguros de acidentes de trabalho ou outros, deslocações, estadas).

3 - Tendo em conta que o preço base do concurso foi calculado a partir de uma previsão, reserva-se a Escola o direito de não cumprimento do total adjudicado até à percentagem máxima de ___%, em virtude de o total de refeições marcadas não atingir as inicialmente previstas. *(percentagem será calculada consoante o número de refeições previstas)*

Artigo 19.º - Quantidade de refeições

1 - O número diário de refeições é o apurado mediante a contagem das senhas previamente vendidas aos utilizadores dos refeitórios.

2 - A venda das senhas é da exclusiva responsabilidade dos serviços competentes da Escola, que comunicará o respetivo número, com distinção de refeições normais e dietas, ao prestador dos serviços, através do seu representantes e até às ___h___ do dia anterior. *(recomenda-se 20 horas antes da hora prevista para início das refeições)*

3 - A quantidade de refeições referida nos números anteriores e nas condições aí especificadas, não pode ser objeto de alteração em mais de 5%, tendo esta alteração de ser comunicada, nos termos e condições do n.º 2, até às ___h___ do dia a que diz respeito, sob pena de não existir obrigação do fornecimento dos serviços. *(recomenda-se 1 hora e 45 minutos antes da hora prevista para início das refeições)*



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

4 - O montante a pagar ao adjudicatário corresponde ao total de refeições encomendadas nos termos desta cláusula, sendo irrelevante o facto de os utilizadores dos refeitórios não comparecerem para o respetivo consumo.

Artigo 20.º - Condições de pagamento

1 - O pagamento será efetuado até 60 (sessenta) dias de calendário após a receção de cada fatura, em boas condições de pagamento, a qual deverá ser remetida à Escola, mensalmente, correspondendo aos serviços prestados no mês anterior, discriminando os dias do fornecimento e número de refeições.

2 – Não serão concedidos adiantamentos dos pagamentos.

3 - Em caso de discordância por parte da Escola, quanto aos valores indicados nas faturas, deve esta comunicar ao adjudicatário, por escrito, os respetivos fundamentos, ficando o adjudicatário obrigado a prestar os esclarecimentos necessários ou proceder à emissão de nova fatura corrigida.

4 — Desde que devidamente emitidas e, observado o disposto no número 1, as faturas são pagas através de transferência bancária, para tal devendo o fornecedor indicar os dados necessários.

Capítulo III

SANÇÕES PECUNIÁRIAS E RESOLUÇÃO DO CONTRATO

Artigo 21.º - Sanções pecuniárias de natureza contratual

1 - No caso de incumprimento por causa imputável ao prestador dos serviços incluindo suspensão parcial ou total do fornecimento dos serviços, a Escola reserva-se o direito de requisitar a prestação dos serviços em falta, a terceiros, aplicando ao prestador dos serviços uma sanção pecuniária equivalente ao triplo do valor dos serviços não prestados, tendo em conta, nomeadamente, a duração da infração, a sua eventual reiteração, o grau de culpa do adjudicatário e as consequências do incumprimento.

2 - No caso de incumprimento do mapa de pessoal a afetar à prestação de serviços, por causa imputável ao adjudicatário, com ausência de qualquer funcionário:



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

i. Superior a 20 minutos mas inferior a 60 minutos, a entidade adjudicante aplica ao adjudicatário uma sanção pecuniária equivalente a 50% (cinquenta por cento) do valor diário da remuneração diária do trabalhador.

ii. Superior a 60 minutos e até metade do tempo da prestação de serviços diária, a entidade adjudicante aplica ao adjudicatário uma sanção pecuniária equivalente a 75% (setenta e cinco por cento) do valor diário da remuneração diária do trabalhador.

iii. Superior a meio período de trabalho diário, a entidade adjudicante aplica ao adjudicatário uma sanção pecuniária equivalente a 100% (cem por cento) do valor diário da remuneração diária do trabalhador.

3 - No caso de incumprimento do mapa de pessoal a afetar à prestação dos serviços, por causa imputável ao prestador dos serviços, com substituição, de qualquer funcionário, por outro de categoria inferior, a entidade adjudicante aplica uma sanção pecuniária equivalente a 40% (quarenta por cento) do valor diário dos serviços nesta Escola.

4 - Sempre que forem obtidas, pela Escola, ou por outras entidades oficiais, análises feitas em laboratórios acreditados, com resultados não aceitáveis no que respeita à qualidade/quantidade dos produtos utilizados nas refeições, fica o prestador dos serviços sujeito aos parâmetros de avaliação (limites) utilizados pelos laboratórios contratados e poder-lhe-á ser aplicada uma sanção pecuniária até ao valor total das refeições servidas no mês a que respeita o resultado obtido, independentemente do direito de rescisão do contrato.

5 - Sempre que se registem no **ANEXO C** (Registo Diário do Funcionamento do Refeitório), ou sempre que forem realizadas auditorias pela Escola_ ou por outras entidades oficiais, cuja avaliação, em qualquer dos casos, revele situações violadoras do cumprimento do contrato (incluindo serviço não aceitável no que respeita à qualidade e/ou quantidade dos produtos) a Escola poderá proceder ao não pagamento das refeições servidas nesse dia, total ou parcialmente, em face da gravidade da situação, sem prejuízo da possibilidade de rescisão do contrato.

6 - As sanções pecuniárias a que se referem os números anteriores, não podem ultrapassar 20% da totalidade do preço contratual, sendo aplicadas, preferencialmente, no início de cada mês, considerando as ocorrências do mês anterior, mas podendo ser aplicadas a qualquer momento, caso assim o entenda a entidade adjudicante, nomeadamente em face da gravidade e/ou frequência das ocorrências.

7 - Em caso de resolução do contrato por incumprimento do adjudicatário, a Escola pode exigir-lhe, a título indemnizatório, o montante da caução prestada.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Artigo 22.º - Força maior

1 – Não é havido como incumprimento, a não realização pontual das prestações contratuais a cargo de qualquer das partes que resulte de caso de força maior, entendendo-se como tal, as circunstâncias alheias à vontade das partes, que impossibilitem a respetiva realização, desde que não se pudessem conhecer ou prever à data da celebração do contrato e cujos efeitos não fosse razoavelmente exigível contornar ou evitar.

2 - Podem constituir força maior, se se verificarem os requisitos do número anterior, designadamente, tremores de terra, inundações, incêndios, epidemias, sabotagens, greves, embargos ou bloqueios internacionais, atos de guerra ou terrorismo, motins e determinações governamentais ou administrativas injuntivas.

3 - Não constituem força maior, designadamente:

a) Circunstâncias que não constituam força maior para os subcontratados do adjudicatário, na parte em que intervenham;

b) Greves ou conflitos laborais limitados às sociedades do adjudicatário ou a grupos de sociedades em que este se integre, bem como a sociedades ou grupos de sociedades dos seus subcontratados;

c) Determinações governamentais, administrativas, ou judiciais de natureza sancionatória ou de outra forma resultantes do incumprimento pelo adjudicatário de deveres ou ónus que sobre ele recaiam;

d) Manifestações populares devidas ao incumprimento pelo adjudicatário de normas legais;

e) Incêndios ou inundações com origem nas instalações do adjudicatário cuja causa, propagação ou proporções se devam a culpa ou negligência sua ou ao incumprimento de normas de segurança;

f) Avarias nos sistemas informáticos ou mecânicos do adjudicatário não devidas a sabotagem;

g) Eventos que estejam ou devam estar cobertos por seguros.

4 - A ocorrência de circunstâncias que possam consubstanciar casos de força maior deve ser imediatamente comunicada à outra parte.

5 - A força maior determina a prorrogação dos prazos de cumprimento das obrigações contratuais afetadas pelo período de tempo comprovadamente correspondente ao impedimento resultante da força maior.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Artigo 23.º - Resolução por iniciativa do contraente público

1 - Sem prejuízo de outros fundamentos de resolução previstos na lei, nomeadamente nos artigos 333.º a 335.º do CCP, a Escola pode resolver o contrato, a título sancionatório, no caso de o adjudicatário violar de forma grave ou reiterada qualquer das suas obrigações.

2 - O direito de resolução referido no número anterior exerce-se mediante declaração enviada ao adjudicatário.

Artigo 24.º - Resolução por iniciativa do adjudicatário

1 - Sem prejuízo de outros fundamentos de resolução previstos na lei, nomeadamente no artigo 332.º do CCP, o adjudicatário pode resolver o contrato, quando qualquer montante que lhe seja devido, esteja em dívida há mais de 6 meses ou quando o montante em dívida exceda 25% do preço contratual.

2 - Nos casos previstos no número anterior, o direito de resolução pode ser exercido mediante declaração enviada à Escola____, que produz efeitos 30 dias após a receção dessa declaração, salvo se este último cumprir as obrigações em atraso nesse prazo, acrescidas dos juros de mora a que houver lugar.

3 – Nos restantes casos, o direito de resolução é exercido por via judicial.

Capítulo IV

CAUÇÃO E SEGUROS

Artigo 25.º - Execução e liberação da caução

1 - A caução prestada para bom e pontual cumprimento das obrigações decorrentes do contrato, nos termos do programa do concurso, pode ser executada pela Escola____, sem necessidade de prévia decisão judicial ou arbitral, para satisfação de quaisquer importâncias que se mostrem devidas por força do não cumprimento pelo adjudicatário das obrigações legais ou contratuais, designadamente as seguintes:

- a) Sanções pecuniárias aplicadas nos termos previstos no contrato;
- b) Prejuízos incorridos pelo contraente público, por força do incumprimento do contrato;



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

2 - A resolução do contrato pela Escola _____ não impede a execução da caução, contanto que para isso haja motivo.

3 - A execução parcial ou total da caução referida nos números anteriores constitui o adjudicatário na obrigação de proceder à sua reposição pelo valor existente antes dessa mesma execução, no prazo de 15 dias após a notificação da Escola _____ para esse efeito.

4 - No prazo de 30 (trinta) dias contados do cumprimento de todas as obrigações contratuais por parte do adjudicatário, a entidade adjudicante promove a liberação da caução.

Artigo 26.º - Seguros

1 - É da responsabilidade do adjudicatário a cobertura, através de contratos de seguro, dos riscos a que esteja obrigado por lei, incluindo seguros de transporte e de acidentes de trabalho ou outros que se revelem necessários.

2 - A Escola _____ pode, sempre que entender conveniente, exigir prova documental da celebração dos contratos de seguro referidos no n.º 1, devendo o adjudicatário fornecê-la no prazo 5 dias.

CAPÍTULO V

RESOLUÇÃO DE LITÍGIOS E DISPOSIÇÕES FINAIS

Artigo 27.º - Subcontratação e cessão da posição contratual

1 - O adjudicatário não pode subcontratar terceiras entidades para a realização de tarefas relativas ao objeto do contrato, nem ceder a sua posição contratual sem prévio consentimento do contraente público.

2 - Para efeitos da autorização prevista no número anterior, deve ser apresentada pelo cessionário toda a documentação exigida ao adjudicatário no presente concurso.

Artigo 28.º - Comunicações e notificações



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

1 - Sem prejuízo de poderem ser acordadas outras regras quanto às notificações e comunicações entre as partes contratantes, as mesmas devem ser dirigidas, nos termos do Código dos Contratos Públicos, para o domicílio ou sede contratual de cada uma, identificados no clausulado contratual.

2 - Qualquer alteração de domicílio ou sede deve ser imediatamente comunicada à outra parte.

Artigo 29.º - Contagem dos prazos

Os prazos previstos no contrato são contínuos, correndo em sábados, domingos e dias feriados.

Artigo 30.º - Legislação aplicável

O contrato é regulado pela legislação portuguesa.

Artigo 31.º - Foro competente

Para resolução de todos os litígios decorrentes do contrato fica estipulada a competência do Tribunal Administrativo de Círculo de _____ (*concelho*), com expressa renúncia a outro foro.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

ANEXO A

PLANO DE EMENTAS TIPO

(FOLHA EXCEL OU PDF EM ANEXO)

MODELO ANO LETIVO 15/16



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

ANEXO B

CAPITAÇÕES DOS ALIMENTOS

TABELA 1 – FRUTA

As captações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES REF.COMPLETA	CAPITAÇÕES REF.LIGEIRA	OBSERVAÇÕES
ALPERCE	150 g	150 g ^{*1}	1 unidade
AMEIXA	150 g	150 g ^{*1}	2 unidades
BANANA	120 g	120 g ^{*1}	1 unidade
CEREJA	120 g	120 g ^{*1}	10 unidades
CITRINOS			
Laranja	160 g	160 g ^{*1}	1 unidade
Tangerinas	160 g	160 g ^{*1}	2 unidades
Clementinas	160 g	160 g ^{*1}	2 unidades
FIGO	150 g	150 g ^{*1}	3 unidades
KIWI	160 g	160 g ^{*1}	2 unidades
MAÇÃ	160 g	160 g ^{*1}	1 unidade
MELANCIA	250 g	250 g ^{*1}	2 fatias médias
MELÃO	250 g	250 g ^{*1}	2 fatias médias
MORANGO	150 g	150 g ^{*1}	Calibre mínimo 30 mm
NÊSPERA	150 g	150 g ^{*1}	
PÊRA	160 g	160 g ^{*1}	1 unidade
PÊSSEGO	160 g	160 g ^{*1}	Calibre mínimo 70 mm
UVAS	120 g	120 g ^{*1}	10 unidades
ANANÁS	1 rodela	1 rodela ^{*1}	

NOTA*1: PARA A SOBREMESA, CAPITAÇÕES DA FRUTA NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDAS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

TABELA 2 – HORTALIÇAS (VEGETAIS)

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA (RC)	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA (RL)	PESO EM COZINHADO (RC / RL)	OBSERVAÇÕES
ABÓBORA				
Sopa (base)	80 g	80 g ^{*2}	-	
Sopa (não base)	50 g	50 g ^{*2}	-	
AGRIÃO	50 g	50 g ^{*2}	-	
ALFACE				
Salada	50 g	35 g	-	
Salada mista	30 g	21 g	-	
Sopa (não base)	30 g	30 g ^{*2}	-	
ALHO FRANCÊS				
Sopa (base)	70 g	70 g ^{*2}	-	
Sopa (não base)	50 g	50 g ^{*2}	-	
BETERRABA	40 g	28 g	-	
BRÓCOLOS				
Guarnição mista	60 g	42g	60 g / 42 g	
Sopa (não base)	45 g	45 g ^{*2}	-	
Salada mista	45 g	31 g	45 g / 31 g	
CEBOLA				
Arroz	20 g	14 g	10 g / 7 g	
Estufados	25 g	17 g	13 g / 9 g	
Caldeirada	60 g	42 g	30 g / 42 g	
Sopa (não base)	20 g	20 g ^{*2}	-	
CENOURA				
Guarnição mista	50 g	35 g	45 g / 32 g	
Jardineira/Estufado	50 g	35 g	45 g / 32 g	
Salada	50 g	35 g	45 g / 32 g	
Salada mista	30 g	21 g	27 g / 19 g	
Sopa (base)	45 g	45 g ^{*2}	-	
Sopa (não base)	20 g	20 g ^{*2}	-	
Arroz	30 g	21 g	-	
COGUMELOS	15 g	10 g	-	
COUVE BRUXELAS				
Guarnição mista	20 g	14 g	22 g / 16 g	



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

COUVE-FLOR				
Guarnição mista	60 g	42 g	66 g / 46 g	
Sopa (não base)	40 g	40 g ^{*2}	-	
COUVE LOMBARDA /PORTUGUESA				
Guarnição mista	90 g	63 g	90 g / 63 g	
Sopa (não base)	40 g	40 g ^{*2}	-	
Caldo verde	50 g	50 g ^{*2}	-	
COUVE ROXA				
Salada Mista	30 g	21 g	-	
CURGETE	30 g	21 g	-	
ESPINAFRES				
Guarnição mista	25 g	18 g	25 g	Frescos / congelados
Sopa (não base)	40 g	28 g	40 g	Frescos / congelados
GRELOS				
Guarnição mista	60 g	42 g	66 g / 46 g	
Arroz	50 g	35 g	-	
Sopa (não base)	40 g	40 g ^{*2}	-	
NABO	25 g	17 g	23 g / 15 g	
NABIÇA/ JULIANA				
Sopa (não base)	30 g	30 g ^{*2}	-	
Guarnição (mista)	25 g	17 g	25 g / 17 g	
PEPINO	35 g	24 g	-	
PIMENTO	10 g	7 g	7 g / 5 g	
SOJA				
Granulada base	25 g	18 g	75 g / 54 g	
Granulada mista	15 g	11 g	45 g / 33 g	
Grão (p.e. estufada)	40 g	28 g	80 g / 56 g	
TOMATE				
Sopa (base)	60g	42 g	-	
Sopa (não base)	30g	21 g	-	
Salada	50 g	35 g	-	
Salada mista	30 g	21 g	-	
Arroz	35 g	24 g	-	
Estufado	35 g	24 g	-	

NOTA*2: CAPITAÇÕES DOS LEGUMES UTILIZADOS NA SOPA NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDOS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

TABELA 3 – GUARNIÇÕES / ACOMPANHAMENTOS BÁSICOS DE HIDRATOS DE CARBONO

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA (RC)	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA (RL)	PESO EM COZINHADO (RC / RL)	OBSERVAÇÕES
ARROZ				
Guarnição base	80 g	56 g	160g / 112g	
Guarnição mista	40 g	28 g	80g / 56g	
Sopa (não base)	10 g	10 g ^{*2}	-	
BATATA				
Cozer	240 g	168 g	240 g / 168 g	
Guarnição mista (p.e. salada de feijão frade)	100 g	20 g	40 g / 20 g	
Assar	240g	168 g	180 g / 126 g	
Puré	240 g	168 g	240 g / 168 g	
Jardineira/Caldeirada	240 g	168 g	240 g / 168 g	
Sopa (base)	80 g	80 g ^{*2}	-	
Sopa (base mista)	40 g	40 g ^{*2}	-	
MASSA				
Guarnição base	70 g	49 g	140 g / 98 g	
Guarnição mista	50 g	35 g	100 g / 70 g	
Sopa (não base)	15 g	15 g	30 g	

NOTA*2: CAPITAÇÕES DOS FORNECEDORES DE HIDRATOS DE CARBONO UTILIZADOS NA SOPA NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDOS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

MODELO ANO LETIVO 15/16



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

TABELA 4 – LEGUMINOSAS

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA (RC)	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA (RL)	PESO EM COZINHADO (RC / RL)	OBSERVAÇÕES
ERVILHAS/LENTILHAS				
Guarnição base (p.e. guisadas)	50 g 43 g	35 30 g	90 g / 63 g	Secas Congeladas Secas Congeladas
Guarnição mista (p.e. Jardineira)	31 g 26 g	22g 17 g	55 g / 39 g	Secas Congeladas
Sopa (base)	55 45 g *2	55 45 g *2	-	Secas Congeladas
Sopa (não base)	20 g 14 g *2	20 g 14 g *2	-	Secas Congeladas
Arroz	30 g 21 g	24 g 14 g	-	Secas Congeladas
FAVAS				
Sopa (não base)	14 g 20 g	14 g 20 g *2	-	Secas Congeladas
Sopa (base)	45 g 55g	45 g 55g *2	-	Secas Congeladas
FELJÃO-VERDE				
Guarnição mista Jardineira	50g 45 g 50 g 45 g	35 g 31 g 35 g 31 g	48 g / 33g 48 g / 33g	Frescos congelados Frescos congelados
Sopa (não base)	30 g 20 g	30 g 20 g *2	-	Frescos congelados
FELJÃO SECO				
Guarnição base (p.e. feijoada)	50 g	35 g	100 g / 70 g	
Guarnição mista (p.e.chilli)	30 g	21 g	60 g / 42 g	
Sopa (base)	30 g	30 g *2	-	
Sopa (não base)	15 g	15 g *2	-	
Salada mista (tipo feijão- frade + batata)	40 g	20 g	80 g / 40 g	
GRÃO SECO				
Guarnição base	70 g	35 g	140 g / 70 g	
Guarnição mista (p.e. Rancho)	30 g	15 g	60 g / 30 g	
Salada mista (tipo grão com batata)	40 g	20 g	80 g / 40 g	
Sopa (base)	60 g	60 g *2	-	
Sopa (não base)	40 g	40 g *2	-	
MILHO				
Guarnição/Salada mista	15 g	11 g	15 g / 11 g	Cozido / Congelado



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

NOTA*2: CAPITAÇÕES DAS LEGUMINOSAS UTILIZADAS NA SOPA NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDAS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.

TABELA 5 – PESCADO

As captações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA (RC)	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA (RL)	PESO EM COZINHADO (RC / RL)	OBSERVAÇÕES
ABRÓTEA/PESCADA/BICUDA/ GAROUPA (s/ cabeça)				
Com ovo (ovo cozido)	150 g	105 g	120 g / 84 g	
Sem ovo	180 g	126 g	144 g / 100 g	
ATUM DE CONSERVA				
Com batata e 1 ovo (ovo cozido)	120 g	84 g	120 g / 84 g	
Salada/ macarronada/Empadão/ lasanha	120 g	84 g	20 g / 84 g	
BACALHAU¹ SECO CONGELADO				
Assar	90 g 150 g	63 g 105 g	44 g / 74 g	Demolhado/ cozinhado
Cozer com 1 ovo	75 125 g	53 g 88 g	88 g / 61 g	
Cozer sem ovo	90 g 150 g	63 g 105 g	44 g / 74 g	
Estufado	90 g 150 g	63 g 105 g	44 g / 74 g	
Gomes de Sá/Meia desfeita/ Gratinar/ à Brás	60 g 100 g	42 g 70 g	70 g / 49 g	
Pastéis (industriais)	100 g	70 g	70 g / 49 g	4 uni/ 3 uni
Salada com ½ ovo (ovo cozido)	75 125 g	53 g 88 g	88 g / 62 g	
BESUGO	200 g	140 g	160 g / 112 g	
CALDEIRADA	200 g	140 g	160 g / 112 g	3 Espécies no mínimo
SALADA/TORTILHA/ARROZ	160 g	112 g	128 g / 90 g	
ALFONSIM/ BOCA-NEGRA/ CHERNE/ CORVINA/ ESPADARTE/ GORAZ /LÍRIO/ MARÚCA/ PARGO/ PEIXE- ESPADA/ PEIXE VERMELHO/ SALMÃO/ TAMBORIL/ SOLHA	160 g	112 g	128 g / 90 g	(s/ cabeça)
DOURADA/ CAVALA	200 g	140 g	160 g / 112 g	
DOURADINHOS (fabrico industrial)	4 unidades	3 unidades	-	4 / 3 unidades
SOPA DE PEIXE	60 g	60 g ^{*2}	-	
FILETES/ LOMBOS DE PEIXE (variado)	160 g	112 g	128 g / 90 g	



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA
DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

LULAS / POTAS	240 g	168 g	144 g / 101 g
POLVO	220 g	154 g	133 g / 93 g

NOTA*2: CAPITAÇÕES DO PEIXE UTILIZADO NA SOPA NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDAS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.

¹Bacalhau seco após demolidado tem um ganho de cerca de 35%. Bacalhau congelado após descongelado tem uma perda de cerca de 20%.

TABELA 6 – CARNE DE VACA

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA (RC)	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA (RL)	PESO EM COZINHADO (RC / RL)	OBSERVAÇÕES
ASSAR BIFE	160 g	112 g	112 g / 78 g	
Sem ovo	160 g	112 g	112 g / 78 g	
Com ovo	120 g	84 g	84 g / 59 g	
ESCALOPES	160 g	112 g	112 g / 78 g	
ESTUFAR (sem osso)	160 g	112 g	112 g / 78 g	
COZIDO À PORTUGUESA	50 g	35 g	30 g / 21 g	Mínimo 3 tipos de carnes
FELJOADA/ RANCHO	60 g	42 g	42 g / 29,4 g	Mínimo 2 tipos de carnes
ARROZ DE CARNES	60 g	42 g	42 g / 29,4 g	Mínimo 2 tipos de carnes
ALMONDEGAS (industriais)	150 g (4 uni.)	105 g (3 uni.)	120 g (4 uni) / 84 g (3 uni)	4 / 3 unidades
RISSOIS / CROQUETES (industriais)	120 g (4 uni.)	84 g (3 uni.)	120 g (4 uni) / 84 g (3 uni)	4 / 3 unidades
HAMBURGUER (INDUSTRIAL)	150 g (2 uni.)	105 g (1 uni.)	105 g (2 uni) / 73 g (1 uni)	2 / 1 unidade
PICADA				
Empadão / Bolonhesa/ Macarronada	140 g	98 g	98 g / 69 g	
Rolo de carne / Chili	150 g	105 g	105 g / 74 g	



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

TABELA 7 – CARNE DE PORCO

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA	PESO EM COZINHADO	OBSERVAÇÕES
ASSAR/GUISAR	160 g	112 g	128 g / 90 g	
COSTELETAS / ENTRECOSTO	200 g	140 g	140 g / 98 g	
ESTUFAR/ STROGONOFF	160 g	112 g	128 g / 90 g	
FEBRAS/ESCALOPES	160 g	112 g	128 g / 90 g	
COZIDO À PORTUGUESA	50 g	35 g	40 g / 25 g	Mínimo 3 tipos de carnes
FEIJOADA/ RANCHO	50 g	35 g	40 g / 25 g	1 tipo de carne
ARROZ DE CARNES /VALENCIANA	60 g	42 g	48 g / 30 g	Mínimo 2 tipos de carnes

TABELA 8 – ENCHIDOS

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETO	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA	PESO EM COZINHADO	OBSERVAÇÕES
ARROZ DE CARNES/VALENCIANA				
Fiambre, salsicha, chouriço de carne	25 g	17 g	25 g / 17 g	Misto de enchidos
COZIDO À PORTUGUESA				
Chouriço de carne	10 g	7 g	10 g / 7 g	
Farinheira	10 g	7 g	10 g / 7 g	
FEIJOADA/ RANCHO				
Chouriço de carne	15 g	10 g	15 g / 10 g	

*Perdas em cozinhado são consideradas desprezíveis. No caso das sopas, estufados, ou guarnições em pratos compostos não são consideradas perdas por serem feitas para o molho.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

TABELA 9 – CARNE DE AVES E OVOS

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA	PESO EM COZINHADO	OBSERVAÇÕES
FRANGO				
Bife	160 g	112 g	115 g / 80 g	
Coxas/Perna/Asas	230 g	161 g	160 g / 115 g	RC: ¼ de frango
Arroz de carnes / Valenciana	60 g	42 g	42 g / 30 g	Mínimo 2 tipos de carnes
Cozido à portuguesa	50 g	35 g	35 g / 25 g	Mínimo 3 tipos de carnes
Jardineira	200 g	140 g	140 g / 98 g	
Arroz de frango	200 g	140 g	140 g / 98 g	
Canja	40 g	28 g	28 g / 20 g	
PATO				
Assar / Estufar	230 g	161 g	160 g / 115 g	
Arroz de pato	220 g	154 g	154 g / 108 g	
PERU				
Bife	160 g	112 g	112 g / 78 g	
Coxas/Pernas/Asas	230 g	161 g	160 g / 115 g	
OVOS				
COZIDO				
Base mista (leguminosas/ peixe/ carne)	1 unidade	1 unidade	-	Em natureza
Base mista (recheado)	2 unidades	2 unidades	-	Em natureza
ESCALFADOS	2 unidades	2 unidades	-	Pasteurizados
MEXIDOS/ OMOLETE/ TORTILHA	2 unidades	2 unidades	-	Pasteurizados
BRÁS	1 unidade	½ unidade	-	Pasteurizados

TABELA 10 – CARNE DE CAÇA

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA	OBSERVAÇÕES
COELHO			
Estufar	260 g	182 g	182 g / 127 g
Arroz	220 g	154 g	154 g / 107 g



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

TABELA 11 – SOBREMESAS DOCES

As capitações correspondem aos alimentos descongelados, limpos e prontos a cozinhar

PRODUTO	CAPITAÇÕES R.COMPLETA	CAPITAÇÕES R.LIGEIRA	OBSERVAÇÕES
Doce à fatia	150 g	150 g	
Sobremesa látea/ iogurte	100 g	100 g	
Gelatina	125 g	125 g	

NOTA*1: CAPITAÇÕES DAS SOBREMESAS NA REFEIÇÃO COMPLETA DEVEM SER MANTIDAS NA REFEIÇÃO LIGEIRA.

MODELO ANO LETIVO 15/16



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

ANEXO C

LISTA DE ALIMENTOS AUTORIZADOS

1 – CARNE DE VACA

Proveniente de rês bovina adulta aprovada para consumo público, em conformidade com o regulamento da Inspeção Sanitária dos animais de talho, das respetivas carnes e subprodutos, devidamente rotulada, em conformidade com a legislação em vigor, com identificação do animal, país de origem, de abate e de desmancha, apresentada em meia carcaça, quartos ou peças de talho, refrigerada ou congelada, limpa (sem gorduras e aponevroses).

1.1 – Peças de talho para bifés – carne de 1ª categoria, sem osso

- Vazia sem abas
- Alcatra (exceto ponta da alcatra)
- Pojadouro
- Rabadilha
- Acém redondo – sem cobertura

1.2 – Peças de talho para assar/estufar – carne de 1ª categoria, sem osso

- Chã de fora
- Pá
- Acém comprido
- Alcatra

1.3 – Peças de talho para guisar – carne de 2ª categoria, sem osso

- Chambão da perna
- Chambão da pá
- Chã de fora
- Acém comprido
- Pá
- Aba descarregada

- Cachaço

1.4 – Peças de talho para cozer – carne de 2ª categoria, sem osso

- Chambão da perna



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCACIÓN E CULTURA

DIRECCIÓN REGIONAL DA EDUCACIÓN

ESCOLA _____

- Chambão da pá
- Chã de fora
- Acém comprido
- Peito
- Cachaço
- Pá

1.5 – Carne picada

1.5.1. Os hambúrgueres e almôndegas a servir devem apresentar-se sob a forma de produto transformado ultracongelado e com os seguintes ingredientes:

- Hambúrgueres:

Carne de bovino, picada (70%)

Proteínas vegetais, hidratadas (25%)

Fibras vegetais

Pão ralado

Sal

Especiarias

Aromatizante

Taxa de gordura inferior a 15%.

Percentagem de colagénio nas proteínas de carne inferior a 22%.

- Almôndegas:

Carne de bovino, picada (60%)

Proteínas vegetais, hidratadas (23%)

Ovo

Tomate

Aipo

Cebolas

Pão ralado

Sal

Condimento

Plantas aromáticas.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Taxa de gordura inferior a 15%.

Percentagem de colagénio nas proteínas de carne inferior a 25%.

1.5.2. Os croquetes devem ser executados com carnes de fabrico industrial, ultracongelados, respeitando a legislação em vigor.

1.6 – No caso de empadão, bolonhesa, chili, rolo de carne e lasanha:

1.6.1. A carne a utilizar poderá ser picada no refeitório, tendo obrigatoriamente de nele ser consumida, desde que se verifiquem as seguintes condições:

a) A existência de equipamento apropriado e exclusivo para picar carne, em perfeito estado de higienização e conservação, não sendo permitida, em caso algum, a utilização da descascadora de batatas, mesmo que possua os acessórios destinados para aquele fim, para evitar contaminações cruzadas.

b) A zona de preparação da carne picada tem de ser distinta das zonas de preparação de legumes e de peixe. Não é permitida a preparação da carne picada em simultâneo com outro tipo de carne, na mesma zona.

c) A peça de carne que será utilizada para picar, deverá obedecer aos parâmetros apresentados no número 1.1 – Peças de talho para bifés – e possuir as seguintes características:

- Isenção de gorduras;
- Isenção de aponevroses;
- Isenção de sinais de oxidação.

1.6.2. No caso de não existirem as condições mencionadas nas alíneas a) e b) do número 1.6.1, a carne picada a utilizar terá de ser proveniente de um fornecedor licenciado e possuir as características de um produto pré-embalado, respeitando sempre os parâmetros indicados na alínea c) do número 1.6.1.

2 – CARNE DE PORCO

2.1 – Pernas ou pás

Limpas, refrigeradas ou congeladas provenientes de animais abatidos para consumo público, de acordo com o regulamento da inspeção sanitária dos animais de talho e respetivas carnes, subprodutos e despojos.

2.2 – Bife de porco



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Refrigerado ou congelado, proveniente de perna limpa.

2.3 – Assar/Guisar

Perna limpa

Pá limpa

2.4 – Costeletas

Deverão obedecer às seguintes características:

- Serem provenientes de porcos abatidos nos termos da legislação em vigor;
- Serem selecionadas do cachaço, lombo e pé em percentagem equitativa;
- Terem corte por processo standardizado, ou manual correto, desde que tenham a parte óssea com os músculos correspondentes.

3 – CARNE DE COELHO

Carcaças provenientes de matadouros oficialmente aprovados. Devem revelar sinais evidentes de uma perfeita e boa preparação. Em estado refrigerado ou congelado. Cada carcaça deverá ter uma etiqueta com a identificação do produto, nome da firma fornecedora, número do centro de abate, data da preparação e aprovação sanitária.

4 – CARNE DE PERÚ

4.1 – Peru inteiro

Deverá revelar sinais evidentes de uma sangria perfeita e boa preparação, isento de penas, penugens ou canudos e desprovido de cabeça, pescoço, vísceras e segmentos abaixo da linha tíbio-metatarsica. A cloaca e a porção terminal do intestino não devem fazer parte da carcaça. O peso médio das carcaças limpas deve oscilar entre 5 e 8 Kg.

4.2 – Coxas de peru

Correspondem aos músculos da coxa e respetivo suporte ósseo, seccionados superiormente ao nível da articulação coxo-femural e inferiormente a 2 cm acima da articulação tíbio-társica. Apresentam-se no estado refrigerado ou congelado, devidamente rotulado.

4.3 – Bifes de peru



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Obtidos exclusivamente por corte dos músculos peitorais, devendo assumir o aspeto laminado, sem fragmentos de ossos ou cartilagens. Apresentam-se no estado refrigerado ou congelado, devidamente rotulado.

4.4 – Espetadas de peru

Pedaços regulares de cerca de 3 a 4cm, perfurados por eixo metálico com características antioxidantes ou de madeira, sempre como tara perdida. Frescas, refrigeradas ou congeladas e devidamente rotuladas. Constituídas por 68% de carne de peru, isenta de gorduras e aponevroses, 20% de toucinho; 8% de pimento verde e 4% de cebola verde. Apresentação: unidades de 100gr no mínimo.

5 – PATO

Carcaças provenientes de aves abatidas, em boas condições de saúde em matadouros oficialmente aprovados. Devem revelar sinais evidentes de uma perfeita e boa preparação, isentas de penas, penugens ou canudos, desprovidas de cabeça, pescoço, vísceras e segmentos abaixo da linha tíbio-metatarsica (patas). A cloaca e porção terminal do intestino não devem fazer parte da carcaça. Em estado refrigerado ou congelado. O peso médio unitário das carcaças limpas é de 3 Kg. Cada carcaça deverá ter uma etiqueta com a identificação do produto, nome da firma fornecedora, número do centro de abate, data da preparação e aprovação sanitária.

6 – FRANGO

Carcaças provenientes de aves abatidas, em boas condições de saúde, em matadouros oficialmente aprovados. Devem revelar sinais evidentes de uma perfeita e boa preparação, isentas de penas, penugens ou canudos, desprovidas de cabeça, pescoço, vísceras e segmentos abaixo da linha tíbio-metatarsica (patas). A cloaca e porção terminal do intestino não devem fazer parte da carcaça. Em estado refrigerado ou congelado; peso unitário médio é de 1 Kg. Cada carcaça deverá ter uma etiqueta com a identificação do produto, nome da firma fornecedora, número do centro de abate, data da preparação e aprovação sanitária.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

7 – PRODUTOS DE SALSICHARIA

7.1 – Chouriço de carne

Constituído exclusivamente por carne e gordura de porco refrigerada, isento de fécula, em proporções de carne entre 80% para o tipo “extra” e 70% para o tipo “corrente”, com margens de tolerância de 5%; gordura entre 20% para o tipo “extra” e 30% para o tipo “corrente”, com margem de tolerância de 5%, devidamente fragmentadas e adicionadas de aditivos legalmente autorizados. Em forma de ferradura ou em “rosário”, com sinais evidentes de cura perfeita, que nunca deverá ser inferior a 72 horas.

7.2 – Farinheira

Enchido corado pelo fumo, constituído por gorduras de porco frescas ou refrigeradas, picadas em proporção não inferior a 60% e por farinha de trigo de 1ª qualidade, adicionadas de certos condimentos e aditivos legalmente autorizados (sal, pimenta, colorau, vinho branco, etc.). Em forma de ferradura, de comprimento não superior a 35 cm.

7.3 – Alheira

Enchido corado pelo fumo, obtido a partir de carne de porco fresca, pão regional transmontano de trigo e azeite, condimentado com sal, alho e colorau. Os pedaços de carne têm de ser perceptíveis. Em forma de ferradura, de comprimento não superior a 30 cm e com diâmetro de 2cm. O peso deve oscilar entre ao 170 e 200gr

7.4 – Paio

“Paio do lombo”, constituído exclusivamente por carnes provenientes de lombo de porco, limpo de aponevroses e da maior parte de gordura que lhe é aderente, adicionado de certos condimentos e aditivos legais.

7.5 – Presunto

“Presunto limpo”, desossado e sem courato.

7.6 – Mortadela

Percentagem de gordura máxima visível macroscopicamente de 30%. Constituída por carne de vaca (não deve exceder 50% da massa total) e de porco na proporção de 75% da massa.

7.7 – Fiambre



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Da perna ou da pá, desentalado, envolvido em película plástica impermeável à água e ao vapor de água, aderindo totalmente ao fiambre ou “ensacado” em embalagens de matéria inócua aprovada legalmente e fechadas com prévia extração do ar, com peso de 3,5 a 5,5 Kg e isento de fécula.

7.8 – Todos estes produtos deverão possuir rótulos com as seguintes indicações:

- a) Designação do produto;
- b) Ingredientes;
- c) Tipo;
- d) Nome do fabricante;
- e) Localidade e origem do fabricante;
- f) Data de fabrico / lote;
- g) Modo de conservação;
- h) Durabilidade mínima.

8- OVOS

7) **Ovo pasteurizado** (aplicação geral) – ovo inteiro, gema e clara.

Os ovos pasteurizados devem estar armazenados à temperatura indicada pelo fabricante. Não podem permanecer nas caixas de transporte, devendo ficar bem visível o seu prazo de validade.

b) **Ovo em natureza** só cozido.

Ovos de galinha de categoria **A** e classe igual ou superior a **4** (NP 175/1986).

Podem ser de uma ou mais marcas distintas, indicando:

- Categoria;
- Classe;
- O número correspondente à semana de inspeção e classificação;
- O número do centro de inspeção e classificação;
- O nome, a firma ou a denominação social e domicílio do centro de inspeção e classificação;
- A marca da empresa ou marca comercial.

As embalagens grandes (mais de 30 ovos), mesmo que contenham ovos acondicionados em embalagens pequenas, devem ter um rótulo que não seja inutilizado no ato de abertura



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

da embalagem, contendo as indicações citadas anteriormente, em letras perfeitamente legíveis e visíveis.

Os ovos devem ser armazenados, dentro das suas caixas de transporte, em local bem ventilado, nunca perto de produtos que lhes possam transmitir cheiros, como, por exemplo, o bacalhau seco, fruta, etc.

9 – PESCADO

9.1 – Tipos de apresentação:

- a) Inteiro eviscerado, com ou sem cabeça.
- b) Em postas – quando seccionado em postas mais ou menos perpendiculares à coluna vertebral: as postas podem ser abertas ou fechadas, consoante a região anatómica de onde provêm.
- c) Em filetes/lombos ou outra forma desde que sem espinhas – quando o pescado é submetido à filetagem, ou outra forma desde que sem espinhas.
- d) Em rolos – quando o pescado é submetido a prensa.

9.2 – Conservação:

- a) Refrigerado;
- b) Congelado – quando submetido à temperatura da ordem dos -35°C , de modo a que no interior das massas musculares a temperatura seja igual ou inferior a -18°C ; a percentagem de vidro para os filetes/lombos não pode ultrapassar os 30% e a do peixe inteiro ou em postas, 10%; nos filetes de pescada panados ultracongelados ou barrinhas de pescada panadas ultracongeladas o teor de peixe não deve ser inferior a 50-55%.

9.3 – Fins culinários

Quando não identificados nos documentos de procedimento, devem ser utilizados os fins culinários que melhor se adaptem a cada peixe e seu tipo de apresentação, considerando de modo especial as exigências e objetivos, educacionais e nutritivos, dos documentos do procedimento e a **idade** dos utilizadores dos refeitórios.

10 – BACALHAU SECO/CONGELADO

Do tipo crescido, respeitando a legislação em vigor.



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

11 – PASTÉIS DE BACALHAU

Devem ser de fabrico industrial, ultracongelados, com um teor mínimo de peixe de 30%, de diâmetro não inferior a 3 cm, respeitando a legislação em vigor.

CROQUETES DE CARNE

Com um teor de carne de bovino, ou bovino e suíno, igual ou superior a 50%, de diâmetro igual ou inferior a 3 cm.

12 – ATUM

Atum em pedaços, preferencialmente em azeite ou água, em latas individuais ou de 2 quilos, de utilização imediata, sendo proibido armazenar qualquer lata depois de aberta.

13 – ARROZ

- 7) Do tipo agulha.

14 – MASSAS ALIMENTÍCIAS

Massas de 1ª qualidade:

- | | |
|---------------------|---------------|
| - Cotovelos | - Fusilli |
| - Esparguete | - Macarronete |
| - Massinhas | - Lacinhos |
| - Placas de lasanha | - Outras |

15 – LEGUMINOSAS SECAS

De boa qualidade.

15.1 – Feijão

- a) Feijão branco
b) Feijão catarino
c) Feijão-frade



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

d) Feijão encarnado

15.2 – Grão

15.3- Favas (secas ou congeladas)

15.4 – Lentilhas

15.5 – Ervilhas (descascadas, secas ou congeladas)

16 – FARINHA DE TRIGO

De 1ª qualidade.

17 – BATATA

Com casca ou sem casca

Os tubérculos tipo redondo não devem ter diâmetro inferior a 40 mm; os de tipo alongado não devem ter o diâmetro inferior a 35 mm.

18 – BATATA DESIDRATADA

19 – LEGUMES E HORTALIÇAS

Frescos ou congelados.

No caso de utilização de legumes ou hortaliças cruas no prato final é obrigatória a utilização de processos de desinfeção adequados.

Abóbora, acelgas, agrião, alface, alho francês, brócolos, beringela, beterraba, cebola, cenoura, couve-branca, couve-flor, couve-roxa, couve-de-bruxelas, couve-galega, couve lombarda, courgette, espinafres, feijão-verde, macedónia, nabo, pepino, pimento, tomate.

20 – ERVAS AROMÁTICAS

Frescas, congeladas ou desidratadas.

Orégãos, coentros, salsa, alecrim, tomilho, louro, hortelã, outros.

21 - ESPECIARIAS



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Canela, açafrão, colorau, noz moscada, baunilha, cominhos, caril, pimenta branca (em pó, em embalagens pequenas devidamente acondicionadas).

22- AZEITE FINO/MARGARINA/BANHA

Azeite Virgem Extra.

Banha pré-embalada, devidamente rotulada.

Margarina industrial isenta de ácidos gordos *trans*

23 – ÓLEO VEGETAL REFINADO

Óleo de amendoim, refinado, de qualidade.

24 – SAL – Higienizado, em sacos de plástico de 1 Kg.

25 – TOMATE PELADO

Em latas de 1 Kg ou superior, de utilização imediata, sendo proibida a armazenagem depois de abertas.

27- LEITE

Ultrapasteurizado, meio gordo, em embalagens de litro.

28 – IOGURTE /SOBREMESA LÁTEA

Iogurte de aromas, peso líquido 125gr;

Valor nutritivo médio por 100 g:

Valor energético: ≤ 90 Kcal

Proteínas: ≥ 3 g

Hidratos de carbono: ≤ 14 g

Gordura: ≤ 2 g

Cálcio: ≥ 120 mg

29 – NATAS



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

Ultrapasteurizadas.

30 – PÃO DE MISTURA

Pão fresco com a seguinte composição:

15% de centeio; 35% de farinha T65; 35% de farinha T200; água; 0,4% de sal; Levedura

NOTA: FINS CULINÁRIOS — QUANDO NÃO IDENTIFICADOS NOS DOCUMENTOS DE PROCEDIMENTO, DEVEM SER UTILIZADOS OS QUE MELHOR SE ADAPTEM A CADA PRODUTO OU CONJUNTO DE PRODUTOS, CONSIDERANDO DE MODO ESPECIAL AS EXIGÊNCIAS E OBJETIVOS DOS DOCUMENTOS DE PROCEDIMENTO E A IDADE DOS UTILIZADORES DO REFETÓRIO.

MODELO ANO LETIVO 15/16



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

ANEXO D
REGISTO DIÁRIO FUNCIONAMENTO REFEITÓRIO

Escola		Data
Adjudicatário		__/__/__

		EMENTA PREVISTA	EMENTA OFERECIDA	CAPITAÇÕES*
SOPA				
PRATO	COMPONENTE PROTEICA			
	ACOMPANHAMENTO			
	SALADA/LEGUMES			
SOBREMESA				
Justificação de desvios				

*Registo do peso final dos alimentos já confeccionados, prontos a servir.

Nº REFEIÇÕES	REFEIÇÕES ENCOMENDADAS	REFEIÇÕES SERVIDAS
REF. COMPLETAS		
REF. LIGEIRAS		
REF. LIGEIRAS TRANSPORTADAS		

APRECIÇÃO DA REFEIÇÃO						
		NÃO SATISFAZ	SATISFAZ	MUITO BOM	N.O.	OBSERVAÇÕES
APRESENTAÇÃO ¹	SOPA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	PRATO	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	SOBREMESA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
TEMPERATURA ²	SOPA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	PRATO	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	SOBREMESA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
QUANTIDADE ³	SOPA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	PRATO	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	SOBREMESA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
SABOR ⁴	SOPA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	PRATO	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	SOBREMESA	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

LEGENDA

NO – Não observável

¹ Distribuição harmoniosa dos alimentos no prato; Realce de cores e texturas

² Temperatura dos alimentos antes/ durante o empratamento

³ Cumprimento das porções/ capitações recomendadas (em cumprimento do ponto 5.)

⁴ Apreciação em relação ao teor de sal, açúcar, gordura, acidez, e textura (cru, demasiado cozido, ...)

ANÁLISE DO FUNCIONAMENTO DO SERVIÇO				
COMPONENTES	MÁ	ACEITÁVEL	BOA	NO
PREPARAÇÃO/ CONFEÇÃO				
EFICIÊNCIA DO SERVIÇO				
APRESENTAÇÃO DO PESSOAL				
HIGIENE/LIMPEZA DAS INSTALAÇÕES				

Observações:

Data: ____/____/____

O representante do CE

O representante do adjudicatário



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

ANEXO E
MAPA DE CONTROLO MENSAL DE REFEIÇÕES

Escola	
Adjudicatário	
Mês/ Ano	

Dia	Refeições Encomendadas			Refeições Servidas			Número de Funcionários em Serviço no Refeitório
	RC	RL	RL T	RC	RL	RL T	
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							
31							
TOTAL							

REPRESENTANTE DA ESCOLA

REPRESENTANTE DA EMPRESA



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

ANEXO F
PEDIDO DE ALTERAÇÃO DA EMENTA

Escola		DIA
Adjudicatário		__/__/__

EMENTA DEFINIDA	
SOPA	
PRATO	
DOCE	

EMENTA PRETENDIDA/SERVIDA	
SOPA	
PRATO	
DOCE	

MOTIVO:

DATA: __/__/__

O REPRESENTANTE DA EMPRESA

O REPRESENTANTE DA ESCOLA



SECRETARIA REGIONAL DA EDUCAÇÃO E CULTURA

DIREÇÃO REGIONAL DA EDUCAÇÃO

ESCOLA _____

ANEXO G

MODELO DE RECLAMAÇÃO DO FUNCIONAMENTO DE REFEITÓRIO

Escola		DIA
Adjudicatário		__/__/__

IDENTIFICAÇÃO DA QUEIXA			
<input type="radio"/>	QUANTIDADE DE ALIMENTOS	<input type="radio"/>	QUALIDADE DA REFEIÇÃO
<input type="radio"/>	HIGIENE/LIMPEZA	<input type="radio"/>	VARIEDADE DAS REFEIÇÕES
<input type="radio"/>	TEMPERATURA DA REFEIÇÃO	<input type="radio"/>	OUTRO

1) FUNDAMENTAÇÃO DA RECLAMAÇÃO:

IDENTIFICAÇÃO DO AUTOR DA RECLAMAÇÃO (ESCOLA/DOCENTE/ALUNO/ENC. EDUCAÇÃO):

2) REGISTO/JUSTIFICAÇÃO DA SITUAÇÃO OCORRIDA

3) ANEXOS DE SUPORTE (ANEXO D – REGISTO DIÁRIO DE FUNCIONAMENTO DE REFEITÓRIO, NOTAS DE ENCOMENDA, ENTRADA/SAÍDA DE MATÉRIA PRIMA)

DATA: __/__/__

O RESPONSÁVEL DA ESCOLA
