



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

INSTRUÇÃO NORMATIVA SEC Nº 002/2014, DE 11 DE FEVEREIRO DE 2014.

Dispõe sobre os procedimentos para o planejamento, aquisição e guarda dos produtos, e para elaboração e distribuição da merenda escolar do Município de Barra de São Francisco - ES.

Versão: 001.

Aprovação em: 11/02/2014.

Ato de aprovação: Decreto nº. 028/2014.

Unidade Responsável: Secretaria Municipal de Educação.

O **CHEFE DO PODER EXECUTIVO DO MUNICÍPIO DE BARRA DE SÃO FRANCISCO-ES**, no uso das atribuições que lhe são conferidas pelo artigo 66, da Lei Orgânica do município.

A **CONTROLADORIA GERAL DO MUNICÍPIO**, no uso de suas atribuições que lhe conferem o art. 31 da Constituição Federal, art. 59 da Lei Complementar nº. 101/2000 e art. 45 da Lei Orgânica do Município de Barra de São Francisco;

Considerando o disposto no artigo 6º da Lei Municipal nº. 495, de 23 de setembro de 2013, que Dispõe sobre a Estruturação da Unidade Central de Controle Interno nos termos do art. 31 da Constituição Federal, art. 59 da Lei Complementar nº. 101/2000 e art. 45 da Lei Orgânica do Município de Barra de São Francisco;

Considerando o disposto no Decreto nº. 114, de 24 de setembro 2013, que Regulamenta a aplicação da Lei nº. 496, de 23 de setembro de 2013, que Dispõe sobre o Sistema de Controle Interno da Prefeitura Municipal de Barra de São Francisco e dá outras providências;

Considerando a Constituição Federal - Artigo nº 208; Lei Federal N.º 11.947/2007 (Regulamenta o FUNDEB); Lei Federal nº 8.666/93 (Licitações e Contratos) e 10.520/2002.

Considerando a Resolução 038/2009 do FNDE (Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação), Lei nº 11.947/2009 e Resolução CFN nº. 465/2010, Resolução CFN nº 358/2005 e Resolução RDC nº 216 de 15/09/2004;

Considerando que esta Instrução Normativa dispõe a respeito das rotinas de trabalho a serem observadas pelas diversas Unidades da Secretaria Municipal de Educação, objetivando a implementação de procedimentos de controle, com vistas à eficácia, eficiência e transparência da aplicação dos recursos públicos, no âmbito do Poder Executivo Municipal de Barra de São Francisco.

RESOLVE:



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

CAPÍTULO I

Das Disposições Iniciais

Art. 1º Sem prejuízo das atribuições estabelecidas na lei de estrutura organizacional do Município, o Sistema de Controle Interno recomenda à Secretaria Municipal de Educação que observe os procedimentos constantes nesta Instrução Normativa no desempenho das funções.

Art. 2º O Setor Municipal de Alimentação Escolar - SEMAE tem por finalidade avaliar, controlar e distribuir a merenda escolar no Município.

Art. 3º Esta Instrução Normativa abrange os procedimentos de trabalho relacionados ao planejamento, aquisição e guarda dos produtos, e para elaboração e distribuição da merenda escolar em todas as Unidades da Rede Municipal de Ensino.

CAPÍTULO II

Dos Conceitos

Art. 4º Entende-se por alimentação escolar todo alimento oferecido no ambiente escolar, independentemente de sua origem, durante o período letivo. A alimentação escolar abrange o Princípio do Direito Humano à alimentação adequada, promovendo hábitos alimentares saudáveis, visando garantir a segurança alimentar e nutricional dos alunos, bem como melhor rendimento escolar.

CAPÍTULO III

Das Responsabilidades

Art. 5º São responsabilidades da Secretaria Municipal de Educação:

I - Promover a divulgação e implementação dessa Instrução Normativa, mantendo-a atualizada, orientando as áreas executoras e supervisionar sua aplicação;

II - Planejar, coordenar e supervisionar todas as atividades relacionadas à alimentação do escolar nas unidades escolas municipais;

III - Cumprir a legislação pertinente ao Programa de Alimentação Escolar (PNAE) e interagir com o CAE (Conselho de Alimentação Escolar) providenciando condições para o funcionamento desta Entidade Fiscalizadora;

IV - Acompanhar o cumprimento do cardápio em vigor;

V - Acompanhar as condições de estoques, armazenamento e higiene geral das cozinhas e refeitórios;

VI - Disponibilizar equipamentos e utensílios pertinentes ao serviço de nutrição;

VII - Capacitar os profissionais envolvidos com a Alimentação Escolar;

VIII - Disponibilizar, exigir e incentivar o uso de Equipamentos de Proteção Individual (EPI,s) para segurança no trabalho;



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO Estado do Espírito Santo

Art. 6º São Responsabilidades do Setor Municipal de Alimentação Escolar - SEMAE :

- I - Nutricionista: elaborar cardápio da alimentação escolar e executar as atividades descritas no art. 10, desta Instrução Normativa;
- II - Da Supervisão da Merenda Escolar: executar as atividades descritas no § 5º do art. 10 e seus desdobramentos e no art. 13, desta Instrução Normativa, quando for o caso;
- III - Responsável pela prestação de contas dos recursos destinados à alimentação: executar as atividades descritas no art. 11 desta Instrução Normativa;
- IV - Conselho de Alimentação Escolar: executar as atividades descritas no art. 12 desta Instrução Normativa;

Art. 7º São responsabilidades das Unidades Escolares: Caberá às Unidades Escolares observar e seguir os procedimentos abaixo para recebimento e armazenamento dos gêneros alimentícios:

- I- Responsabilizar-se pela guarda, controle, conservação, preparo e consumo dos gêneros alimentícios recebidos;
- II- Cada Unidade Escolar designará um representante da equipe de apoio administrativo educacional que será responsável, juntamente com o Diretor, para acompanhar e registrar a movimentação mensal das entradas e saídas dos produtos no estoque, bem como o cumprimento do cardápio e o número de refeições servidas, incluindo os gêneros recebidos por doação ou adquiridos diretamente pela Escola;
- III- antes de atestar o recebimento da remessa, o servidor (a) responsável deverá conferir rigorosamente os produtos, verificando se os itens e quantidades estão de acordo com as indicadas na respectiva Guia de Remessa de Alimentos que acompanha cada entrega;
- IV- no ato da entrega dos gêneros alimentícios e demais produtos, o responsável pelo recebimento na Escola deverá conferir a qualidade e as quantidades com base nas informações disponibilizadas pelo SEMAE e na Guia de Remessa de Alimentos. O recebimento, após a devida conferência, deverá ser atestado mediante o correto preenchimento (que pode constar em forma de carimbo), das 2 (duas) vias da Guia de Remessa de Alimentos, com os seguintes dados:
 - data do recebimento;
 - nome completo legível;
 - cargo / função;
 - assinatura.
- V - no ato do recebimento, se constatadas eventuais faltas ou avarias que comprometam o produto, essas deverão ser anotadas na própria Guia de Remessa de Alimentos que acompanhou a remessa e que retorna com o motorista. Faltas ou avarias apontadas posteriormente ao recebimento e não anotadas na Guia, não poderão ser reparadas;
- VI - observar que as entregas devem acontecer de segunda a quarta-feira, no horário de funcionamento da Escola;
- VII - zelar pela boa conservação e utilização dos produtos frescos, se a quantidade for excedente, solicitar com antecedência o cancelamento das entregas, por meio do SEMAE, e remanejar alimentos antes que corram risco de perdas;
- VIII - antes de armazenar os gêneros de nova remessa, a escola deverá promover limpeza geral, dedetização e reparos necessários no local onde serão armazenados os produtos;



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

- IX - a Direção Escolar e os responsáveis pelo acompanhamento do Programa na escola devem observar periodicamente, as condições higiênico-sanitárias do depósito, verificando se estão adequadas à conservação e acondicionamento dos alimentos;
- X - os gêneros alimentícios (embalagens) não poderão ser armazenados diretamente em contato com o chão, devendo fazer uso de prateleiras e estrados.
- XI - os alimentos deverão ser acondicionados protegidos do sol e da luz direta.
- XII - as janelas do depósito, da cozinha e refeitório (quando for o caso) deverão ser teladas e propiciar ventilação adequada;
- XIII - o depósito dos gêneros alimentícios deve ser de uso exclusivo do PNAE - Programa Nacional de Alimentação Escolar. Não guardar neste local: materiais de limpeza, expediente, esportivos, peças de vestuário e outros pertences pessoais, objetos em desuso, etc.;
- XIV - para melhor conservação, os produtos após serem retirados das caixas e fardos, deverão ser guardados e agrupados por tipo e gênero nas prateleiras de modo a facilitar o controle do estoque;
- XV - manter o depósito sempre limpo e organizado para facilitar o controle das condições e prazos de validade dos gêneros, utilizando etiquetas com as respectivas datas de validade;
- XVI - as datas de validade dos alimentos devem ser atualizadas periodicamente.
- XVII - os produtos devem ser dispostos de maneira que sejam sempre consumidos prioritariamente os de menor prazo de validade. Em hipótese alguma, a Escola poderá deixar ultrapassar o prazo de validade do produto;
- XVIII - Os alimentos devem ser separados para consumo nas quantidades de preparo para cada período, evitando assim, sobras e embalagens abertas;
- XIX - no caso de eventuais sobras, as embalagens devem ser fechadas e identificadas com etiquetas, contendo a data da abertura do produto. Esta sobra deverá ser consumida no menor tempo possível;
- XX - os alimentos armazenados em geladeira e freezer deverão ser acondicionados em recipientes plásticos com tampa e/ou sacos plásticos atóxicos, identificados com nome do produto, data de produção e/ou validade;
- XXI - carnes, peixes, salsichas devem ter todo o conteúdo da embalagem utilizado de uma só vez;
- XXII - havendo previsão de falta de gêneros alimentícios para o preparo e atendimento aos alunos, a Direção da Escola deverá informar, com antecedência mínima de 5 (cinco) dias ao SEMAE, responsável para as providências necessárias;
- XXIII - em caso de excesso de alimentos na Escola, o SEMAE deverá ser informado para que seja efetuado o remanejamento, evitando assim o desperdício vencimento dos produtos;
- XXIV - ao perceber qualquer alteração nas características sensoriais do produto, devido à infestação por insetos que venham provocar deterioração ou perda da qualidade dos gêneros alimentícios, a escola deve providenciar a retirada imediata dos alimentos do depósito e contratar uma empresa especializada para efetuar a dedetização do local;
- XXV - para que seja efetuada a substituição do produto, a Direção da Escola deve comunicar imediatamente ao SEMAE, por meio de ofício, descrevendo as condições em que se encontra o produto, quantidade que apresenta alteração, marca, nº do lote, prazo de validade e demais informações julgadas necessárias;



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

XXVI - somente serão substituídos aqueles gêneros alimentícios que estiverem dentro do prazo de validade e quando for constatado que não houve negligência por parte da Escola na conservação e higiene dos produtos;

XXVII - manter bom relacionamento com as empresas que serão suas fornecedoras durante todo o ano, relatando possíveis problemas, auxiliando na sua resolução e promovendo a interação de toda a comunidade escolar com estas entidades;

XXVIII - incentivar o consumo de frutas e verduras pelos escolares, utilizando-os em preparações variadas, melhorando a apresentação e praticando a educação nutricional;

XXIX - encaminhar ao SEMAE sugestões para a melhoria gradativa do programa.

Art. 8º São responsabilidades da Controladoria Geral do Município:

I - orientar os servidores envolvidos nos procedimentos de controle da alimentação escolar, quando demandado;

II - elaborar *check-list* de controle;

III - avaliar o cumprimento desta Instrução Normativa.

CAPÍTULO IV

Dos Procedimentos

Art. 9º O processo de compra dos alimentos da alimentação escolar será feito por processos licitatórios, de acordo com as normas legais e as normativas do sistema de compras asseguradas na Lei 8.666/93 e Lei 10.520/02.

Parágrafo único: O Município deverá também adquirir alimentos produzidos e comercializados através da Agricultura Familiar e do Empreendedor Familiar Rural, conforme Lei nº. 11.947/2009.

Art. 10 A supervisão da Merenda Escolar será feita pelo SEMAE, constituído por Nutricionista, Supervisor de Merenda Escolar, Responsável pela Prestação de Contas e CAE – Conselho de Alimentação Escolar. Compete a ele os seguintes procedimentos:

§ 1º O cardápio da alimentação escolar deverá ser elaborado por nutricionista e com o acompanhamento do Conselho Municipal de Alimentação Escolar (CAE), com utilização de gêneros alimentícios indispensáveis à promoção de uma alimentação saudável, respeitando-se as referências nutricionais, os hábitos alimentares, a cultura e a tradição alimentar do Município, pautando-se na sustentabilidade e diversificação agrícola da região, na alimentação saudável e adequada e atentando para as normas pré-estabelecidas pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).

§ 2º Sempre que houver a inclusão de um novo produto no cardápio, o mesmo deverá passar pelo teste de aceitabilidade do aluno, com exceção daqueles matriculados na Educação Infantil na faixa etária de 0 a 03 anos. Preparações que contêm em sua maioria frutas e hortaliças podem ser dispensadas do teste de aceitabilidade.



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

§ 3º Não será permitida a alteração do cardápio sem a prévia autorização do profissional Nutricionista responsável pela elaboração do mesmo.

§ 4º Os produtos tais como refrigerantes, sucos artificiais, produtos com teor alcoólico, balas, goma de mascar, biscoitos recheados, bombons, chicletes, pirulitos e outros alimentos que sejam caracterizados como “guloseimas” não deverão constar no cardápio da alimentação escolar.

§ 5º O SEMAE, composta pelos responsáveis pelo planejamento, supervisão e entrega dos alimentos às Unidades e por nutricionista, deverá:

I - planejar, coordenar e supervisionar todas as atividades inerentes e relacionadas à alimentação escolar nas Unidades Educativas Municipais;

II - com base nos cardápios e requisições das Unidades Educativas Municipais, planejar compras de alimentos, por período determinado, observando as quantidades necessárias ao atendimento às Unidades Educativas e condições de armazenamento e de fornecimento dos alimentos;

III - elaborar relatório periódico, de preferência mensal, acerca da alimentação escolar servida nas Unidades Educativas Municipais, incluindo possíveis ocorrências positivas ou negativas que devam ser de conhecimento do Secretário Municipal de Educação;

IV - O relatório semestral deverá ser elaborado por Unidade de Ensino e conter pelo menos as seguintes informações:

a) qualidade da alimentação escolar;

b) validade dos gêneros alimentícios;

c) quantidade de produtos X gastos;

d) cardápio;

e) estado de conservação dos utensílios;

f) estado de conservação e funcionamento dos equipamentos e eletrodomésticos utilizados na alimentação escolar.

V - efetuar visitas regulares às Unidades Educativas, através de cronograma pré-determinado e aprovado pelo Secretário Municipal de Educação;

VI - o cronograma de visitas será elaborado semestralmente;

VII - as Unidades Educativas não deverão ser informadas previamente quanto às datas das visitas do Responsável pelo Setor de Alimentação e Nutrição do Município;

VIII - orientar as Unidades Educativas sobre armazenamento, preparo e higienização dos alimentos, limpeza do ambiente e higiene pessoal das merendeiras, aproveitamento e consumo dos alimentos em relação ao tempo determinado para a sua utilização.

IX - informar ao Secretário Municipal de Educação as irregularidades ou ocorrências relevantes que envolvam a gestão do programa de alimentação escolar nas diversas Unidades Educativas do Município.

X - manter pasta própria, personalizada por Unidade Educativa, (sendo uma no setor de merenda escolar e outra na Unidade Educativa) onde deverão ser arquivados cardápios, relatórios de visitas, relatório de ocorrências, advertências e demais documentos relacionados ao Programa Nacional de Alimentação Escolar na Unidade Educativa.

Art. 11 O Programa Nacional de Alimentação Escolar compreende as seguintes normas:



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

§ 1º O responsável pelo Setor de Prestação de Contas na Secretaria Municipal de Educação deverá elaborar e acompanhar as prestações de contas dos recursos e o relatório anual de gestão do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), observando as normas impostas pela legislação correlata.

§ 2º O responsável pela prestação de contas também deverá encaminhar as prestações de contas e relatório anual de gestão do PNAE ao Conselho de Alimentação Escolar, a fim de que este emita parecer conclusivo a respeito.

§ 3º Após elaborados esses documentos, serão analisados e assinados pelo Secretário Municipal de Educação e o Chefe do Poder Executivo.

§ 4º Por fim o responsável pela prestação de contas enviará a documentação ao FNDE/PNAE, por meio do sistema SIGPC, de acordo com a Resolução 02, de janeiro de 2012.

Art. 12 O Conselho de Alimentação Escolar tem as competências definidas em Lei, sendo, dentre outras:

I - acompanhar e fiscalizar o cumprimento das diretrizes da alimentação escolar, estabelecidas no art. 2º da Lei 11.947/2009;

II - acompanhar e fiscalizar a aplicação dos recursos destinados à alimentação escolar;

III - zelar pela qualidade dos alimentos, em especial quanto às condições higiênicas, bem como a aceitabilidade dos cardápios oferecidos;

IV - receber o relatório anual de gestão do PNAE e emitir parecer conclusivo a respeito, aprovando ou reprovando a execução do Programa.

Art. 13 Serão adotados os seguintes procedimentos relativos ao recebimento, fornecimento, e armazenamento dos gêneros alimentícios:

I – o SEMAE deverá emitir e enviar cronograma mensal (com datas específicas) ao fornecedor com a relação de produtos a serem entregues semanalmente, quinzenalmente ou mensalmente de acordo com as necessidades de alimentação das respectivas Unidades Educativas;

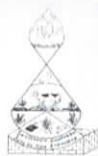
II – quando da entrega, o responsável pelo recebimento deverá confrontar as especificações dos gêneros alimentícios contidos na nota fiscal com o cronograma mensal descrito no inciso anterior e com o contrato de fornecimento, recebendo apenas aqueles em perfeitas condições de consumo, dentro de prazo razoável de validade e rigorosamente compatíveis com as especificações contidas no contrato de fornecimento;

III – o responsável pelo recebimento dos alimentos deverá atestar o recebimento das mercadorias na nota fiscal, mediante carimbo e assinatura. Logo após, deverá encaminhar a nota fiscal ao SEMAE para que esta tome as providências devidas;

IV – o SEMAE deverá planejar o consumo, em conjunto com os diretores das Unidades Educativas, e intermediar a distribuição junto ao fornecedor dentro dos prazos necessários;

V - todas as Unidades Educativas deverão preencher mensalmente o formulário de controle de consumo de produtos, que deverá ser encaminhado ao Setor de Alimentação Escolar anualmente, em dia determinado pelo setor, para melhor controle, aproveitamento e distribuição de produtos. Tais relatórios poderão ser entregues via internet através de e-mail ou entregues diretamente no SEMAE. De posse destes relatórios o SEMAE poderá alterar ou não a remessa dos produtos de acordo com a necessidade e consumo de cada Unidade Educativa.

§ 1º Quando do recebimento dos alimentos o responsável deverá:



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

- I - conferir os produtos um a um, para verificar se há algum produto danificado;
- II - verificar as condições das embalagens dos produtos, sendo que elas não devem estar danificadas, amassadas, rasgadas ou furadas;
- III - conferir as datas de validade, atentando para a proximidade do vencimento;
- IV - observar as características sensoriais dos alimentos: odor, cor, textura, temperatura e aspecto geral;
- V - verificar a condição de temperatura dos alimentos. A orientação quanto à temperatura necessária à conservação do produto deve estar contida em sua embalagem;
- VI - Verificar se o veículo de entrega está em boas condições de higiene, e quando necessário comunicar ao SEMAE;

§ 2º Caso algum dos itens relacionados não esteja de acordo com as orientações descritas, o responsável não deve receber os produtos, informando imediatamente a Supervisão de Alimentação Escolar. Esta informará o Secretário Municipal de Educação, para que notifique o fornecedor para imediata substituição dos itens, ou providências cabíveis conforme o contrato.

§ 3º Quanto aos cuidados de armazenagem dos alimentos deverá ser observado:

I - os alimentos se subdividem em perecíveis, semi-perecíveis e não perecíveis e seu armazenamento deverá ser compatível com seu tipo:

- a) Perecíveis: são os bens que estragam com maior facilidade e precisam ser guardados em freezer ou geladeira. Exemplos: carnes, verduras, legumes, laticínios;
- b) Semi-perecíveis: não se estragam com tanta facilidade, não precisando de refrigeração, mas precisam ser consumidos em pouco tempo. Exemplos: ovos, algumas frutas e alguns legumes;
- c) Não perecíveis: têm maior durabilidade e só precisam ser armazenados em lugares secos e ventilados, protegidos contra o calor excessivo e a umidade.

II - o local onde serão estocados os alimentos deverá ser seco, fresco, arejado, iluminado e limpo;

III - o piso, as paredes e os cantos da despensa devem ser limpos e desinfetados regularmente;

IV - os materiais de limpeza e outros produtos químicos e solventes devem ser guardados em local separado dos alimentos;

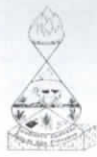
V - examinar os produtos frequentemente, identificando e controlando sua utilização através da data de validade. Os alimentos com data de validade/vencimento mais próximo devem ser colocados à frente, para serem utilizados primeiro, evitando-se assim a perda da validade;

VI - ao receber alimentos congelados, esses devem ser imediatamente colocados no freezer, devidamente embalados, e, uma vez descongelados, não devem ser novamente congelados, porque perdem as suas qualidades nutricionais.

Art. 14 Compete ao Auxiliar de Serviços Gerais – campo de atuação: Cantinas Escolares (Merendeiras):

§ 1º Realizar a higienização de todas as dependências da cozinha, refeitório e almoxarifado de gêneros alimentícios, equipamentos e utensílios utilizados pelo Setor na preparação da merenda escolar, distribuição aos escolares;

§ 2º Organizar, zelar e realizar o controle de estoque de gêneros alimentícios escolares, separando os alimentos por grupos e utilizando o método “primeiro que entra, primeiro que sai”, salvo em casos de alimentos com a data de validade mais próxima e/ou com risco de



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

perda do produto no caso dos alimentos perecíveis, não permitindo portando a perda e/ou deterioração de alimentos em suas Unidades escolares;

§ 3º Manter sempre limpa e organizada todas as dependências em que se utiliza e/ou armazena alimentos;

§ 4º Zelar pelo controle de fluxo de pessoas dentro das dependências da cozinha, não permitindo a circulação de pessoas sem no mínimo a devida cobertura para os cabelos (toucas);

§ 5º Seguir todas as orientações inerentes à atribuição de merendeiras citadas abaixo:

I - orientações sobre limpeza e organização:

- a) manter o ambiente da cozinha e do almoxarifado de alimentos sempre limpo e organizado (paredes, janelas, portas, ventiladores, exaustores, etc.);
- b) lavar diariamente todos os utensílios e equipamentos utilizados na preparação da alimentação;
- c) manter a geladeira e/ou freezer sempre limpos e sem a presença de excesso de gelo;

II - orientações sobre o almoxarifado (estoque) de gêneros alimentícios:

- a) manter o estoque de alimentos sempre limpo, organizado, sem presença de alimentos abertos, para evitar a presença de insetos;
- b) organizar os itens por grupo de alimentos (cereais, verduras, biscoitos, líquidos, temperos, etc.);
- c) utilizar o sistema de “primeiro que entra, primeiro que sai - PEPS”, atentando para a data de validade dos alimentos, não permitindo a perda de alimentos na Escola;
- d) fazer o controle do estoque diariamente (entrada e saída de gêneros estocáveis) em formulário próprio sugerido pelo SEMAE;

III - orientações sobre manipulação de alimentos:

- a) evitar conversar durante a manipulação dos alimentos;
- b) lavar bem as frutas e verduras, e quando presente o hipoclorito de sódio nas Escolas, utilizá-lo para a desinfecção dos alimentos;
- c) evitar preparar alimentos fritos, preferir cozidos ou assados;
- d) as sobras de alimentos podem ser armazenadas em refrigeração (geladeira ou freezer) e antes a sua utilização ou reaproveitamento na próxima refeição, verificar o seu cheiro, cor, para que em hipótese alguma seja servida refeição que possa ocasionar qualquer desconforto aos alunos e esta deverá ser servida primeiramente;

IV - Orientações básicas sobre higiene pessoal:

- a) - Manter-se uniformizado nas dependências do setor de trabalho, utilizando o uniforme completo e limpo (touca, avental);
- b) estar com o cabelo sempre limpo e bem preso, com uso de toucas;
- c) Manter unhas aparadas;
- d) estar sempre sem adornos como anéis/aliança, correntes, brinco, etc., que possa prejudicar o confeccionar dos alimentos ou reter algum tipo de impureza.
- e) É proibido fumar no interior de recintos, principalmente tratando-se de cozinhas, refeitórios e outros;
- f) Manter sua higiene pessoal;



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

V - Outras orientações:

- a) comunicar a direção da Escola e a Coordenação de Apoio às Unidades Escolares quaisquer eventualidades, dúvidas ou sugestões referentes a alimentação escolar;
- b) Verificar se todos os utensílios necessários e em quantidades suficientes estão disponíveis;
- c) em caso de alimentos com risco de perda (frutas e verduras), utilizarem primeiramente, independente do cardápio do dia;
- d) em caso de excesso de produtos estocáveis, não receber os itens em excesso na próxima entrega;
- e) em caso de excesso ou déficit de pães e/ou leite, notificar a nutricionista para que possa fazer a correção com o fornecedor;
- f) em caso de gêneros alimentícios estocáveis que apresentem insetos: retirar imediatamente do almoxarifado e comunicar à Coordenação de Apoio às Unidades Escolares para que esta recolha o alimento da Escola e tome as medidas cabíveis a fim de evitar prejuízo à saúde dos usuários da merenda escolar.
- g) ressaltamos que essas orientações são dadas/fiscalizadas nos cursos de capacitação e durante as visitas nas Unidades Escolares.
- h) Não utilizar do espaço escolar para realização de vendas de quaisquer produtos;
- i) Participar de treinamento, cursos e reuniões quando convocadas;
- j) Obedecer aos critérios de segurança no trabalho evitando acidentes e quando necessário utilizar os Equipamentos de Proteção Individual - EPI (botas, máscaras e outros);
- k) Cuidados ao manusear material de limpeza, seguindo instruções dos rótulos dos produtos;
- l) Pisos devem ser sinalizados quando molhados ou em fase de higienização. Utilizar calçado antiderrapante (botas);
- m) Para a limpeza de vidros ou prateleiras em lugares que necessitam escada, nunca improvisar com mesas, cadeiras ou caixas. Utilizar sempre escada sólida e segura;
- n) A rede elétrica deve ser evitada através do contato em tomadas com interruptores quebrados e fios desencapados. Comunicar a direção escolar para providenciar o conserto para conservação e segurança nas atividades;
- o) Conservar os equipamentos como fogões e fornos de modo a trabalhar com segurança, evitando explosões. Caso esteja apresentando problema como vazamento de gás ou chamas com alterações, comunicar o responsável pela Unidade Escolar e a Secretaria Municipal de Educação e Esporte;

Art. 15 Compete ao Auxiliar de Serviços Gerais – campo de atuação: Unidades Escolares (Infraestrutura):

- § 1º Realizar a higienização de todas as dependências internas e externas da Unidade Escolar;
- § 2º Realizar todos os procedimentos inerentes à lavagem e troca de roupas de cama e banho nas Unidades de Educação Infantil (creches);
- § 3º Zelar pela higiene e manutenção de seus equipamentos e instrumentos de trabalho;
- § 4º Utilizar os produtos de limpeza na dosagem/diluição adequada, evitando o desperdício e o risco de contaminação química do ambiente e/ou seres humanos.

Art. 16 Compete ao Auxiliar de Serviços Gerais – campo de atuação: Armazém de Distribuição de Alimentação Escolar:



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO Estado do Espírito Santo

§ 1º Realizar todos os procedimentos de higienização das dependências internas e externas, equipamentos e utensílios do Armazém de Distribuição de Alimentação Escolar.

§ 2º Receber os gêneros alimentícios, materiais, produtos de higiene e limpeza, e outros, adquiridos pela Secretaria Municipal de Educação, conforme descrição do documento fiscal e da autorização de fornecimento emitida pela Prefeitura, e documentar a entrada do estoque no documento oficial do Setor.

§ 3º Armazenar os gêneros alimentícios e materiais em local adequado, de acordo com a natureza do material.

§ 4º Proceder a separação e conferência de mercadorias conforme a Cautela e/ou Guia de Remessa de Materiais da Secretaria Municipal de Educação.

§ 5º Realizar a entrega de mercadorias nas Escolas, exigindo a conferência e assinatura legível do recebedor;

§ 6º Manter sempre limpa e organizada todas as dependências em que se utiliza e/ou armazena alimentos e zelar pelo cumprimento das normas de higiene.

§ 7º Zelar pelo controle de fluxo de pessoas dentro das dependências de armazenamento de alimentos, não permitindo a circulação de pessoas que não atuam no setor, salvo em casos de visitantes autorizados ou fornecedores.

CAPÍTULO V

Das Considerações Finais

Art. 17 Os esclarecimentos adicionais a respeito desta Instrução Normativa poderão ser obtidos junto à Controladoria Geral do Município que, por sua vez, por meio de procedimentos de controle, aferirá a fiel observância de seus dispositivos por parte das diversas Unidades da Estrutura Organizacional.

Parágrafo único. Tendo em vista as constantes modificações na legislação que rege a Administração Pública, é necessário o permanente reporte às leis pertinentes ao assunto e suas alterações.

Art. 18 Todos os servidores das Unidades Executoras deverão cumprir as determinações e atender aos dispositivos constantes nesta Instrução Normativa. O servidor público que descumprir as disposições desta Instrução Normativa ficará sujeito à responsabilização administrativa.

Art. 19 A Controladoria Geral do Município, por meio de procedimentos de controle, conforme programação anual e por meio do método de amostragem, aferirá a fiel observância dos dispositivos desta Instrução Normativa por parte das diversas Unidades da Estrutura Organizacional.

Art. 20 Qualquer dúvida ou omissão gerada por esta Instrução Normativa deverá ser solucionada junto à Controladoria Geral do Município.

Art. 21 Integra-se a essa Instrução Normativa os Anexos I e II.



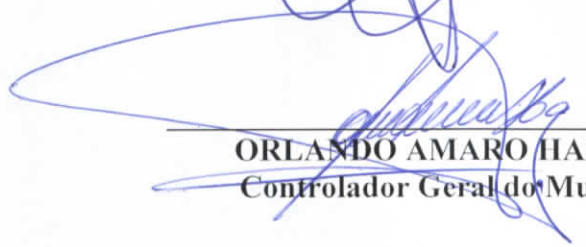
PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

Art. 22 Esta Instrução Normativa entrará em vigência a partir da sua publicação.

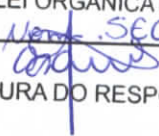
Barra de São Francisco - ES, 11 de fevereiro de 2014.



LUCIANO HENRIQUE SORDINE PEREIRA
Prefeito Municipal



ORLANDO AMARO HARTVIG
Controlador Geral do Município

PREFEITURA MUNICIPAL DE
BARRA DE SÃO FRANCISCO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
PUBLICADO EM 11 / 02 / 2014
NO Quadro de Avisos
DE ACORDO COM O INCISO XIX DO
ART 66 DA LEI ORGÂNICA MUNICIPAL.
ATO Instr. Norm. SEC n° 02/2014.

ASSINATURA DO RESPONSÁVEL



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo
ANEXO I

NORMAS A SEREM OBSERVADAS QUANTO ÀS PRÁTICAS PARA A
HIGIENIZAÇÃO DO AMBIENTE DAS UNIDADES ESCOLARES:

Tipo de Ambiente	Frequência	Produtos Utilizados	Procedimentos para Cozinha/Refeitório
Pisos	Diária	Detergente ou sabão apropriado; Solução clorada.	Varrer todo o piso uma vez na semana, retirando do lugar o mobiliário ou sempre que necessário, para remover resíduos sólidos ou poeira; Esfregar vassoura utilizando o detergente ou sabão apropriado; Enxaguar em água corrente; Desinfetar com solução clorada; Retirar excesso de água com rodo limpo; Secar naturalmente.
Paredes	Semanal (2 vezes)	Detergente; Solução Clorada.	Lavar utilizando detergente e escova apropriada com cabo longo; Enxaguar com água corrente; Desinfetar com solução clorada; Secar naturalmente.
Bancadas, Mesas e Cadeiras	Diária (e sempre que Necessário)	Detergente; Solução Clorada; Álcool 70%.	Retirar resíduos sólidos; Pré-lavagem com detergente e bucha; Enxaguar e secar com rodo de cano curto.
Equipamentos Eletrodomésticos (Liquidificador, Batedeira e outros)	(Após o uso, mantê-los diariamente limpos)	Detergente; Solução Clorada.	Retirar resíduos; Desmontar as peças e lavar cada peça individual com detergente e bucha; Enxaguar com água corrente; Borrifar solução clorada; Deixar secar ao ar livre; O motor destes equipamentos não podem ser molhados.
Geladeira	Diária Limpeza diária e lavagem das peças quinzenalmente	Detergente na área interna e externa.	Desligar a geladeira; Descongelar quinzenalmente ou conforme necessidade; Lavar as peças e gavetas com água e detergente;



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

			Enxaguar; Secar naturalmente; Acondicionar produtos limpos, de acordo com a temperatura exigida aos mesmos: carnes, polpa, verduras, laticínios, ovos (parte interna); Religar a geladeira.
Freezer	Diária Limpeza diária e lavagem de 15 em 15 dias ou conforme condição de formação de gelo ou presença de resíduos de alimentos	Detergente; Solução Clorada.	Desligar o freezer; Retirar os produtos; Descongelar com a tampa aberta; Retirar a tampa para escoar água e resíduos; Lavar o interior do freezer com detergente; Enxaguar; Utilizar solução clorada; Enxaguar; Religar o freezer; Armazenar ou recolocar os produtos no interior separando carnes vermelhas de carnes brancas, polpa de frutas; Sempre acondicionar alimentos que são considerados sobras reaproveitáveis em utensílios apropriados identificando os produtos com a data em que foram preparados. Reutilizá-los em um prazo de 24 horas; Etiquetar o freezer descrevendo os produtos que se encontram no seu interior.



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

ANEXO II

PADRÃO DE QUALIDADE MÍNIMA PARA RECEBIMENTO E
ARMAZENAMENTO DE GÊNEROS PERECÍVEIS

Alimento	Transporte	Recebimento	Armazenamento
Tubérculos, raízes e semente (alho, beterraba, batata inglesa, batata doce, batata salsa, cará, cebola, cenoura, inhame e pinhão).	Transporte aberto	Devem estar livres de terra, rachaduras, apresentarem casca lisa, sem brotação ou manchas que comprometam a qualidade	Temperatura ambiente
Hortaliças / legumes (abobrinha, acelga, alface, almeirão, brócolis, cheiro verde, couve flor, couve manteiga, chuchu, milho verde sem palha, pepino, repolho verde, tomate e vagem).	Transporte aberto	Devem ser frescas, sem marcas de pragas, larvas, sujidades ou manchas que comprometam a qualidade	Preferencialmente refrigerados a 4° C
Frutas (banana caturra, maçã ou prata, caqui, goiaba, jabuticaba, kiwi, limão, laranja pêra ou lima, maçã, melão, morango, poncã, morgot, mexerica ou mimosa, pêsego, uva).	Transporte aberto	No ponto correto de maturação, sem larvas, sem defeitos sérios ou terra	Preferencialmente refrigerados a 4 ° C
Pão caseiro, pão integral, cuca, biscoito caseiro.	Transporte fechado	Devem ser embalados em plástico atóxico, devem ser frescos, isentos de matérias estranhas, mofo e corantes artificiais, estarem bem assados, com consistência leve, de cheiro e	Embalados em plástico atóxico, em temperatura ambiente, constando denominação, procedência, ingredientes, data de fabricação, validade e informação nutricional.



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

		sabor próprios, livres de umidade.	
Ovos, queijos e doce de leite.	Transporte fechado e refrigerado a 4° C	Os ovos devem estar intactos, sem rachaduras, limpos, em embalagem própria e limpa, onde conste a procedência, data de postura e de validade, além do número do registro no SIP, SIM ou SIF. O queijo e doce de leite devem estar em embalagem plástica, atóxica e lacrada, contendo denominação, procedência, ingredientes, data de fabricação e validade, informação nutricional e registro no SIF/SIP/SIM. Devem estar sem mofo, manchas, viscosidade ou odor impróprio.	Obrigatoriamente refrigerados a 4° C e observar a data de validade
Açúcar mascavo, arroz integral, arroz polido ou parboilizado, canjica, doce de frutas em pasta, farinha de milho, feijão, fubá, macarrão seco, macarrão caseiro, mel, melado, molho de tomate, quirera, rapadura, suco de frutas concentrado e leite ultrapasteurizado.	Transporte fechado	Devem ter suas características próprias, estar em embalagens atóxicas, íntegras e livres de sujidades/insetos. Devem conter data de fabricação e validade, procedência, denominação do produto e informação nutricional.	Desde que fechados, podem ser armazenados em temperatura ambiente, devidamente identificados.



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

Filé de peixe congelado.	Transporte fechado de 18° C a 15° C negativos	Embalagem de polietileno atóxico com 1 a 3 kg., contendo denominação, procedência, data de validade, temperatura de armazenamento e informação nutricional. Devem apresentar aspecto, cor, odor, sabor e textura próprias e características da espécie de peixe, do tipo e classe do produto, livre de manchas, odores e sabores estranhos. Deverá apresentar-se congelado no momento do recebimento. Os peixes permitidos são: filés sem espinhos, de merluza, tilápia, pacu, pescada, pescadinha e cação. Devem possuir o carimbo do SIF/SIP/SIM.	Necessariamente devem ser mantidos congelados a 18° C negativos. Após o descongelamento, o consumo deverá ser imediato.
Iogurte líquido e leite pasteurizado.	Transporte fechado e refrigerado de 4° a 7° C	A embalagem deve ser de pacote de polietileno, atóxico, virgem, hermeticamente fechado, contendo um litro. O rótulo deve conter a identificação, data de fabricação e validade, ingredientes, procedência e informação	Necessariamente devem ser mantidos refrigerados de 4° a 7° C imediatamente após a entrega. Validade após aberto: 24 horas, desde que sob refrigeração constante.



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

		<p>nutricional. O leite deve ser o integral pasteurizado e o iogurte não deve conter corantes, conservantes, aromatizantes artificiais e espessantes (amido), podendo conter somente leite acidificado e frutas.</p>	
<p>Suco de frutas concentrado.</p>	<p>Transporte fechado em temperatura ambiente</p>	<p>Embalagem de vidro ou plástico rígido, atóxico, virgem, hermeticamente fechado, com capacidade para 500 ml a 2 litros. No rótulo deve constar a identificação da fruta, procedência, data de fabricação e validade, registro no MAPA (Ministério da Agricultura Pecuária e Abastecimento), lista de ingredientes e diluição recomendada. Não pode conter conservantes, corantes, nem substâncias estranhas.</p>	<p>Enquanto lacrado, em temperatura ambiente. Após aberto, em até 3 dias sob refrigeração.</p>
<p>Polpa de fruta congelada.</p>	<p>Transporte fechado de 18° C a 15° C negativos</p>	<p>As polpas devem possuir registro junto ao MAPA. As frutas permitidas para polpa são somente:</p>	<p>Necessariamente devem ser mantidos congelados a 18° C negativos. Após o preparo, o consumo deverá ser imediato.</p>



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo

		<p>açaí, acerola, goiaba, graviola, kiwi, manga,maracujá, morango , melão, pêra, pêssego e uva, em embalagem plástica atóxica de até 1 kg, constando o nome da fruta, data de fabricação e validade, lista de ingredientes e procedência. Não pode conter partes não comestíveis da fruta nem substâncias estranhas.</p>	
--	--	--	--



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO
Estado do Espírito Santo
OUTRAS RECOMENDAÇÕES

PRODUTOS EMBALADOS

- Verifique o prazo de validade e outras informações que são importantes, como ingredientes utilizados, composição nutricional, modo de conservação e de preparo. A embalagem precisa estar perfeita. Não pode estar estufada, enferrujada, amassada ou rasgada.
- O produto não deve estar com a cor, cheiro ou consistências alteradas.
- Observe se o local de armazenamento está em boas condições, se as prateleiras estão limpas, os refrigeradores e freezers ligados e em temperatura adequada.
- Só compre produtos de origem animal com o selo de garantia do Serviço de Inspeção Federal (SIF), do Ministério da Agricultura.
- O produtor e/ou indústria devem estar identificados no rótulo, assim como o número de registro do estabelecimento.
- Se houver qualquer dúvida sobre o uso e conservação do produto, consulte o/a Nutricionista (RT) do Setor de Alimentação Escolar do Município.

CARNES, AVES, PEIXES E OVOS.

Carne bovina e de porco

Quando frescas, são compactas, apresentam gordura branca e firme, cor vermelho-brilhante e cheiro agradável. Não receber a carne se estiver escura ou esverdeada, o cheiro for desagradável e não houver origem determinada e carimbo de inspeção do Ministério da Agricultura, denominado Serviço de Inspeção Federal (SIF).

Carne moída

Se a carne já estiver moída, tenha a certeza de que a origem é segura e também inspecionada (SIF). Prefira a que já se encontra em embalagem e que contenha data de validade.

Frango e aves

Estão bons quando a cor da pele variar do branco ao amarelo, a superfície for brilhante e firme ao tato. Verifique o carimbo de inspeção (SIF) e a validade.

Ovos

Quando novos, têm a casca pouco porosa, bem limpa e sem rachaduras. Para saber se o ovo está velho, é só colocá-lo numa vasilha com água e sal. Se ele flutuar, é porque está velho. Não use o ovo também se a clara ou gema grudarem na casca, se tiver cheiro diferente, podridão ou sabor anormal.

Peixe, camarão e mariscos

Estão frescos quando os olhos são arredondados, a guelra é vermelha, o cheiro é suave, a pele está brilhante e as escamas firmes. Se você apertar a carne, ela deve voltar à posição rapidamente.

O camarão precisa estar com a cabeça presa ao corpo, a carapaça firme, o olho brilhante e o cheiro agradável.



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO Estado do Espírito Santo

Miúdos (coração, fígado, rins, língua)

Estão bons quando a superfície é brilhante, firme ao tato e a cor é regular, sem pontos brancos. É importante também que não haja mau cheiro.

Embutidos (salsicha, linguiça, salame, mortadela, presunto)

A cor deve ser original, sem fungos ou corantes demais. Salsicha e linguiça não podem ter bolhas de ar ou apresentar líquidos. Observe a presença de bolor, se estão escuros demais ou endurecido pela perda de água.

HORTALIÇAS E FRUTAS

As hortaliças e frutas próprias para consumo não devem apresentar:

- Partes ou casca amolecidas, manchadas, mofadas ou de cor alterada.
- Polpa amolecida com mofo.
- Folhas, raízes e talos murchos, mofados ou estragados.
- Qualquer alteração na cor normal.
- Qualquer modificação no cheiro característico.
- Consistência alterada, esponjosa.
- Perfurações, enrugamento.
- Excesso ou falta de umidade característica.
- Observar a data de validade do produto também é essencial.

Prefira as frutas e verduras da estação. Além de mais econômicas, conservam melhor os nutrientes. Para que os alimentos sejam conservados da melhor maneira e não estraguem, é preciso prestar atenção nas condições de temperatura, umidade, e no local de armazenamento, entre outros fatores.

Retirar os alimentos das caixas de madeira e papelão, retirar as folhas externas mais espessas ou talos e colocá-los em caixas plásticas limpas ou sacos plásticos transparentes e atóxicos, preferencialmente sob refrigeração.

ALIMENTOS NÃO PERECÍVEIS

- Os alimentos não perecíveis, ou seja, que duram muito tempo, não precisam de refrigeração e podem ser armazenados à temperatura ambiente. O local de armazenagem deve ser arejado, limpo e livre de umidade. A temperatura ideal é de 25° C (temperatura ambiente).
- Os alimentos que não precisam de refrigeração são os cereais (arroz, milho, aveia, etc), grãos (feijão, lentilha, ervilha), farinhas, biscoitos, produtos defumados e desidratados, enlatados e embalado sem vidro, óleos, açúcares, leite em pó, além de produtos em embalagens do tipo "longa vida" (papelão esterilizado).
- O prazo de validade dos produtos deve ser observado com cuidado.
- Para evitar prejuízos, quanto mais perto do prazo de validade estiver o produto, mais rápido ele deverá ser usado.



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO Estado do Espírito Santo

O QUE GUARDAR NA GELADEIRA?

Os produtos que precisam de refrigeração são aqueles que estragam mais facilmente e não podem ficar armazenados por muito tempo. É importante que a geladeira não esteja com excesso de produtos, pois isso pode afetar sua capacidade de resfriamento, prejudicando a conservação dos alimentos e causando perdas.

As carnes só devem ser conservadas na geladeira se forem ser usadas no mesmo dia. Caso contrário, devem ser congeladas.

Alguns exemplos de alimentos que devem ser guardados na geladeira: ovos, leite, queijo, manteiga, margarina, alguns vegetais e frutas, além de embutidos (presunto, salsicha, linguiça). As prateleiras mais altas da geladeira são as mais frias, é nelas que devem ser guardados alimentos como carnes, leite e derivados. Nas prateleiras do meio, armazenar alimentos semiprontos e ou pré-preparados e nas prateleiras inferiores, armazenar alimentos crus, todos separados entre si e dos demais produtos. Conforme a (RDC 216 - Anvisa de 2004): Todos os alimentos acondicionados sob refrigeração deverão ser identificados com no mínimo as seguintes informações: nome do produto, data da fabricação ou da abertura da embalagem original e data de validade.

Utilize embalagens plásticas ou vidros com tampa ou cobrindo os alimentos com filme plástico.

Não misture alimentos crus e cozidos na mesma prateleira, pois os crus podem contaminar os já preparados. E atenção: nunca forre as prateleiras da geladeira com plásticos ou toalhas, pois isso dificulta a circulação do ar frio, prejudicando o bom funcionamento do aparelho. Coloque os alimentos em recipientes bem fechados. Observe o prazo de validade, sempre. O refrigerador deve ser mantido limpo.

O QUE DEVE SER CONGELADO?

Os produtos congelados precisam ser conservados em temperatura de -18°C , para evitar o desenvolvimento de microorganismos e o processo de deterioração. Carnes, aves, pescados e hortaliças não devem ser congelados novamente se já tiverem sido descongeladas. É sempre importante observar o prazo de validade.

Descongelamento: Deve ser sob refrigeração (inferior a 5°C), uma vez descongelados, os alimentos não devem ser recongelados. Também é permitido o descongelamento sob cozimento direto. O descongelamento em microonda só é permitido para alimentos que serão utilizados no mesmo dia, pois seu descongelamento é irregular o que pode propiciar a contaminação cruzada.

CONSERVAÇÃO DO VALOR NUTRITIVO DOS ALIMENTOS

As frutas e verduras perdem valor nutritivo com maior facilidade.

Para aproveitar ao máximo os nutrientes desses alimentos, siga as seguintes recomendações:

- Frutas e verduras devem ser consumidas quando estiverem bem frescas. Com o amadurecimento e o tempo de armazenamento, os nutrientes vão se perdendo.



PREFEITURA MUNICIPAL DE BARRA DE SÃO FRANCISCO Estado do Espírito Santo

- O ideal é que esses alimentos sejam consumidos inteiros ou em pedaços. Quando frutas e verduras são batidas no liquidificador, algumas vitaminas, como a vitamina C, são perdidas;
 - Ao cozinhar as verduras, mantenha a tampa da panela fechada. O melhor é prepará-las no vapor.
 - Não cozinhe demais os alimentos, principalmente os vegetais. Tente aproveitar a água que sobrou do cozimento na preparação de outro prato, como arroz, sopas, cozidos ou sucos.
 - Não coloque nenhuma substância para realçar a cor dos vegetais (como bicarbonato de sódio), pois isso provoca perdas de vitaminas e de minerais.
 - Não submeta nenhum alimento a temperaturas altas demais. Prefira o fogo brando. Conserve os alimentos de maneira adequada.
 - Cozinhar bem os alimentos. Carnes, aves e peixes devem ser cozidos em temperatura superior a 70 graus, para eliminar contaminações. Os alimentos que estiverem congelados devem ser muito bem descongelados antes de serem preparados e cozidos.
 - Fazer a quantia certa para evitar sobras. Quando a comida esfria à temperatura ambiente, os microorganismos começam a proliferar e a comida pode estragar.
 - Guardar sobras com muito cuidado. As sobras de alimentos devem ser guardadas na geladeira, em temperatura igual ou inferior a 10 graus. No caso de comida de criança, o melhor é não guardar. Todo alimento na geladeira deve estar embalado ou acondicionado em pote fechado.
 - Aquecer bem os alimentos que foram refrigerados. O ideal é mexer, misturar para aquecer por igual, juntando água, se possível, para permitir a fervura que mata os micróbios.
 - Não misturar alimentos crus com cozidos. Quando se corta um frango cru, por exemplo, deve-se lavar muito bem a faca e a tábua antes de cortar a ave cozida ou assada.
 - Evitar o uso de tábuas de madeira e colheres de pau. É melhor usar tábuas de polietileno e colheres de plástico resistente.
 - Proteger alimentos de insetos e animais. Eles transportam micróbios que causam doenças. O ideal é guardar os alimentos em vasilhas fechadas.
 - Não falar, tossir ou espirrar em cima dos alimentos.
 - Não comer alimentos com aparência, textura ou cheiro estranhos.
 - Se forem adquirir caixas fechadas, certifique-se de que estejam secas e as latas não apresentem vazamento. Atenção! Não aceite: - produtos com validade vencida; - lata estufada, pois isto é sinal de deterioração do alimento; - lata amassada, pois é possível que o verniz interno tenha sido rompido, prejudicando a qualidade do alimento; - lata enferrujada, pois é característica de produto velho e mal armazenado; - vidro com líquido turvo ou com espuma. - embalagens de vidro com tampa enferrujada ou amassada.
- Tais aspectos indicam alimento estragado.