

Relatório

Caixas das Sugestões Referentes ao Refeitório e Bar do Agrupamento de Escolas do Crato

Foi implementado, no dia 21 de fevereiro de 2022, as Caixas das Sugestões sobre o refeitório e o bar escolar.

Esta foi uma dinâmica criada com o objetivo de dar oportunidade à comunidade educativa e aos encarregados de educação de contribuírem para o melhoramento das condições no refeitório e bar escolar.

Procedeu-se à elaboração de um cartaz, para divulgação desta dinâmica nas redes sociais, na escola e junto da Associação de Pais e Encarregados de Educação do Agrupamento.

Foram criadas três caixas das sugestões, disponíveis à entrada do Refeitório, no Bar e na Portaria. Esta última permite que os encarregados de educação, que não têm acesso ao interior do recinto da escola, possam colocar a sua sugestão na caixa. Também existe a opção de enviar um e-mail com as sugestões para a Técnica de Nutrição.

No final de cada mês é efetuada a leitura das sugestões e analisadas a viabilidade das mesmas.



Segue, na página seguinte, a grelha do registo de sugestões do mês de março de 2022.

Identificação	Meio utilizado	Local	Sugestão	Análise
Anónimo	Caixa das sugestões	Bar	Mais vezes cachorro quente com manteiga	Os alimentos menos saudáveis e mais calóricos no bar existem apenas uma vez por semana. A frequência de cada um é a mesma. Pode ser avaliada a opção de colocar cachorro quente mais vezes que os restantes.
			Mais manteiga	A manteiga contém ácidos gordos saturados, maléficos para o organismo. Não é de todo aconselhável a sua elevada ingestão.
		Refeitório	Mais quantidade de frango assado	Nas últimas ementas tem sido colocada mais frequentemente este prato, por ser sugerido muitas vezes pelos alunos.
			Sobremesa brigadeiro	As sobremesas do refeitório escolar estão limitadas às indicadas pela DGE. No entanto, pode verificar-se se é possível colocar como sobremesa, excecionalmente uma vez.
			Esparguete à bolonhesa	Vai ser considerado.
			Mais esparguete	A oferta de esparguete e outras massas, arroz, batata, puré de batata... é intercalado de forma a ocorrer a variação entre todos.
			Conxinhas de frango	Vai ser avaliada a viabilidade de se colocar na cantina esporadicamente, por ser um alimento frito.
			Frango uma vez por semana	Nas últimas ementas tem sido colocada mais frequentemente este prato, por ser sugerido muitas vezes pelos alunos. No entanto, é inviável a colocação de 1 vez por semana, devido a ser recomendado a variação de opções de carne e peixe oferecidos.
			Sopa triturada	Esta sugestão é respondida na linha abaixo.
Catarina Lopes- encarregada de educação do 3ºA	E-mail	Refeitório	“- da panela da sopa (depois de confeccionada) retirar uma porção para passar, servindo aos alunos que apenas comem sopa se for passada; - temperar os alimentos cozidos (ex. batata) no prato e no momento em que o aluno o recebe (o prato ganha outra vida e os alimentos não ficam "secos" na hora de os comer); - algumas ementas têm demasiados elementos misturados no prato, pelo que sugiro os elementos mais separados (assim se o aluno não gosta de determinado elemento, será mais fácil comer os restantes de que gosta), o mesmo acontece com as saladas, se os elementos estiverem	Resposta ao e-mail: “1º - A elaboração das ementas do refeitório do Agrupamento de Escolas do Crato, segue as “Orientações sobre Ementas e Refeitórios Escolares” da DGE (envio, em anexo, para conhecimento), que se aplica desde o pré-escolar ao secundário. Neste documento está referido, na página 11, o seguinte: “A frequência da sopa passada ou triturada (cremes ou aveludados) deve ser limitada num máximo a duas por semana, pois é importante, do ponto de vista fisiológico, promover a mastigação.”. Neste sentido, sendo o refeitório escolar um espaço destinado a assegurar aos alunos uma alimentação saudável, completando a função educativa da escola, pretende, não só auxiliar no desenvolver do processo da mastigação, como ensinar e incentivar o consumo de hortícolas “inteiras” na sopa. 2º - Concordo perfeitamente com a sugestão, no entanto, como a linha de servir está reformulada devido à pandemia, os pratos quando seguem para os tabuleiros já vão prontos. Ou seja, assim que voltarmos a ter a linha como antigamente os próprios alunos têm ao dispor os temperos (tal como a DGE sugere); 3º - A mistura de determinados hortícolas no arroz, empadões, massadas, etc. é uma forma de incentivar os alunos a provar os alimentos. O meu pensamento funciona um pouco ao contrário, se

			separados, o aluno só leva do que gosta (ex. alface ou tomate); - relativamente aos pratos com massas, optar-se mais vezes por massas simples, sem que sejam gratinadas ou com molhos, o que as torna um pouco "enjoativas" e até mais calóricas."	não for misturado eles nunca o vão experimentar e começar a consumir. Mas vamos tentar equilibrar esta situação para que, tal como você referiu, os alunos comam alguma coisa do que simplesmente não comam; 4º - Vou ter em atenção. Quando servimos o conduto separado da guarnição, raramente a massa/arroz/batata é confeccionada com molho, apenas no caso de massadas colocamos algum molho para o prato ter mais sabor."
Joana Curinha - encarregada de educação do 3ºA	E-mail		"Penso que poderia haver SEMPRE a opção de sopa passada. Sopa sem ser passada e sopa passada (creme). Os meninos escolhiam a que levar."	Resposta ao e-mail: "A elaboração das ementas do refeitório do Agrupamento de Escolas do Crato, segue as "Orientações sobre Ementas e Refeitórios Escolares" da DGE (envio, em anexo, para conhecimento), que se aplica desde o pré-escolar ao secundário. Neste documento está referido, na página 11, o seguinte: "A frequência da sopa passada ou triturada (cremes ou aveludados) deve ser limitada num máximo a duas por semana, pois é importante, do ponto de vista fisiológico, promover a mastigação.". Neste sentido, sendo o refeitório escolar um espaço destinado a assegurar aos alunos uma alimentação saudável, completando a função educativa da escola, pretende, não só auxiliar no desenvolver do processo da mastigação, como ensinar e incentivar o consumo de hortícolas "inteiras" na sopa."

Crato, 03 de abril de 2022

Patrícia Raquel Pedro de Marques

Técnica Superior de Nutrição Humana e
Qualidade Alimentar do Município do Crato