

Eco-escolas – Alimentação Saudável e Sustentável

Ano letivo 2024/2025

Brigada das Cantinas – 1º ciclo (4ºano)

Temas que foram analisados pela Brigada da Cantina

- Higienização das mãos pelos utentes do refeitório antes das refeições;
- Higienização da cantina e dos funcionários;
- Utilização de telemóveis, tablets, etc. durante a refeição;
- Cumprimento das regras de bom comportamento no refeitório;
- Quantidade de restos e refeições sobrantes e o devido destino;
- Quantidade de refeições sobrantes e devido destino;
- Separação de resíduos e realização de compostagem;
- Consumo da totalidade da refeição e nível de desperdício alimentar;
- Sensibilizar para o conceito da “dose certa”, junto quer dos jovens quer dos funcionários;
- Satisfação com a refeição apresentada e sugestões de pratos para a ementa;
- Ementa saudável e variada;
- Consumo de fruta, sopa e vegetais (cozinhados ou saladas)
- Níveis de ruído no refeitório e fila de almoço;
- Temperatura na fila de almoço, refeitório e cozinha;
- Organização da fila para o refeitório e registo das refeições não reservadas.

Número de alunos envolvidos

Esta atividade foi dinamizada pelos alunos das turmas do 4ºA e 4ºB, com 23 alunos.

Todos os alunos da escola do pré-escolar, 1º, 2º e 3º ciclos (total de 254 alunos), foram envolvidos na dinâmica através dos diversos aspetos analisados ao longo dos dias de Brigada das Cantinas. Além destes, o pessoal docente e não docente também participou nesta dinâmica, sempre que almoçou no refeitório escolar.

Como foi realizada a distribuição de tarefas e a frequência de intervenção?

Nas Atividades de Enriquecimento Curricular, nomeadamente na AEC “Sabores e Tradições”, foi sugerido pelos alunos, quais a metodologias que gostariam de utilizar.

Posteriormente foram elaborados grupos de 2 e distribuídas as tarefas pelos mesmos, como consta na seguinte tabela.

Função		Check-list						Fotografias + Registrar o ruído e temperatura no refeitório						Contabilizar e incentivar a higienização das mãos						Contabilizar refeições não reservadas e orientar a passagem dos cartões/fila de almoço						Inquérito de satisfação aos utilizadores do refeitório						Incentivo ao consumo da refeição completa e promover a diminuição do desperdício alimentar						Pesagem dos restos e registo do número de refeições sobrantes					
Horário		12h às 13h45																								13h45 - 14h																	
Mês		Maio						Maio						Maio						Maio						Maio						Maio											
Dia		13	15	16	19	20	21	13	15	16	19	20	21	13	15	16	19	20	21	13	15	16	19	20	21	13	15	16	19	20	21	13	15	16	19	20	21						
A	Alice + Gabriela	x							x							x																						x					
B	Carminho + Mickaela		x							x							x																					x					
C	Miguel + Gonçalo C.			x							x							x																			x						
D	Tiago + Salvador				x							x							x																		x						
E	Filipa + Leonor A.					x							x	x																							x						
F	Gonçalo + Dinis						x	x							x																						x						
G	Ket + Constança															x											x										x						
H	Petra + Santiago																x											x									x						
I	Diego + Simão																	x											x								x						
J	Leonor R. + João																	x											x								x						
K	Lourenzo + José																		x							x	x										x						
L	Rafael																		x	x									x								x						

A frequência da Brigada das Cantinas foi tida em conta os horários em que os alunos tinham maior facilidade em ser dispensados das aulas. Foi realizado apenas um turno, que trabalhava entre as 12h e as 14h e abrangia todos os utilizadores do refeitório escolar.

Foi realizada a Brigada durante 6 dias (13, 15, 16, 19, 20 e 21 de maio de 2025).

Como foi feita a divulgação à comunidade educativa?

Foram realizadas 3 sessões na AEC Sabores e Tradições, na turma do 4ºA e 4ºB, pela Técnica Superior de Nutrição Humana e Qualidade Alimentar.

Na primeira sessão foi apresentado o projeto, discutidas ideias de como implementar o mesmo e definiu-se quais a metodologia a utilizar.

Na segunda sessão, foram recapitulados os grupos de trabalho e a tarefa que cada grupo iria ter.

Na terceira sessão, foram apresentados os resultados da Brigada das Cantinas e discutidas quais as possíveis soluções a implementar, para melhorar os aspetos negativos observados. Os alunos elaboraram cartazes para incentivar os colegas a cumprir as regras do refeitório, diminuir o desperdício alimentar, evitar o uso do telemóvel à refeição, incentivar a higienização das mãos e promover o consumo de fruta, sopa e vegetais.

Quais a metodologia de monitorização?

As metodologias de monitorização a utilizar foram escolhidas pelos alunos do 4ºano e constaram no seguinte:

- Check list:
 - Critérios a avaliar escolhidos pela Brigada;
 - Avaliação na cozinha, no refeitório e na higienização das mãos pelos alunos;
 - As check-lists foram realizadas em formato digital, através de um formulário online, num tablet;
- Contagem do número de alunos que higienizaram as mãos e sensibilização para a sua higienização;
- Inquérito de satisfação:
 - Critérios a avaliar escolhidos pela Brigada;
 - Inquérito realizado aos utilizadores do refeitório, pela Brigada;
 - Realizado em formato digital, através de um formulário online, num tablet;
 - Foi colocado um cartaz com o QR Code, através do qual os utilizadores também podiam fazer o formulário.
- Registo fotográfico:
 - Utilizaram a câmara fotográfica da escola;
 - Foram registando fotograficamente os critérios avaliados na *check list*, os pratos apresentados, os colegas a desenvolver as funções e outros aspetos que consideraram relevantes;
- Incentivo ao consumo do total da refeição (sopa, prato, salada e fruta) e promoção da diminuição do desperdício alimentar;



- Contabilização das refeições não reservadas, orientar a passagem dos cartões e da organização da fila;
- Avaliação do nível de ruído do refeitório através de medidor de ruído;
- Avaliação da temperatura do refeitório, cozinha e zona da fila de almoço através de um medidor de temperatura;
- Registo do número de refeições sobrantes e registo do destino;
- Registo do peso dos restos ao final da refeição e registo do destino.

Material utilizado

- Pranchetas;
- 2 tablets;
- 1 máquina fotográfica;
- 12 coletes do Eco-Escolas;
- Aparelho que regista o ruído e a temperatura;
- Computador situado no refeitório;
- Material de papelaria.

Estratégias de comunicação de divulgação da atividade e dos resultados, na escola

Foram projetados os resultados da atividade na televisão da sala de convívio comum a toda a comunidade escolar. Foi também divulgado nas redes sociais e site do Agrupamento.

Os alunos do 4ºano fizeram cartazes que incentivaram a higienização das mãos, a não utilização de telemóveis à refeição, o consumo de uma alimentação saudável e sustentável, a diminuição do desperdício alimentar, entre outros.

Apresentação dos resultados obtidos

Resultados da contagem do número de alunos que higienizaram as mãos

Brigada composta por alunos do 4ºA e B						
Critérios a contabilizar	Data					
	Maio 2025					
	Dia 13	Dia 15	Dia 16	Dia 19	Dia 20	Dia 21
Quantidade de alunos que lavaram as mãos	55	29	17	28	35	29
Quantidade de alunos que não lavaram as mãos	104	111	59	48	116	23
Número total de alunos analisados	159	140	76	76	151	52
% de alunos que lavaram as mãos	35%	21%	22%	37%	23%	56%
% de alunos que não lavaram as mãos	65%	79%	78%	63%	77%	44%
Brigada composta por:	Filipa e Leonor Aires	Gonçalo O. e Dinis	Alice R. e Gabriela	Carminho e Mickaela	Miguel e Gonçalo C.	Tiago e Salvador

Análise dos resultados:

Com base no quadro anterior, podemos referir que:

- A percentagem maior foi a de alunos que não lavaram as mãos, exceto no último dia brigada das cantinas;
- É essencial incentivar os alunos a higienizarem as mãos antes de almoçar e dar a conhecer os perigos de não lavarem as mãos antes de comer.

Resultados da medição do ruído e da temperatura

Brigada composta por alunos do 4ºA e B							
Critérios a contabilizar	Data						
	Maio de 2025						
	Dia 13	Dia 15	Dia 16	Dia 19	Dia 20	Dia 21	
Ruído máximo registado	Ruído na fila de almoço	102 dB	79,6 dB	100,6 dB	107,3 dB	100 dB	109,5 dB
	Junto das crianças do pré-escolar	106 dB	99,6 dB	Não foi registado	Não foi registado	Não foi registado	Não foi registado
	Junto dos alunos do 1º ciclo	110 dB	109,4 dB	105 dB	101,6 dB	99,9 dB	95 dB
	Junto dos alunos do 2º e 3º ciclos	105 dB	123 dB	94,6 dB	106,9 dB	93 dB	92 dB
Temperatura	Zona da fila de almoço	24,7°C	23,5°C	22,1°C	25,4°C	23,7°C	22,9°C
	Refeitório	25°C	22,4°C	22,3°C	24,8°C	23,5°C	22,9°C
	Cozinha	26,2°C	22,6°C	21,8°C	25,2°C	23,1°C	24,1°C
Brigada composta por:		Gonçalo O.	Alice e Gabriele	Mickaela e Carminho	Miguel e Gonçalo C.	Tiago e Salvador	Leonor A.

Análise dos resultados:

Com base no quadro anterior, podemos referir que:

- O valor de ruído, mais alto registado foi de 123 dB, medido no refeitório, durante o almoço do 2º e 3º ciclo;
- O valor do ruído, mais baixo registado, foi de 79,6 dB, medido na fila de almoço;
- Se compararmos o ruído registado durante ao almoço do 1º ciclo com o ruído registado durante o almoço do 2º e 3º ciclo, pode referir-se que os valores são bastante idênticos;
- No que diz respeito ao ruído registado no refeitório, enquanto o pré-escolar almoçava, não podemos tirar conclusões, pois foi uma amostra bastante pequena (apenas 2 dias);
- Relativamente à temperatura, o valor mais alto medido foi de 26,2°C, no espaço da cozinha;
- O valor mais baixo medido de temperatura registado, foi de 21,8°C, também registado no espaço da cozinha;
- Esta variação de temperatura dentro da cozinha, pode dever-se ao método de confeção utilizado em cada dia e à temperatura exterior.

Resultados da pesagem de restos das refeições

Brigada composta por alunos do 4ºA e B

Critérios a contabilizar	Data					
	Maio					
	Dia 13	Dia 15	Dia 16	Dia 19	Dia 20	Dia 21
Ementa do dia	Sopa de feijão-verde + Lulas com arroz	Sopa de delícias do mar + pescada com batata e ovo	Sopa de espinafres + Arroz de pato	Sopa de couve-flor + Hambúrguer com massa	Sopa de ervilhas + Tiras de choco com arroz cenoura	Sopa de espinafres + Jardineira
Número total de refeições	223	211	203	194	229	213
Peso dos restos	8kg	6,5kg	4,5kg	4,4kg	8kg	14kg

Análise dos resultados:

Com base no quadro anterior, podemos referir que:

- O valor de sobras mais baixo registado foi de 4,4kg e o mais alto foi de 14kg;
- Salienta-se que o dia em que houve mais quantidade de sobras (dia 21), não foi o dia em que se registaram mais almoços (dia 20); pode tior-se a conclusão que os alunos não apreciaram o prato do dia 21 (Jardineira);
- Pelo contrário, nota-se que no dia em que houve menos refeições (dia 19), foi no dia que houve menos sobras.

Resultados da medição da quantidade de refeições sobrantes

Brigada composta por alunos do 4ºA e B					
Dia	Número total de refeições sobrantes	Sopa		Prato principal	
		Nome da sopa	Nº total de doses sobrantes	Nome do prato	Nº total de doses sobrantes
13/mai	223	Feijão-verde	7	Arroz	7
15/mai	211	Delícias do mar	4	Pescada com batata	7
16/mai	203	Espinafres	6	Arroz de pato	5
19/mai	194	Couve-flor	7	Hambúrguer com massa	10
20/mai	229	Ervilhas	7	Tiras de choco com arroz	6
21/mai	213	Espinafres	6	Jardineira	8

Análise dos resultados:

Com base no quadro anterior, podemos referir que:

- O valor de sobras mais baixo registado relativamente à sopa foi no dia 15 de maio, com apenas 4 doses de sopa de delícias do mar e o valor mais alto registado foi de 7 doses nos dias da sopa de feijão-verde, da sopa de couve-flor e da sopa de ervilhas;
- No dia 20 de maio, foi quando foi registado menos quantidade de sobras do prato principal (tiras de choco com arroz), com 5 doses e no dia 19 de maio foi registado o máximo, com 10 doses de hambúrgueres com massa;
- Saliente-se que registam-se vários alunos por dia que reservam a refeição, mas no dia não vão almoçar, contribuindo para estes valores e para o desperdício alimentar.

A brigada registou que as refeições sobrantes são distribuídas por famílias carenciadas sinalizadas pela ação social escolar.

Resultado da contabilização das refeições não reservadas

Brigada composta por alunos do 4ºA e B

Critérios a contabilizar	Data					
	Maio de 2025					
	Dia 13	Dia 15	Dia 16	Dia 19	Dia 20	Dia 21
Total de refeições não reservadas	13	4	2	5	7	1
Refeições pagas	9	3	2	1	4	1
Refeições não pagas	4	1	0	4	3	0

Análise dos resultados:

Com base no quadro anterior, podemos referir que:

- O número mais alto de refeições não reservadas registado foi de 13 alunos e o mais baixo foi de 1 aluno;
- No que diz respeito ao pagamento das refeições, nota-se que na maioria dos dias, foram mais os alunos que tinham dinheiro no cartão, logo pagaram na hora as refeições.

Resultados da Check-list:

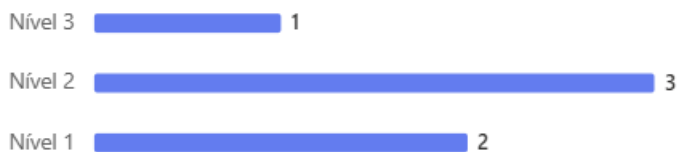
A check-list foi respondida 1 vez por dia por 2 membros da brigada das cantinas, que rodavam em cada dia.

1. Organização da fila de almoço? (0 ponto)

[Mais](#)

Análise das respostas: Na pergunta “1. Organização da fila de almoço”, o nível mais votado foi o nível 1, com 3 respostas, seguido do nível 3, com 2 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério não foi unânime entre os alunos que compuseram a Brigada das cantinas, sendo difícil tirar conclusões.

2. Lavagem das mãos pelos alunos? (0 ponto)

[Mais](#)

Análise das respostas: Na pergunta “2. Lavagem das mãos pelos alunos?”, o nível mais votado foi o nível 2, com 3 respostas, seguido do nível 1, com 2 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi intermédia, pois houve mais votos no nível intermédio e no nível mais baixo. Sendo assim necessário alertar os alunos para a importância de higienizarem as mãos antes de almoço.

3. Limpeza do refeitório? (0 ponto)

[Mais](#)

Análise das respostas: Na pergunta “3. Limpeza do refeitório?”, o nível mais votado foi o nível 3, com 3 respostas, seguido do nível 1, com 2 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério não foi unânime entre os alunos que compuseram a Brigada das cantinas, sendo difícil tirar conclusões.

4. Utilização de fardas e tocas pelas cozinheiras? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “4. Utilização de fardas e tocas pelas cozinheiras?”, o nível mais votado foi o nível 3, com 4 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi muito positiva.

5. Educação por parte das funcionárias do refeitório? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “5. Educação por parte das funcionárias?” o nível mais votado foi o nível 3, com 4 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi muito positiva.

6. Educação por parte dos alunos? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “6. Educação por parte dos alunos?”, o nível mais votado foi o nível 1, com 3 respostas, seguido do nível 2, com 2 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi negativa, pois houve mais votos no nível mais baixo e no nível intermédio. Sendo assim necessário alertar os alunos para a importância da educação com as funcionárias e outros utilizadores do refeitório.

7. Barulho no refeitório? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “7. Barulho no refeitório?”, ambos os níveis 1 e 3 tiveram a mesma pontuação. Nesta questão houve uma discrepância que se pode associar aos alunos terem ficado baralhados com a forma como a questão foi colocada, respondendo de forma errada. Não é, por isso, justo tirar conclusões desta questão.

8. Utilização do telemóvel pelos alunos? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “8. Utilização do telemóvel pelos alunos?”, o nível mais votado foi o nível 1, com 3 respostas, seguido do nível 2, com 2 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi negativa, pois houve mais votos no nível mais baixo e no nível intermédio. Sendo assim necessário alertar os alunos para o cumprimento das regras do refeitório, nomeadamente a não utilização do telemóvel às refeições.

9. Quantidade de comida que vem nos pratos quando chegam? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “9. Quantidade de comida que vem nos pratos?”, o nível mais votado foi o nível 3, com 3 respostas, seguido do nível 1, com 2 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi maioritariamente positiva.

10. Respeito das regras pelos alunos? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “10. Respeito pelas regras pelos alunos?”, o nível mais votado foi o nível 1, com 3 respostas, seguido do nível 3, com 2 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi maioritariamente negativa.

11. Organização ao deixar o tabuleiro? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “11. Organização ao deixar o tabuleiro?”, o nível mais votado foi o nível 1, com 3 respostas, seguido do nível 3, com 2 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi maioritariamente negativa.

12. Quantidade de comida que vai para o lixo? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “12. Quantidade de comida que vai para o lixo?”, todos os 3 níveis tiveram a mesma votação, pelo que não é possível tirar conclusões desta questão.

13. Destino dos restos? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “13. Destino dos restos?”, o nível mais votado foi o nível 3, com 4 resposta. Podemos referir que a avaliação deste critério foi bastante positiva.

14. Compostagem no refeitório? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “14. Compostagem no refeitório?”, o nível mais votado foi o nível 1, com 3 respostas, seguido do nível 1, com 2 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi maioritariamente negativa, sendo referido que não existe compostagem dos alimentos do refeitório.

15. Reciclagem no refeitório? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “15. Reciclagem no refeitório?”, o nível mais votado foi o nível 3, com 3 respostas, seguido do nível 3, com 2 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi maioritariamente positiva, sendo referido que existe reciclagem do cartão no refeitório.

16. Lavagem dos dentes após a refeição? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

 Nível 3  1

Nível 2

 Nível 1  5

Análise das respostas: Na pergunta “16. Lavagem dos dentes após a refeição?”, o nível mais votado foi o nível 1, com 5 respostas, seguido do nível 3, com 1 resposta. Podemos referir que a avaliação deste critério foi negativa, sendo referido que não há registo de alunos a lavar os dentes após as refeições.

Resultado do inquérito de satisfação aos utilizadores do refeitório

Brigada composta por alunos do 4ºA e B						
Critérios a contabilizar	Data					
	Maio de 2025					
	Dia 13	Dia 15	Dia 16	Dia 19	Dia 20	Dia 21
Número de respostas por dia	29	24	14	23	14	17
Total de respostas	121					

Análise dos resultados: Com base no quadro anterior, podemos referir que no dia em que se registaram mais inquéritos respondidos foi no dia 13, com 29 respostas, e no dia que se registaram menos inquéritos realizados foi no dia 16 e 20, com 14 respostas em cada dia;

1. Avaliação geral da refeição? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

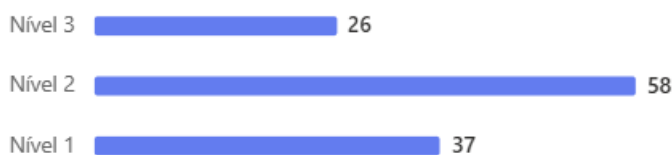
 Nível 3  43

 Nível 2  58

 Nível 1  20

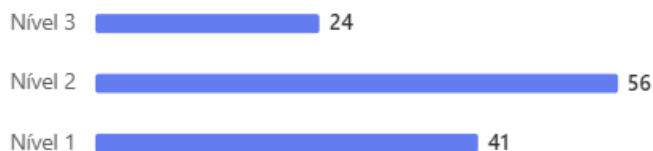
Análise das respostas: Na pergunta “1. Avaliação geral do refeitório”, o nível mais votado foi o intermédio, com 58 respostas, seguido do nível 3, com 43 respostas. Podemos referir que a avaliação geral foi positiva.

2. Respeito das regras pelos alunos? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

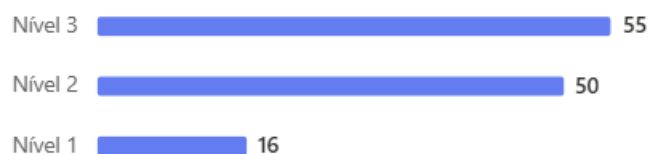
Análise das respostas: Na pergunta “2. Respeito pelas regras do refeitório?”, o nível mais votado foi o intermédio, com 58 respostas, seguido do nível 1, com 37 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi médio, pois houve muitos votos no nível intermédio e no nível mais baixo. Sendo assim necessário alertar os alunos para o respeito pelas regras do refeitório.

3. Organização da fila de almoço? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

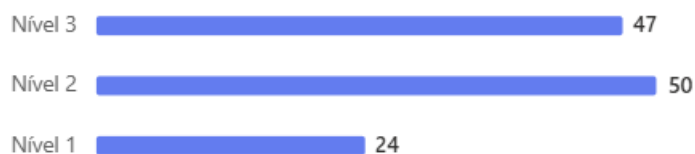
Análise das respostas: Na pergunta “3. Organização da fila de almoço”, o nível mais votado foi o intermédio, com 56 respostas, seguido do nível 1, com 41 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério também foi média, pois houve muitos votos no nível intermédio e no nível mais baixo. Sendo assim necessário alertar os alunos para a melhor organização da fila de almoço e respeito pelas regras.

4. Educação por parte das funcionárias do refeitório? (0 ponto)



Análise das respostas: Na pergunta “4. Educação por parte das funcionárias do refeitório?”, o nível mais votado foi o mais alto (3), com 55 respostas, seguido do nível 2, com 50 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi positiva, pois houve muitos votos no nível mais alto e intermédio.

5. Utilização de fardas e tocas pelas cozinheiras? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

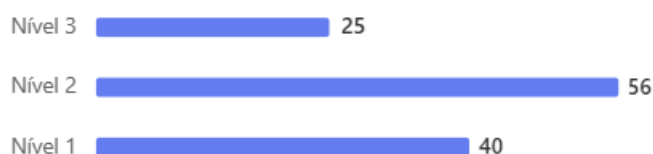
Análise das respostas: Na pergunta “5. Utilização de fardas e tocas pelas cozinheiras?”, o nível mais votado foi o intermédio, com 50 respostas, seguido do nível 3, com 47 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério também foi positiva, pois houve muitos votos no nível intermédio e no nível mais alto.

6. Limpeza do refeitório? (0 ponto)



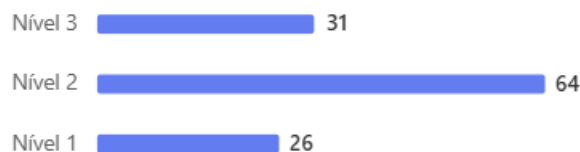
Análise das respostas: Na pergunta “6. Limpeza do refeitório?”, o nível mais votado foi o intermédio, com 53 respostas, seguido do nível 3, com 36 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi média, pois houve muitos votos no nível intermédio, seguido com idêntico valor nos dois outros níveis (acima e abaixo).

7. Educação por parte dos alunos? (0 ponto)



Análise das respostas: Na pergunta “7. Educação por parte dos alunos?”, o nível mais votado foi o intermédio, com 56 respostas, seguido do nível 1, com 40 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério também foi média, pois houve muitos votos no nível intermédio e no nível mais baixo. Sendo assim necessário alertar os alunos para melhorarem a educação com as funcionárias e os outros utilizadores do refeitório.

8. Organização ao deixar o tabuleiro? (0 ponto)

2.04Classificação
Média

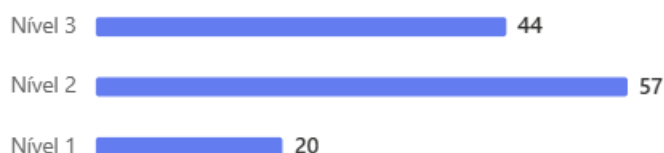
Análise das respostas: Na pergunta “8. Organização ao deixar o tabuleiro?”, o nível mais votado foi o intermédio, com 64 respostas, seguido do nível 3, com 31 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi positiva, pois houve muitos votos no nível intermédio e no nível mais alto.

9. Barulho no refeitório? (0 ponto)

1.92Classificação
Média

Análise das respostas: Na pergunta “9. Barulho no refeitório?”, o nível mais votado foi o mais baixo, com 51 respostas, seguido do nível 1, com 41 respostas. Nesta questão houve uma discrepância que se pode associar aos alunos terem ficado baralhados com a forma como a questão foi colocada, respondendo de forma errada. Não é, por isso, justo tirar conclusões desta questão.

10. Quantidade de comida que é servida nos pratos? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)**2.20**Classificação
Média

Análise das respostas: Na pergunta “10. Quantidade de comida que é servida nos pratos?”, o nível mais votado foi o intermédio, com 57 respostas, seguido do nível 3, com 44 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi positiva, pois houve muitos votos no nível intermédio e no nível mais alto.

11. Variedade das ementas? (0 ponto)



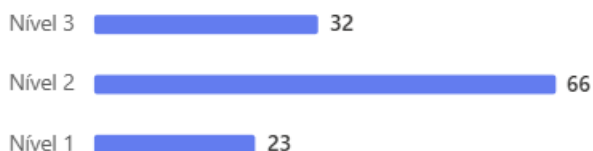
Análise das respostas: Na pergunta “11. Variedade das ementas?”, o nível mais votado foi o intermédio, com 54 respostas, seguido do nível 3, com 39 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério também foi positiva, pois houve muitos votos no nível intermédio e no nível mais alto.

12. Quantidade de comida que vai para o lixo? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “12. Quantidade de comida que vai para o lixo?”, o nível mais votado foi o intermédio, com 50 respostas, seguido do nível 2, com 36 respostas e o nível 3 com 35 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi média, pois houve muitos votos no nível intermédio e as respostas registadas nos outros 2 níveis foi bastante idêntica. É essencial alertar os alunos para a necessidade de diminuição do desperdício alimentar.

13. Destino dos restos? (0 ponto)

[Mais detalhes](#)

Análise das respostas: Na pergunta “13. Destino dos restos”, o nível mais votado foi o intermédio, com 66 respostas, seguido do nível 3, com 32 respostas. Podemos referir que a avaliação deste critério foi positiva, pois houve muitos votos no nível intermédio e no nível mais alto.

Resultados das sugestões de pratos

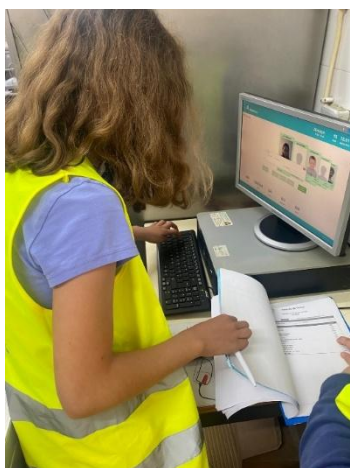
- Carne com batatas fritas
- Pizza
- Ovos rotos
- Lasanha
- Hambúrguer
- Strogonoff
- Ovo estrelado
- Tacos
- Frango com batatas fritas
- Sushi
- Cachorro quente
- Francesinha
- Bifanas
- Bacalhau
- Esparguete à bolonhesa
- Melancia
- Cerejas
- Morangos
- Nêsperas
- Pitaya
- Sobremesas
- Mais jarros de água
- Sumo natural de laranja
- Sumol
- Icetea de Manga

Resultados das sugestões de melhorias gerais para o refeitório

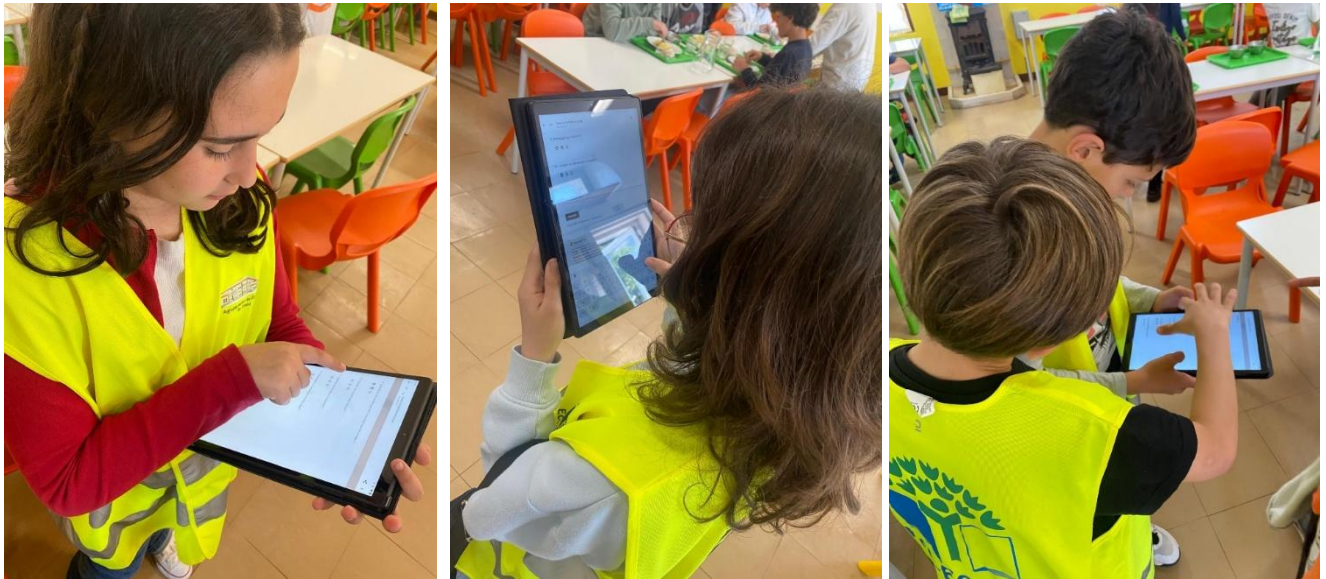
- Haver menos barulho
- Colocarem música de fundo
- Melhor organização da fila
- Mudar a disposição do refeitório
- Colocarem uma televisão
- Mudarem os cortinados
- As cozinheiras usarem sempre touca
- Colocarem ar condicionado
- Mudarem o chão do refeitório
- Servirem a sopa sempre quente

Registo fotográfico da Brigada das Cantinas em ação

- Contabilização das refeições não reservadas, orientar a passagem dos cartões e da organização da fila



- *Check list:*



- Promoção da diminuição do desperdício alimentar e incentivo ao consumo do total da refeição (sopa, prato, salada e fruta):



- Contagem do número de alunos que higienizaram as mãos



- Registo do ruído e temperatura



- Inquérito de satisfação ao final da refeição e solicitação sugestões para sopas e pratos a inserir nas ementas do refeitório





- Lavagem dos tabuleiros e talheres



- Pesagem dos restos

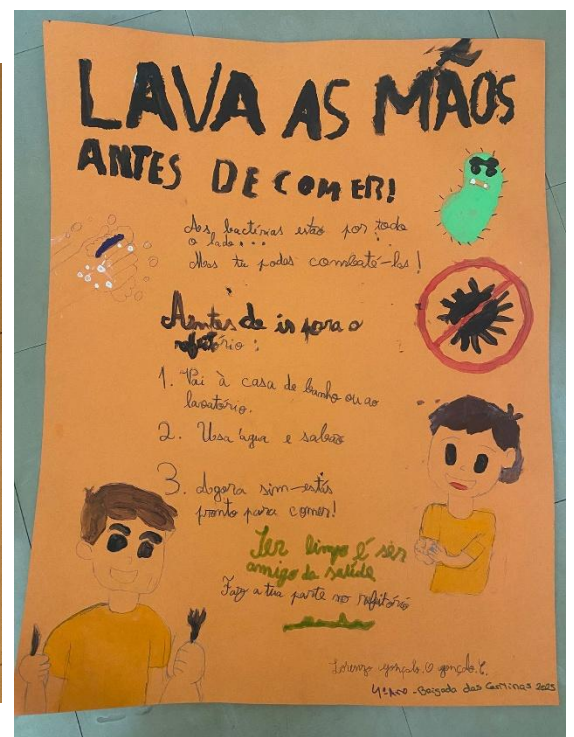
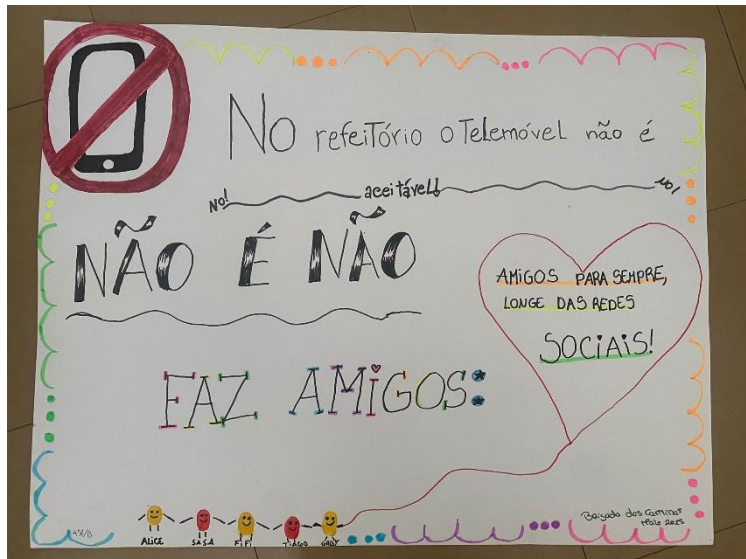


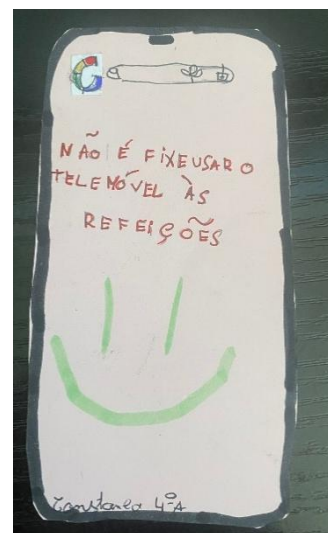
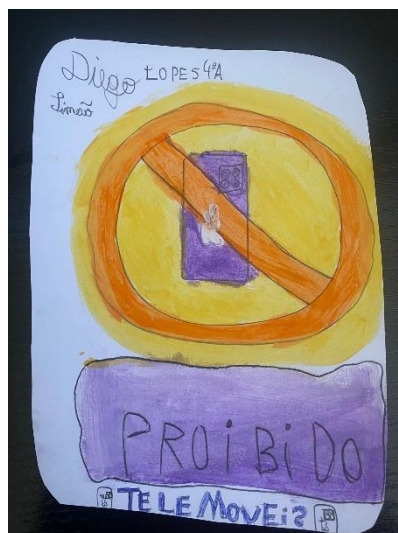
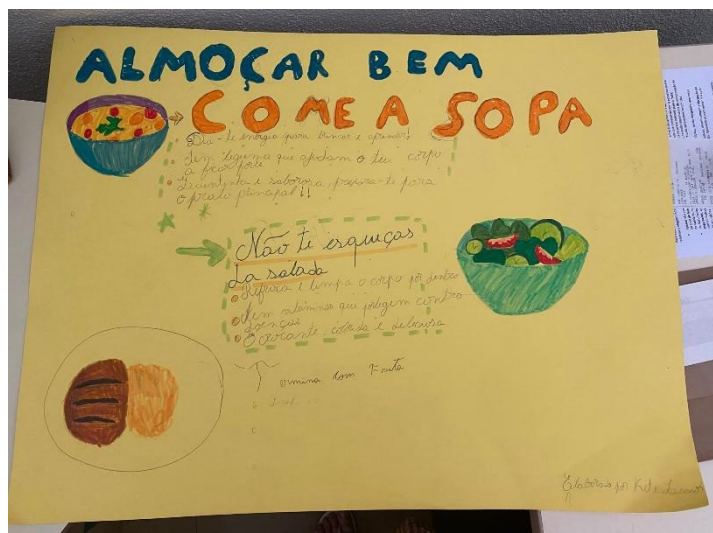
- Pratos/tabuleiros





- Cartazes elaborados pela Brigada das Cantinas





Crato, 27 de maio de 2025



Alunos do 4ºA e 4ºB com a colaboração da
Técnica Superior de Nutrição Humana e
Qualidade Alimentar