

GUIA DE QUALIDADE

Frutas, Legumes, Verduras e Ovos



ORIENTAÇÕES SOBRE A QUALIDADE DE FRUTAS, LEGUMES, VERDURAS E OVOS ADQUIRIDOS PELOS CEIS PARCEIROS PARA O PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



**SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**

2020

BRUNO COVAS
Prefeito da Cidade de São Paulo
SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO - SME

Bruno Caetano
Secretário

Mineia Paschoaleto Fratelli
Secretária Adjunta

Pedro Rubens Jeha
Chefe de Gabinete

COODERNADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Josselia Aparecida Fosia Carneiro da Fontoura
Coordenadora da Coordenadoria

Claudia Lopes Macedo

Diretora da Divisão de Nutrição Escolar

Amanda Bianchi Leonardo Rodrigues

Coordenadora do Núcleo de Supervisão

Elaboração e Diagramação:

Ana Carolina Lima

Ana Paula Nicoli Lameda

Carolina Sousa Coelho Dias

Caroline Goodman

Samara Breda

Nutricionistas

Núcleo de Supervisão

Apresentação

É com grande satisfação que apresentamos este guia de qualidade, elaborado pela Coordenadoria de Alimentação Escolar.

As especificações das Frutas, Verduras, Legumes e Ovos (FLVOs) foram feitas de modo a proporcionar uma alimentação saudável e variada. As variedades aqui expostas são sugestões, podendo ser adquiridas outras não mencionadas neste guia.

A compra dos alimentos elencados neste Guia de Qualidade será feita pelo Centro de Educação Infantil (CEI) da Rede Parceira, seguindo a Instrução Normativa SME nº 7 e nº 8 de 2019. Os alimentos devem ser adquiridos em quantidades adequadas conforme “Planilha de Quantidade de Compras e Porcionamento de FLVOs e Carnes” (disponibilizada pela CODAE), instrumento que auxilia no cálculo da compra semanal desses alimentos. O fornecimento destes alimentos às crianças deverá ser feito conforme o porcionamento estabelecido por CODAE para cada faixa etária de atendimento.

Este material é uma ferramenta para auxiliar na compra e no recebimento de alimentos e traz orientações quanto a sua qualidade, variedade, peso e defeitos que poderão ou não ser tolerados.

É indispensável a conferência de qualidade e da quantidade NO ATO DO RECEBIMENTO/COMPRA. As informações aqui descritas irão auxiliar na garantia da qualidade dos itens entregues e utilizados nas unidades.

Este guia contém orientações de danos e defeitos internos que tornam o alimento impróprio para o consumo, mas que não são possíveis de serem observados no recebimento. Nestes casos, é importante acordar com o fornecedor para possíveis trocas/ substituições desses alimentos.

O que levar em conta na hora da compra dos FLVOs?

Escolha um fornecedor que tenha CNPJ, forneça nota fiscal e apresente um local de trabalho limpo e organizado. Na hora da entrega, receba somente alimentos íntegros, frescos e com grau de maturação adequado para o consumo. Recuse alimentos que estejam podres, embolorados, amassados, passados. Prefira alimentos que estejam na safra, garantindo assim maior qualidade nutricional e preços mais acessíveis.

Sempre que possível, dê preferência a compra de alimentos da agricultura familiar, orgânicos ou agroecológicos e priorize agricultores locais, promovendo além da alimentação saudável, a variedade, sustentabilidade ambiental e a valorização do comércio de sua região.

Contamos ainda com a colaboração dos cozinheiros, com sua criatividade no preparo dos alimentos e variações dos pratos, e de todos os profissionais envolvidos, para que os alimentos comprados, principalmente as verduras, legumes e raízes/tubérculos tenham uma boa aceitação e, com isso, possamos melhorar cada vez mais os hábitos na alimentação. A saúde agradece!

Sumário

FRUTAS

Abacate (<i>Persea americana</i>)	07
Abacaxi (<i>Ananas comosus</i>)	08
Acerola (<i>Malpighia glabra</i>)	10
Ameixa (<i>Prunus salicina Lindl.</i>)	11
Banana (<i>Musa sp.</i>)	12
Caju (<i>Anacardium occidentale L.</i>)	14
Caqui (<i>Diospyros kaki</i>)	15
Goiaba (<i>Psidium guajava</i>)	16
Kiwi (<i>Actinidia deliciosa</i>)	17
Laranja (<i>Citrus sinensis</i>)	18
Limão (<i>Citrus latifolia</i>)	19
Maçã (<i>Malus X domestica</i>)	20
Mamão (<i>Carica papaya</i>)	21
Manga (<i>Mangifera indica</i>)	22
Maracujá (<i>Passiflora edulis Sims f. Flavicarpa</i>)	23
Melancia (<i>Citrullus lanatus</i>)	24
Melão (<i>Cucumis melo</i>)	25
Morango (<i>Fragaria x ananassa Duchesne ex Rozier</i>)	26
Pera (<i>Pyrus communis</i>)	27
Pêssego (<i>Prunus persica</i>)	28
Tangerina (<i>Citrus sp.</i>)	29
Uva (<i>Vitis spp.</i>)	30

HORTALIÇAS

Abóbora (<i>Cucurbita moschata</i>)	32
Abobrinha (<i>Cucurbita pepo</i>)	33
Acelga (<i>Brassica pekinensis</i>)	34
Agrião (<i>Nasturtium officinale WT Aiton</i>)	35
Alface (<i>Lactuca sativa</i>)	36
Alho (<i>Allium sativum</i>)	37

Almeirão (<i>Cichorium intybus L.</i>).....	38
Batata (<i>Solanum tuberosum</i>).....	39
Batata doce (<i>Ipomea batatas</i>).....	40
Berinjela (<i>Solanum melongena</i>).....	41
Beterraba (<i>Beta vulgaris</i>)	42
Brócolis (<i>Brassica oleracea var. italica</i>).....	43
Cará (<i>Dioscorea sp.</i>).....	44
Catalonha (<i>Cichorium intybus L.</i>)	45
Cebola (<i>Allium cepa</i>)	46
Cebolinha (<i>Allium schoenoprasum e Allium fistulosum</i>)	47
Cenoura (<i>Daucus carota</i>).....	48
Chuchu (<i>Sechium eduli</i>).....	50
Couve flor (<i>Brassica oleracea var. botrytys</i>).....	51
Couve manteiga (<i>Brassica oleracea var. acephala</i>)	52
Escarola (<i>Cichorium endivia</i>)	53
Espinafre (<i>Tetragonia expansa Murray</i>)	54
Inhame (<i>Colocasia esculenta</i>)	55
Mandioca (<i>Manihot esculenta</i>).....	56
Mandioquinha (<i>Arracacia xantorrhiza</i>)	57
Milho verde (<i>Zea mays</i>)	58
Mostarda (<i>Brassica juncea Csern</i>)	59
Nabo (<i>Brassica rapa L.</i>)	60
Pepino (<i>Cucumis sativus</i>)	61
Pimentão (<i>Capsicum annuum L.</i>).....	62
Quiabo (<i>Hibiscus esculentus L.</i>)	63
Rabanete (<i>Raphanus sativus L.</i>)	64
Repolho (<i>Brassica oleracea var. capitata</i>)	65
Rúcula (<i>Eruca sativa Mill.</i>)	66
Salsa (<i>Petroselinum crispum</i>).....	67
Tomate (<i>Lycopersicon esculentum</i>)	68
Vagem (<i>Phaseolus vulgaris</i>)	69
Ovos	70
TABELAS DE SAZONALIDADE	71

Frutas



Abacate (Persea americana)



Margarida



Fortuna



Geada



Quintal



Breda

Variedade: Margarida, Fortuna, Geada, Breda e Quintal.

Orientações para o recebimento:

Os abacates deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o abacate apresentar:



Dano por
praga



Ferimento



Passado



Podre

Danos aceitáveis:

Abacates são frutas que facilmente ficam com manchas escuras. Se apresentarem danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo estes deverão ser recebidos.

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	38g	75g
1 ano a 1 ano e 11 meses	60g	120g
2 anos a 3 anos e 11 meses	60g	120g
4 a 6 anos	60g	120g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Abacaxi (*Ananas comosus*)



Pérola



Havaí



Gomo de mel

Variedade: Pérola, Havaí e Gomo de mel.

Orientações para o recebimento:

Os abacaxis deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o abacaxi apresentar:



Podridão



Amassado



Sem coroa



deformação grave



Ferimento



Queimado de sol grave



Passado



Imaturo



Defeito de polpa

Abacaxi (*Ananás comosus*)

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, como pequenas deformações.



Coroa múltipla



Coroa danificada



Coroa torta



Deformação

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobre mesa
6 a 11 meses	38g	75g
1 ano a 1 ano e 11 meses	60g	120g
2 anos a 3 anos e 11 meses	60g	120g
4 a 6 anos	60g	120g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Acerola (*Malpighia glabra*)



Manoa Sweet



Cabocla



Rubra

Variedade: Manoa Sweet, Cabocla, Rubra.

Orientações para o recebimento:

As acerolas deverão estar frescas e sãs, isentas de danos ou lesões de origem física, mecânica ou biológica que afetem sua aparência e utilização. Estar maduras o suficiente para suportar a manipulação, transporte e armazenamento em condições adequadas para o consumo, isentas de substâncias terrosas, sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície, além de não apresentarem umidade externa anormal e resíduos de defensivos agrícolas e/ou outras substâncias tóxicas.

Não receber se a acerola apresentar:



Passada



Ferimento



Podridão



Danos
por praga

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobre mesa
6 a 11 meses	25g	50g
1 ano a 1 ano e 11 meses	40g	80g
2 anos a 3 anos e 11 meses	40g	80g
4 a 6 anos	40g	80g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Ameixa (*Prunus salicina Lindl.*)



Nacional

Estrangeira

Variedade: Nacional e Estrangeira.

Orientações para o recebimento:

As ameixas deverão estar frescas, sãs, inteiras, limpas e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se a ameixa apresentar:



Podridão



Imatura



Defeito
de polpa



Ferimento



Murcha

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	25g	50g
1 ano a 1 ano e 11 meses	40g	80g
2 anos a 3 anos e 11 meses	40g	80g
4 a 6 anos	40g	80g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Banana (*Musa sp.*)



Nanica



Prata



Ouro



Maçã



Terra

Variedade: Nanica, Prata, Ouro, Maçã e Terra.

Peso unitário mínimo: 86g (nanica e prata) e 45g (ouro e maçã)

Orientações para o recebimento:

As bananas deverão estar frescas e sãs, isentas de danos ou lesões de origem física, mecânica ou biológica que afetem sua aparência e utilização. Estar maduras o suficiente para suportar a manipulação, transporte e armazenamento em condições adequadas para o consumo, isentas de substâncias terrosas, sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície, além de não apresentarem umidade externa anormal e resíduos de defensivos agrícolas e/ou outras substâncias tóxicas.

Não receber se a banana apresentar:



Passada



Ferimento



Dano por
praga



Casca rachada
e fruta exposta

Banana (*Musa sp.*)

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, como pequenas deformações e/ ou manchas.



Lesões e manchas
pequenas



Desenvolvimento
diferenciado



Restos
florais



Geminadas



Alterações na co-
loração da casca

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobre mesa
6 a 11 meses	1/2 unid.	1/2 unid.
1 ano a 1 ano e 11 meses	1 unid.	1 unid.
2 anos a 3 anos e 11 meses	1 unid.	1 unid.
4 a 6 anos	1 unid.	1 unid.

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Caju (*Anacardium occidentale* L.)



Orientações para o recebimento:

Os cajus deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o caju apresentar:



Podridão



Passado



Ferimento

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	25g	50g
1 ano a 1 ano e 11 meses	40g	80g
2 anos a 3 anos e 11 meses	40g	80g
4 a 6 anos	40g	80g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Caqui (*Diospyros kaki*)



Taubaté



Rama forte



Fuyu



Guiombo

Variedade: Taubaté, Rama-forte, Fuyu, Guiombo

Peso unitário mínimo: 85g

Orientações para o recebimento:

Os caquis deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor, odor e sabor característicos. Atenção principalmente à integridade da fruta, caquis amassam com facilidade o que prejudica a aceitação.

Não receber se o caqui apresentar:



Podridão



Ferimento



Passado



Amassado



Manchado



Deformado

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobre mesa
6 a 11 meses	1/2 unid.	1/2 unid.
1 ano a 1 ano e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
2 anos a 3 anos e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
4 a 6 anos	1/2 unid.	1 unid.

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Goiaba (Psidium guajava)



Vermelha



Branca

Variedade: Vermelha e Branca.

Peso unitário mínimo: 125g

Orientações para o recebimento:

As goiabas deverão estar frescas, sãs, inteiras, limpas e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se a goiaba apresentar:



Podridão

Amassada

Imatura

Defeitos de
casca graves

Dano profundo

Danos aceitáveis:



Umbigo mal
formado



Pequenas
Manchas



Deformação



Lesão
superficial

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	1/2 unid.	1/2 unid.
1 ano a 1 ano e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
2 anos a 3 anos e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
4 a 6 anos	1/2 unid.	1 unid.

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Kiwi (*Actinidia deliciosa*)



Nacional



Estrangeiro

Variedade: Nacional e Estrangeiro.

Orientações para o recebimento:

Os kiwis deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o kiwi apresentar:



Ferimento



Murcho



Imaturo



Podridão

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobre mesa
6 a 11 meses	25g	50g
1 ano a 1 ano e 11 meses	40g	80g
2 anos a 3 anos e 11 meses	40g	80g
4 a 6 anos	40g	80g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Laranja (Citrus Sinensis)



Pera Rio



Lima



Baía

Variedade: Pera Rio, Lima e Baía.

Peso unitário mínimo: 115g

Orientações para o recebimento:

As laranjas deverão estar frescas, sãs, inteiras, limpas e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se a laranja apresentar:



Podridão



Dano profundo



Lesão profunda

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobre mesa
6 a 11 meses	1/2 unid.	1/2 unid.
1 ano a 1 ano e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
2 anos a 3 anos e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
4 a 6 anos	1/2 unid.	1 unid.

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Limão (*Citrus latifolia*)



Tahiti



Galego



Cravo



Siciliano

Variedade: Tahiti, Galego e Cravo e Siciliano.

Orientações para o recebimento:

Os limões deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o limão apresentar:



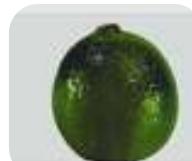
Podridão



Dano profundo



Passado



Seco



Ferimento

Danos aceitáveis:

Deformações, pequenas manchas e danos superficiais que não alterem as características do limão.



Deformado

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (tempo)
6 a 11 meses	-
1 ano a 1 ano e 11 meses	1,5g
2 anos a 3 anos e 11 meses	1,5g
4 a 6 anos	1,5g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

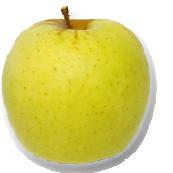
Maçã (*Malus X domestica*)



Gala



Fuji



Golden



Red



Granny Smith



Eva

Variedade: Gala, Fuji, Golden, Red, Granny Smith (maçã verde) e Eva.

Peso unitário mínimo: 90g

Orientações para o recebimento:

As maçãs deverão estar frescas, sãs, inteiras, limpas e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se a maçã apresentar:



Podridão



Manchas do tipo
“cortiça” na polpa



Dano
profundo

Danos aceitáveis:

Dano superficial, pequenas manchas (menores que 0,5cm), pequenos defeitos que não comprometam a sua utilização.

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	1/2 unid.	1/2 unid.
1 ano a 1 ano e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
2 anos a 3 anos e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
4 a 6 anos	1/2 unid.	1 unid.

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Mamão (Carica papaya)



Papaya



Formosa



Calimosa

Variedade: Papaya, Formosa, Calimosa.

Orientações para o recebimento:

Os mamões deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o mamão apresentar:



Podridão



Dano
mecânico

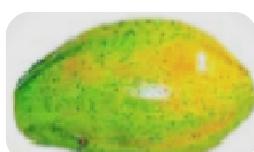


Defeito
de polpa

Danos aceitáveis:



Deformação



Coloração
irregular

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	38g	75g
1 ano a 1 ano e 11 meses	60g	120g
2 anos a 3 anos e 11 meses	60g	120g
4 a 6 anos	60g	120g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Manga (*Mangifera indica*)



Haden



Palmer



Tommy Atkins



Rosa



Keitt



Kent



Bourbon



Espada

Variedade: Haden, Palmer, Tommy Atkins, Rosa, Keitt, Kent, Bourbon e Espada.

Orientações para o recebimento:

As mangas deverão estar frescas, sãs, inteiras, limpas e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se a manga apresentar:



Podre



Defeito na
casca grave



Ferimento



Mancha grave
de látex

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	49g	98g
1 ano a 1 ano e 11 meses	78g	156g
2 anos a 3 anos e 11 meses	78g	156g
4 a 6 anos	78g	156g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Maracujá (*Passiflora edulis Sims f. Flavicarpa*)



Azedo



Doce

Variedade: Azedo e Doce.

Orientações para o recebimento:

Os maracujás deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor odor e sabor característicos.

Não receber se o maracujá apresentar:



Passado



Deformação
grave



Podre

Danos aceitáveis:

Pequenas deformações e/ ou manchas são defeitos superficiais que não comprometem o uso.

Faixa etária	* Qtd. compra colação	* Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	25g	50g
1 ano a 1 ano e 11 meses	40g	80g
2 anos a 3 anos e 11 meses	40g	80g
4 a 6 anos	40g	80g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Melancia (*Citrullus lanatus*)



Comum



Personal



Mini



Caçula



Icebox

Variedade: Comum, Personal, Mini, Caçula e Icebox.

Orientações para o recebimento:

As melancias deverão estar frescas, sãs, inteiras, limpas e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se a melancia apresentar:



Podre



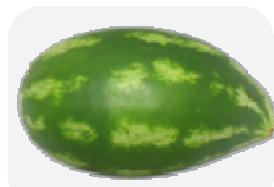
Passada



Ferimento



Virose



Deformação grave



Oca



Queimada

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	32g	64g
1 ano a 1 ano e 11 meses	51g	102g
2 anos a 3 anos e 11 meses	51g	102g
4 a 6 anos	51g	102g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Melão (*Cucumis melo L.*)



Amarelo



Honeydew



Galia



Cantaloupe



Orange



Pele de sapo

Variedade: Amarelo, Honeydew, Galia e Cantaloupe, Orange e Pele de Sapo .

Orientações para o recebimento:

Os melões deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o melão apresentar:



Podre



Passado



Ferimento

Danos aceitáveis:

Melão possui casca rígida que ajuda na proteção da fruta internamente. São permitidos ferimentos superficiais que não inviabilizem o consumo, pequenas deformações e/ ou manchas .

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobre mesa
6 a 11 meses	33g	65g
1 ano a 1 ano e 11 meses	52g	104g
2 anos a 3 anos e 11 meses	52g	104g
4 a 6 anos	52g	104g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Morango (*Fragaria x ananassa* Duchesne ex Rozier)



Orientações para o recebimento:

Os morangos deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o morango apresentar:



Deformação
grave



Passado



Imaturo



Podridão



Ausência de
caules e sépalas

Danos aceitáveis:



Coloração não
uniforme



Dano superficial
cicatrizado

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobre mesa
6 a 11 meses	25g	50g
1 ano a 1 ano e 11 meses	40g	80g
2 anos a 3 anos e 11 meses	40g	80g
4 a 6 anos	40g	80g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Pera (*Pyrus communis*)



Willians



Portuguesa



Nacional

Variedade: Willians, Portuguesa e Nacional.

Peso unitário mínimo: 90g

Orientações para o recebimento:

A pera de boa qualidade tem casca firme, sem ser dura (a casca dura indica que a fruta foi colhida antes do tempo e logo ficará murcha, esfarelada e sem sabor), não apresenta sujidades, cortes, machucados, manchas e picadas de insetos. Para o consumo imediato, compre peras tenras.

Não receber se a pera apresentar:



Defeito
de polpa



Ferimento



Podridão



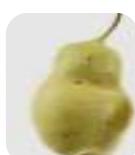
Mancha



Murcha

Danos aceitáveis:

Pequenas deformações ou manchas



Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	1/2 unid.	1/2 unid.
1 ano a 1 ano e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
2 anos a 3 anos e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
4 a 6 anos	1/2 unid.	1 unid.

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Pêssego (*Prunus persica*)



Aurora



Diamante



Dourado



Ouromel

Variedade: Aurora, Diamante, Dourado e Ouromel.

Orientações para o recebimento:

Os pêssegos deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o pêssego apresentar:



Podridão



Passado



Dano profundo



Queimado de sol

Danos aceitáveis:



Manchas



Deformação

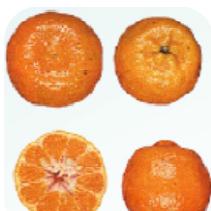


Lesão cicatrizada

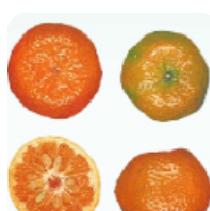
Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobre mesa
6 a 11 meses	25g	50g
1 ano a 1 ano e 11 meses	40g	80g
2 anos a 3 anos e 11 meses	40g	80g
4 a 6 anos	40g	80g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

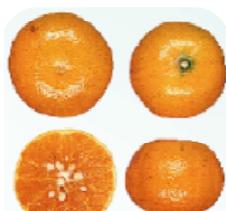
Tangerina (*Citrus reticulata*)



Ponkan



Cravo



Murcott

Variedade: Ponkan, Cravo e Murcott.

Peso unitário mínimo: 100g

Orientações para o recebimento:

As Tangerinas deverão apresentar as características típicas do cultivar quanto à forma, cor da casca, cor da polpa, levando-se em conta a região de produção.

Não receber se a tangerina apresentar:



Imatura



Passada



Podridão



Dano por
praga



Ferimento

Danos aceitáveis:



Pequenas manchas



Deformação

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobre mesa
6 a 11 meses	1/2 unid.	1/2 unid.
1 ano a 1 ano e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
2 anos a 3 anos e 11 meses	1/2 unid.	1 unid.
4 a 6 anos	1/2 unid.	1 unid.

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Uva (*Vitis spp.*)



Benitaka



Brasil



Thompson



Red Globe



Niagara



Crimson



Itália



Rubi

Variedade: Benitaka, Brasil, Thompson, Red Globe, Niagara, Crimson, Itália e Rubi.

Orientações para o recebimento:

As uvas deverão estar frescas, sãs, íntegras, limpas e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se a uva apresentar:



Podridão



Ferimento



Passado



Imaturo



Defeito grave

Danos aceitáveis:

As uvas são frutas extremamente sensíveis; por elas serem entregues em cachos é aceitável que alguns bagos estejam danificados, desde que, esta quantidade seja menor que 10% do total do cacho. Sendo assim, esses bagos inapropriados deverão ser descartados imediatamente para não afetarem o restante durante o armazenamento da fruta.

Faixa etária	*Qtd. compra colação	*Qtd. compra sobremesa
6 a 11 meses	25g	50g
1 ano a 1 ano e 11 meses	40g	80g
2 anos a 3 anos e 11 meses	40g	80g
4 a 6 anos	40g	80g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Hortaliças



Abóbora (Cucurbita)



Japonesa/
Cabotiã



Moranga



Paulista



Pescoço

Variedade: Japonesa/Cabotiã, Moranga, Paulista e Pescoço.

Orientações para o recebimento:

As abóboras deverão estar frescas, sãs, inteiras, limpas e livres de umidade externa anormal.

Não receber se a abóbora apresentar:



Ferimento



Manchas



Podridão

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	31g	39g
1 ano a 1 ano e 11 meses	31g	39g
2 anos a 3 anos e 11 meses	31g	39g
4 a 6 anos	62g	39g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Abobrinha (*Cucurbita pepo*)



Brasileira



Italiana

Orientações para o recebimento:

As abobrinhas deverão estar frescas, sãs, inteiras, limpas e livres de umidade externa anormal.

Não receber se a abobrinha apresentar:



Ferimento



Podridão



Virose



Passada



Murcha

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	24g	30g
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	30g
4 a 6 anos	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Acelga (*Brassica pekinensis*)



Orientações para o recebimento:

Estas hortaliças deverão estar frescas e sãs. As folhas deverão estar sem sinais de amarelamento, isentas de substâncias terrosas, sujidades, parasitos, larvas e outros animais, nos alimentos e nas embalagens. Não deverão apresentar odor e sabor estranhos.

Não receber se a acelga apresentar:



Podridão



Manchas



Murcha

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozida)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	25g	12g
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	25g	12g
4 a 6 anos	37g	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Agrião (*Nasturtium officinale* WT Aiton)



Orientações para o recebimento:

Estas hortaliças deverão estar frescas e sãs. As folhas deverão estar sem sinais de amarelamento, isentas de substâncias terrosas, sujidades, parásitos, larvas e outros animais, nos alimentos e nas embalagens. Não deverão apresentar odor e sabor estranhos.

Não receber se o agrião apresentar:



Amarelado



Passado



Murcho

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem consumo. A presença de flores verdes não prejudicam a qualidade do agrião para consumo.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço cru	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	-
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	12g
4 a 6 anos	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Alface (*Lactuca sativa*)



Crespa



Romana



Lisa



Americana



Roxa



Mimosa

Variedade: Crespa, Romana, Lisa, Americana e Mimosa, Roxa.

Orientações para o recebimento:

Estas hortaliças deverão estar frescas e sãs. As folhas deverão estar sem sinais de amarelamento, isentas de substâncias terrosas, sujidades, parasitos, larvas e outros animais, nos alimentos e nas embalagens. Não deverão apresentar odor e sabor estranhos.

Não receber se a alface apresentar:



Podridão



Manchas na
folha interna



Murcha

Danos aceitáveis:



Pequenos danos
mecânicos



Pequenas
manchas



Brotos
laterais



Folhas
deformadas

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	-
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	12g
4 a 6 anos	37g	12g



Organismos
vivos

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Alho (Allium Sativum)



Orientações para o recebimento:

Os bulbos de alho deverão estar frescos, de ótima qualidade, limpos e livres de umidade externa anormal, podendo ter a película branca ou roxa.

Não receber se o alho apresentar:



Brots



Chocho



Podridão



Murcho



Passado

Danos aceitáveis:

Alterações que prejudiquem a aparência do bulbo, tais como:

- Perfilhado (anomalia, causando bulbos estourados ou abertos);
- Dano mecânico;
- Disco estourado (com rachamento do caule);
- Bulbo em túnica (sem a película protetora, parcial ou totalmente).

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	1,7g	1,1g
1 ano a 1 ano e 11 meses	1,7g	1,1g
2 anos a 3 anos e 11 meses	1,7g	1,1g
4 a 6 anos	1,7g	1,1g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Almeirão (*Cichorium intybus L.*)



Orientações para o recebimento:

Estas hortaliças deverão estar frescas e sãs. As folhas deverão estar sem sinais de amarelamento, isentas de substâncias terrosas, sujidades, parasitos larvas e outros animais, nos alimentos e nas embalagens. Não deverão apresentar odor e sabor estranhos.

Não receber se o almeirão apresentar



Murcho



Amarelado



Manchado

Danos aceitáveis:

- Folhas deformadas;
- Pequenas manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozida)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	25g	12g
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	25g	12g
4 a 6 anos	37g	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Batata (*Solanum tuberosum* L.)



Comum



Asterix



Bolinha

Variedade: Comum, Asterix e Bolinha.

Orientações para o recebimento:

As batatas deverão estar frescas, sãs, inteiras, firmes, lavadas ou escovadas, com coloração uniforme, com aroma, cor e sabor típicos e livres de umidade externa anormal.

Não receber se a batata apresentar:



Esverdeado



Podridão



Ferimento



Brotado

Danos aceitáveis:



Dano
superficial



Deformação



Queimado

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	36g	30g
1 ano a 1 ano e 11 meses	36g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	36g	30g
4 a 6 anos	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Batata doce (*Ipomoea batata* (L.) Lam.)



Rosada



Branca



Amarela



Roxa

Variedade: Rosada, Branca, Amarela e Roxa.

Orientações para o recebimento:

As batatas doce não devem apresentar brotos ou pontos verdes, substâncias terrosas, sujidades e odor ou corpos estranhos. Não devem estar danificadas por choque físico ou parasitas.

Não receber se a batata doce apresentar:



Deformação
grave



Podridão



Ferimento



Brotado



Murcha

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	35g	29g
1 ano a 1 ano e 11 meses	35g	29g
2 anos a 3 anos e 11 meses	35g	29g
4 a 6 anos	46g	29g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Berinjela (*Solanum melongena*)



Berinjela comum



Berinjela japonesa



Berinjela rajada

Variedade: Berinjela comum, berinjela japonesa, berinjela rajada.

Orientações para o recebimento:

As berinjelas deverão estar frescas, sãs, inteiras, limpas e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se a berinjela apresentar:



Podridão



Murcha



Passada



Ferimento



Dano por praga

Danos aceitáveis:



Manchas



Danos superficiais cicatrizados
e sem atingir a polpa do fruto

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	24g	30g
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	30g
4 a 6 anos	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Beterraba (*Beta vulgaris*)



Orientações para o recebimento:

As beterrabas deverão estar frescas, inteiras, sãs, no ponto de maturação adequado para o consumo, podendo estar com ou sem as folhas. Estar sem sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície externa, sem parasitos, larvas ou outros animais nos alimentos e embalagens. Isentas de odor e enfermidades. As folhas da beterraba são comestíveis e ricas em minerais.

Não receber se a beterraba apresentar:



Podridão



Murcha



Ferimento



Passada

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozida)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	24g	30g
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	24g	30g
4 a 6 anos	48g	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Brócolis (*Brassica oleracea* var. *italica*)



Cabeça única



Ramoso

Variedade: Cabeça única (Ninja) e Ramoso.

Orientações para o recebimento:

Estas hortaliças deverão estar frescas e sãs. As folhas deverão estar sem sinais de amarelamento, isentas de substâncias terrosas, sujidades, parasitos, larvas e outros animais, nos alimentos e nas embalagens. Não deverão apresentar odor e sabor estranhos.

Não receber se o Brócolis apresentar:



Murcho



Passado



Amarelado

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	25g	12g
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	12g
4 a 6 anos	25g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Cará (*Dioscorea* sp.)



Orientações para o recebimento:

Os carás deverão estar frescos, sãos e inteiros, firmes e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o cará apresentar:



Dano por
praga



Podridão



Ferimento

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra Almoço	*Qtd. compra Ref. tarde
6 a 11 meses	37g	31g
1 ano a 1 ano e 11 meses	37g	31g
2 anos a 3 anos e 11 meses	37g	31g
4 a 6 anos	50g	31g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Catalonha (*Cichorium intybus L.*)



Almeirão-catalonha



Catalonha

Variedade: Almeirão-catalonha e Catalonha.

Orientações para o recebimento:

As folhas deverão estar frescas, sãs, isentas de substâncias terrosas, sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície. Não adquirir folhosos murchos com sinais de amarelamento.

Não receber se a catalonha apresentar:



Amarelada



Murcha

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozida)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	25g	12g
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	25g	12g
4 a 6 anos	37g	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Cebola (Allium cepa)



Branca



Amarela



Roxa



Vermelha

Variedade: Branca, Amarela, Roxa e Vermelha.

Orientações para o recebimento:

As cebolas deverão estar sãs, inteiras, firmes, com coloração uniforme, com aroma, cor e sabor típicos e livres de substâncias terrosas e umidade externa anormal.

Não receber se a cebola apresentar:



Ferimento



Perda de catafilo interno (película)



Podridão



Broto

Danos aceitáveis:



Descoloração



flacidez



Falta de películas



Dano mecânico

Faixa etária	*Qtd. compra refeição	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	6,6g	3,3g
1 ano a 1 ano e 11 meses	6,6g	3,3g
2 anos a 3 anos e 11 meses	6,6g	3,3g
4 a 6 anos	6,6g	3,3g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Cebolinha *Allium fistulosum* L.



Orientações para o recebimento:

As cebolinhas deverão estar frescas e sãs. As folhas deverão estar isentas de substâncias terrosas, sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície. Não adquirir folhosos murchos com sinais de amarelamento.

Não receber se a cebolinha apresentar:



Amarelada



Murcha

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra Almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	0,59g	0,59g
1 ano a 1 ano e 11 meses	0,59g	0,59g
2 anos a 3 anos e 11 meses	0,59g	0,59g
4 a 6 anos	0,59g	0,59g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Cenoura (*Daucus carota*)



Orientações para o recebimento:

As cenouras deverão estar frescas, inteiras e sãs, sem sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície externa. Sem parasitos, larvas ou outros animais nos alimentos e embalagens. Sem umidade externa anormal, isentas de odor e sabor estranhos.

Não receber se a cenoura apresentar:



Podridão



Dano por
praga



Murcha



Ombro
verde/ roxo



Ferimento



Passada



Deformação
grave

Cenoura (*Daucus carota*)

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, como pequenas deformações e/ ou manchas.



Corte inadequado
do caule



Ombro verde ou arroxeados em
área menor que 10% da superfície



Presença de
radículas



Pequenas manchas



Pequeno dano mecânico

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozida)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	24g	30g
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	24g	30g
4 a 6 anos	48g	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Chuchu (Sechium edule)



Verde claro



Verde escuro



Branco creme

Orientações para o recebimento:

Os chuchus deverão estar frescos, inteiros e sãos, no ponto de maturação adequada para o consumo. Sem sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície externa. Sem parasitos, larvas ou outros animais nos alimentos e embalagens sem umidade externa anormal. Isentos de odor e sabor estranhos e enfermidades

Não receber se o chuchu apresentar:



Podridão



Murcho



Passado



Ferimento

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, como descoloração ou espinhos, pequenas deformações e/ ou manchas.



Descoloração



Espinho

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	24g	30g
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	30g
4 a 6 anos	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Couve flor (*Brassica oleracea* var. *botrytys*)



Orientações para o recebimento:

As couves-flores deverão estar frescas e sãs, não poderão estar golpeadas e danificadas. As folhas deverão estar isentas de substâncias terrosas, sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície e umidade externa anormal, odor e sabor estranhos. Não adquirir se tiverem sinais de amarelamento.

Não receber se a couve flor apresentar



Podridão



Ferimento

Danos aceitáveis:



Deformação



Dano superficial



Rasa

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	25g	12g
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	12g
4 a 6 anos	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Couve manteiga (*Brassica oleracea* var. *acephala*)



Orientações para o recebimento:

Estas hortaliças deverão estar frescas e sãs, não poderão estar golpeadas e danificadas. As folhas deverão estar isentas de substâncias terrosas, sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície e umidade externa anormal, odor e sabor estranhos. Não adquirir se tiverem sinais de amarelamento.

Não receber se a couve apresentar:



Amarelada



Murcha

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozida)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	25g	12g
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	25g	12g
4 a 6 anos	37g	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Escarola (*Cichorium endivia*)



Orientações para o recebimento:

Estas hortaliças deverão estar frescas e sãs, não poderão estar golpeadas e danificadas. As folhas deverão estar isentas de substâncias terrosas, sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície e umidade externa anormal, odor e sabor estranhos. Não adquirir se tiverem sinais de amarelamento.

Não receber se a escarola apresentar:



Amarelada



Murcha



Podridão

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozida)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	25g	12g
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	25g	12g
4 a 6 anos	37g	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Espinafre (*Tetragonia expansa Murray*)



Orientações para o recebimento:

As folhas deverão estar frescas e sãs, isentas de substâncias terrosas, sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície. Não adquirir folhosos com sinais de amarelamento.

Não receber se o espinafre se apresentar:



Amarelado



Murcho

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozido)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	25g	12g
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	25g	12g
4 a 6 anos	37g	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Inhame (*Colocasia esculenta*)



Orientações para o recebimento:

Os inhames deverão estar frescos, inteiros e sãos, sem sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície externa. Sem parasitos, larvas ou outros animais nos alimentos e embalagens. Sem umidade externa anormal, isentas de odor e sabor estranhos.

Não receber se o inhame apresentar:



Passado



Podridão



Ferimento



Deformação
grave

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	40g	33g
1 ano a 1 ano e 11 meses	40g	33g
2 anos a 3 anos e 11 meses	40g	33g
4 a 6 anos	53g	33g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Mandioca (*Manihot esculenta* Crantz)



Branca



Amarela

Variedade: Branca e Amarela.

Orientações para o recebimento:

A mandioca deverá estar fresca, sã, inteira, limpa e apresentar cor odor e sabor característicos.

Não receber se a mandioca apresentar:



Deformação
grave



Passada



Escurecimento



Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	38g	32g
1 ano a 1 ano e 11 meses	38g	32g
2 anos a 3 anos e 11 meses	38g	32g
4 a 6 anos	51g	32g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Mandioquinha (*Arracacia xanthorrhiza*)



Amarela



Branca

Variedade: Amarela e Branca.

Orientações para o recebimento:

A mandioquinha deverá estar fresca, sã, inteira, limpa e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se a mandioquinha apresentar:



Escurecimento



Podridão



Ferimento

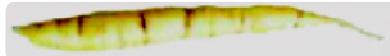
Danos aceitáveis:



Deformação



Dano mecânico leve



Raiz imatura

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	34g	29g
1 ano a 1 ano e 11 meses	34g	29g
2 anos a 3 anos e 11 meses	34g	29g
4 a 6 anos	46g	29g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Milho verde (*Zea mays*)



Milho verde

Orientações para o recebimento:

O milho verde deverá estar fresco, sô, inteiro, limpo e apresentar cor, odor e sabor característicos. Sem parasitos, larvas ou outros animais nos alimentos e embalagens.

Não receber se o milho apresentar:



Passado



Podridão



Dano por praga

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do produto, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 7 meses	-	-
8 a 11 meses	150g	150g
1 ano a 1 ano e 11 meses	200g	200g
2 anos a 3 anos e 11 meses	250g	250g
4 a 6 anos	250g	250g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Mostarda (*Brassica juncea*Csern)



Crespa



Portuguesa



Lisa

Variedade: Crespa, Portuguesa e Lisa.

Orientações para o recebimento:

A mostarda deverá estar fresca, sã, inteira, limpa e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se a mostarda apresentar:

Folhas murchas ou podres.

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do produto, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozido)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	25g	12g
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	25g	12g
4 a 6 anos	37g	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Nabo (*Brassica rapa* L.)



Redondo



Comprido

Variedade: Redondo e Comprido (japonês).

Orientações para o recebimento: O nabo deverá estar fresco, sô, inteiro, limpo e apresentar cor, odor e sabor característicos.

Não receber se o nabo apresentar:



Deformação grave



Ferimento

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do produto, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozida)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	24g	30g
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	24g	30g
4 a 6 anos	48g	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Pimentão (*Capsicum annuum* L.)



Variedade: Verde, Vermelho e Amarelo.

Orientações para o recebimento:

Os pimentões deverão estar frescos, inteiros e sãos, sem sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície externa. Sem parasitos, larvas ou outros animais nos alimentos e embalagens. Sem umidade externa anormal, isentas de odor e sabor estranhos.

Não receber se o pimentão apresentar:



Podridão



Ferimento



Deformação grave



Murcho



Virose

Danos aceitáveis:



Dano cicatrizado



Estria



Pedúnculo



Deformado



Manchado

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	24g	30g
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	30g
4 a 6 anos	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Pepino (*Cucumis sativus*)



Aodai (comum)



Caipira



Japonês

Variedade: Comum, Caipira e Japonês.

Orientações para o recebimento:

Os pepinos deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e livres de umidade externa anormal. Coloração verde escura ou verde escura brilhante.

Não receber se o pepino apresentar:



Podridão



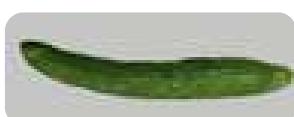
Ferimento



Passado



Deformação
grave



Virose



Murcho

Danos aceitáveis:

Presença de ponta fina, danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do produto, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	-
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	30g
4 a 6 anos	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Quiabo (*Hibiscus esculentus* L.)



Santa Cruz
(comum)



Roxo

Variedade: Santa Cruz (comum) e Roxo.

Orientações para o recebimento:

O quiabo de qualidade e adequado para o consumo deve ter cor verde/roxo intensa, sem presença de manchas escuras e ser firme.

Não receber se o quiabo apresentar:



Podridão



Murcho



Ferimento



Passado

Danos aceitáveis:

- Presença de restos florais
- Dano superficial
- Pêndulo comprido
- Coloração não característica

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	24g	30g
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	30g
4 a 6 anos	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Rabanete (*Raphanus sativus L.*)



Redondo



Branco
Comprido



Vermelho
Comprido

Variedade: Redondo, Branco comprido e Vermelho comprido.

Orientações para o recebimento:

Os Rabanetes deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e com suas cores características vibrantes.

Não receber se o rabanete apresentar:



Deformação
grave



Ferimento



Passado

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo, mas prejudicam a aparência do alimento, como pequenas deformações e/ ou manchas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	-
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	30g
4 a 6 anos	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Repolho (*Brassica oleracea* var.*capitata*)



Verde liso



Roxo

Variedade: Verde liso e Roxo.

Orientações para o recebimento:

Estas hortaliças deverão estar frescas e sãs, não poderão estar golpeadas e danificadas. As folhas deverão estar isentas de substâncias terrosas, sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície e umidade externa anormal, odor e sabor estranhos. Não adquirir se tiverem sinais de amarelamento.

Não receber se o repolho apresentar:



Ferimento



Dano por praga



Podridão

Danos aceitáveis:

É comum que as folhas mais externas estejam com pequenos danos; desde que esses defeitos sejam superficiais e não inviabilizem o consumo das demais folhas, pode-se aceitar. As folhas danificadas devem ser retiradas e descartadas.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozido)	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	25g	12g
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	25g	12g
4 a 6 anos	37g	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Rúcula (*Eruca sativa* Mill.)



Orientações para o recebimento:

Estas hortaliças deverão estar frescas e sãs, não poderão estar golpeadas e danificadas. As folhas deverão estar isentas de substâncias terrosas, sujidades ou corpos estranhos aderidos à superfície e umidade externa anormal, odor e sabor estranhos. Não adquirir se tiverem murchas ou com sinais de amarelamento.

Não receber se a rúcula apresentar:



Amarelada



Murcha

Danos aceitáveis:

Danos e defeitos superficiais que não inviabilizem consumo.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	-	-
1 ano a 1 ano e 11 meses	25g	12g
2 anos a 3 anos e 11 meses	25g	12g
4 a 6 anos	37g	12g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Salsa (*Petroselinum crispum*)



Crespa



Salsinha

Variedade: Crespa e Salsinha.

Orientações para o recebimento:

As salsas deverão estar frescas e sãs, inteiras, limpas e livres de umidade externa anormal. Não poderão estar amassadas e nem amareladas.

Não receber se a salsa apresentar:



Amarelada



Murcha

Danos aceitáveis:

As folhas da salsa precisam estar íntegras, danos e defeitos superficiais que não inviabilizem o consumo são aceitos no recebimento.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	0,59g	0,59g
1 ano a 1 ano e 11 meses	0,59g	0,59g
2 anos a 3 anos e 11 meses	0,59g	0,59g
4 a 6 anos	0,59g	0,59g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Tomate (*Lycopersicon esculentum*)



Caqui



Carmen



Débora



Momotaro



Italiano



Cereja



Sweet grape



Holandês

Variedade: Caqui, Carmen, Débora, Momotaro, Italiano, Cereja, Sweet grape e Holandês, .

Orientações para o recebimento:

Os tomates deverão estar frescos, sãos, inteiros, limpos e livres de umidade externa anormal.

Não receber se o tomate apresentar:



Podridão



Passado



Ferimento



Virose



Queimado
de sol grave



Dano por
praga

Danos aceitáveis:

Tomates são sensíveis; só aceitar se tiverem pequenos defeitos que não comprometam a sua utilização.



Deformação



Dano superficial

Faixa etária	*Qtd. compra almoço (cru)	*Qtd. compra almoço (cozido)	*Qtd. compra ref. tarde	*Qtd. compra tempo
6 a 11 meses	-	24g	30g	5,5g
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	24g	30g	5,5g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	24g	30g	5,5g
4 a 6 anos	48g	48g	30g	5,5g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Vagem (*Phaseolus vulgaris*)



Manteiga



Macarrão

Variedade: Manteiga e Macarrão.

Orientações para o recebimento:

A vagem de boa qualidade, é tenra e quebradiça e de cor brilhante. Quando fresca cede à pressão da unha, não é mole, nem escura nas pontas.

Não receber se a vagem apresentar:



Ferimento



Podridão



Murcha



Passada

Danos aceitáveis:

Alterações e defeitos leves que não afetam o aproveitamento do alimento. São defeitos leves: defeito leve de casca, defeito leve de formato e pequenas sujidades.

Faixa etária	*Qtd. compra almoço	*Qtd. compra ref. tarde
6 a 11 meses	24g	30g
1 ano a 1 ano e 11 meses	24g	30g
2 anos a 3 anos e 11 meses	24g	30g
4 a 6 anos	48g	30g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Ovo de galinha e de codorna

Os ovos deverão atender as seguintes condições mínimas:

Estarem limpos, com casca lisa, íntegra, sem deformação, pouco porosa, resistente, com calcificação uniforme e formato característico. A gema deverá estar translúcida, firme, consistente, livre de defeito, ocupando a parte central do ovo e sem germe desenvolvido. A clara deverá ser transparente, densa, firme, espessa, límpida, sem manchas ou turvação.

São considerados impróprios para o consumo os ovos que apresentem:

- Alterações da gema e da clara (gema aderente à casca, gema arrebatada, com manchas escuras, presença de sangue alcançando também a clara, presença de embrião com mancha orbitária ou em adiantado estado de desenvolvimento);
- Mumificação (ovo seco);
- Podridão;
- Presença de fungos externa ou internamente;
- Cor, odor e sabor anormais;
- Ovos sujos externamente ou que tenham estado em contato com substâncias capazes de transmitir odores ou sabores estranhos, que possam infectá-los ou infestá-los;
- Rompimento da casca ou membrana testácea;
- Presença de substâncias tóxicas.



Ovo de galinha e de codorna

Dados da rotulagem:

- Nome e marca;
- Nome, endereço e CNPJ do produtor/ embalador;
- Data da embalagem e prazo ou data de validade ou data de vencimento;
- Classificação segundo a coloração da casca, peso e classe de qualidade;
- Peso líquido;
- Condições de transporte e armazenamento, inclusive empilhamento máximo;
- Número de registro do rótulo do produto no SIF/DIPOA;
- Instruções de conservação e consumo.

Faixa etária	Ovo de Galinha *Qtd. compra almoço/ ref. tarde	Ovo de codorna *Qtd. compra almoço/ ref. tarde
6 a 7 meses	1/2 unid.	25g
8 a 11 meses	1 unid.	50g
1 ano a 1 ano e 11 meses	1 unid.	50g
2 anos a 3 anos e 11 meses	1 unid.	50g
4 a 6 anos	1 unid.	50g

* Qtd. compra= quantidade a ser comprada por criança por refeição

Sazonalidade das frutas

Produtos	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Abacate Avocado	■											
Abacate Breda/Margarida		■										
Abacate Fucks/Geada	■	■										
Abacate Fortuna/Quintal	■	■	■									
Abacaxi Havai	■	■	■									
Abacaxi Pérola	■	■		■	■				■	■		
Acerola	■	■	■		■					■	■	
Ameixa Estrangeira	■	■	■		■							
Ameixa Estr. Americana	■	■	■		■	■	■	■				
Ameixa Estr. Espanhola	■	■					■	■	■	■	■	
Ameixa Nacional	■	■	■									■
Banana Maçã	■	■	■		■	■	■			■		
Banana Nanica	■	■	■			■						
Banana Prata MG	■	■	■				■					
Banana Prata SP	■	■	■					■		■		
Caju	■	■	■		■					■	■	
Caqui	■	■	■		■							
Goiaba	■	■			■							
Kiwi Nacional	■	■	■		■	■	■					
Kiwi Estrangeiro	■	■			■							■
Laranja Baia	■	■	■			■			■	■		
Laranja Lima	■	■	■			■						
Laranja Pera	■	■	■		■	■						
Limão Taiti	■	■	■		■							
Maçã Nacional Fuji	■	■	■		■	■	■		■	■	■	
Maçã Nacional Gala	■	■	■									
Maçã Estr. Granny Smith	■	■	■		■	■	■					
Maçã Estr. Red Del	■	■	■		■	■	■		■	■	■	
Mamão Formosa	■	■	■		■	■	■			■		
Mamão Havaí	■	■	■		■	■	■			■		



FRACO



ESTÁVEL



FORTE

Sazonalidade das frutas

Produtos	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Manga Haden	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Forte	Forte
Manga Palmer	Forte	Forte	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Manga Tommy	Amarelo	Fraco	Amarelo	Forte	Forte	Forte						
Maracujá Azedo	Fraco	Amarelo	Forte	Forte	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco
Maracujá Doce	Forte	Fraco	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco						
Melancia	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Melão Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Forte	Forte	Forte
Mexerica	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco
Morango Comum	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco
Pera Nacional	Amarelo	Forte	Forte	Amarelo	Fraco							
Pera Estr. Danjou	Forte	Forte	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Pera Estr. Packham	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Triumph	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Pera Estr. Rocha	Forte	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Pera Estr. Willians	Fraco	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco							
Pêssego Nacional	Amarelo	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo							
Pêssego Estr.	Amarelo	Forte	Forte	Fraco								
Pêssego Estr. Americano	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco
Pêssego Estr. Espanhol	Fraco	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco						
Tangerina Cravo	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco
Tangerina Murcote	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Tangerina Ponkan	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco
Uva Benitaka	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Uva Crimson	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Uva Itália	Amarelo	Amarelo	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo						
Uva Niagara	Amarelo	Amarelo	Fraco	Amarelo	Amarelo							
Uva Red Globe	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Uva Rubi	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Uva Thompson	Fraco	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo							
Uva Estr. Red Globe	Fraco	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco							
Uva Estr. Thompson	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco								



FRACO



ESTÁVEL



FORTE

Sazonalidade das hortaliças

Produtos	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Abóbora D'Agua	Amarelo				Amarelo	Fraco						Amarelo
Abóbora Japonesa	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Estável	Estável	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco
Abóbora Moranga	Fraco	Estável	Fraco	Estável								
Abóbora Paulista	Amarelo	Fraco										
Abóbora Seca	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Estável	Estável	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco
Abobrinha Brasileira	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco								
Abobrinha Italiana	Fraco	Estável	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco						
Batata Doce Amarela	Fraco	Fraco	Estável	Estável	Fraco							
Batata Doce Rosada	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Estável	Estável	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco
Berinjela Comum	Fraco	Estável	Fraco	Estável								
Berinjela Conserva	Fraco	Fraco	Estável	Fraco								
Berinjela Japonesa	Fraco											
Beterraba	Fraco											
Cará	Fraco	Estável	Fraco									
Cenoura	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco
Chuchu	Amarelo	Fraco	Estável									
Inhame	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco	Fraco
Mandioca	Fraco	Estável	Amarelo	Fraco								
Mandioquinha	Fraco											
Pepino Caipira	Amarelo	Fraco										
Pepino Comum	Fraco											
Pepino Japones	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco	Estável						
Pimentão Amarelo	Amarelo	Fraco										
Pimentão Verde	Fraco											
Pimentão Vermelho	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Fraco							
Quiabo	Fraco											
Tomate Caqui	Fraco											
Tomate Cereja	Fraco	Estável	Fraco									
Tomate Sweet Grape	Fraco											
Tomate Comum	Fraco											
Vagem Macarrão	Amarelo	Fraco										
Vagem Manteiga	Amarelo	Fraco										



FRACO



ESTÁVEL



FORTE

Sazonalidade das hortaliças

Produtos	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez
Acelga	Amarelo	Verde	Verde	Verde	Amarelo							
Agrião	Amarelo	Amarelo	Verde	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Verde	Verde	Verde	Verde
Alface Americana	Verde	Verde	Verde	Verde	Amarelo	Verde						
Alface Crespa	Verde	Verde	Verde	Verde	Amarelo							
Alface Lisa	Verde	Verde	Verde	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Verde	Amarelo	Verde
Almeirão	Amarelo	Amarelo	Verde	Amarelo								
Beterraba com Folhas	Amarelo	Verde	Verde	Amarelo	Amarelo							
Brócolos Ninja	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Verde	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Brócolos Ramoso	Amarelo	Verde	Amarelo	Amarelo	Amarelo							
Cebolinha	Amarelo	Amarelo	Verde	Verde	Verde	Verde	Verde	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Cenoura com Folhas	Verde	Amarelo	Verde	Verde	Verde	Verde						
Couve	Amarelo	Verde	Amarelo	Amarelo	Amarelo							
Couver Flor	Amarelo	Verde	Amarelo	Amarelo	Amarelo							
Escarola	Amarelo	Amarelo	Verde	Amarelo								
Espinhalfre	Amarelo	Amarelo	Verde	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Verde	Verde	Amarelo	Amarelo
Milho Verde	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Verde	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo
Mostarda	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Amarelo	Verde	Amarelo	Amarelo	Verde	Verde	Verde	Verde
Nabo	Amarelo	Amarelo	Verde	Amarelo								
Rabanete	Verde	Amarelo	Verde	Verde	Verde	Verde	Amarelo	Amarelo	Verde	Amarelo	Amarelo	Verde
Repolho Verde	Amarelo	Amarelo	Verde	Verde	Amarelo							
Repolho Roxo	Verde	Amarelo	Verde	Verde	Amarelo							
Rúcula	Amarelo	Verde	Verde	Amarelo	Verde							
Salsa	Amarelo	Amarelo	Verde	Verde	Amarelo							



FRACO



ESTÁVEL



FORTE

Amadurecimento das frutas

Os frutos são divididos em dois grupos **climatéricos** ou **não-climatéricos**, que se diferem nas características relacionadas à respiração e a capacidade de produção de um gás.

Frutas não-climatéricas: Encontram-se no estágio de amadurecimento ótimo para consumo na época da colheita. Depois de colhidas, vão reduzindo sua taxa respiratória e não possuem a capacidade de amadurecer, ou seja, seu sabor é definido quando a fruta é retirada do pé: se forem colhidas verdes, começarão e terminarão azedas.



Frutas climatéricas: São aquelas que depois de colhidas, apresentam um período em que ocorre uma elevação na taxa respiratória, e uma produção de um gás, chamado etileno. Devido à produção desse gás, conseguem amadurecer transformando, por exemplo, o sabor adstringente da banana verde em doce.



Amadurecimento das frutas

Como podemos influenciar o amadurecimento dos climatéricos?

Podemos facilitar ou retardar a maturação desses frutos.

PARA FACILITAR A MATURAÇÃO:

As frutas podem ser abafadas.

PARA RETARDAR A MATURAÇÃO:

Podemos diminuir a temperatura colocando- as na geladeira para retardar o amadurecimento (exceto a banana);

Portanto, se as frutas não climatéricas forem colhidas antes do tempo, continuarão azedas e sem sabor (exemplos: melancia e laranja). Já as frutas climatéricas podem ser colhidas e entregues imaturas, devido à necessidade de aguentarem o transporte, mantendo assim uma boa qualidade. Caso recebam frutas climatéricas que ainda não estejam no ponto de consumo, a unidade pode utilizar os métodos citados nesse informativo para acelerar ou retardar o seu amadurecimento, além de poder realizar trocas no cardápio.

Referências

Instrução Normativa SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - SME n. 8 de 11 de abril de 2019. Diário Oficial da Cidade de 12/04/2019 , p. 22

PINHEIRO, A.B.V.; LACERDA, E.M.A.; BENZECRY, E.H. et al. **Tabela para avaliação de consumo alimentar em medidas caseira.** 4.ed. São Paulo: Atheneu, 2000.

CEAGESP. **Hortiescolha.** Disponível em: <<http://www.ceagesp.gov.br/entrepuestos/servicos/hortiescolha/>>

Rede SANS. Rede de Defesa e Promoção da Alimentação Saudável. Disponível em: <<http://redesans.com.br/saiba-quanto-de-fruta-tem-numa-porcao/>>