

INFORMATIVO TÉCNICO SME/CODAE Nº 14/2022—DEZEMBRO/2022

Direcionado a: todas as Unidades Educacionais com gestão Direta, Mista, Terceirizada e Rede Parceira

Objetivo: esclarecer sobre o atendimento de alimentação vegetariana na alimentação escolar.

Diretora da Divisão de Nutrição Escolar: Cláudia Lopes Macedo (Responsável Técnica)

Coordenadora da CODAE: Maria de Fátima Brum Cavalheiro.

Atendimento de alimentação vegetariana nas escolas da Rede Municipal de Ensino (RME) de São Paulo

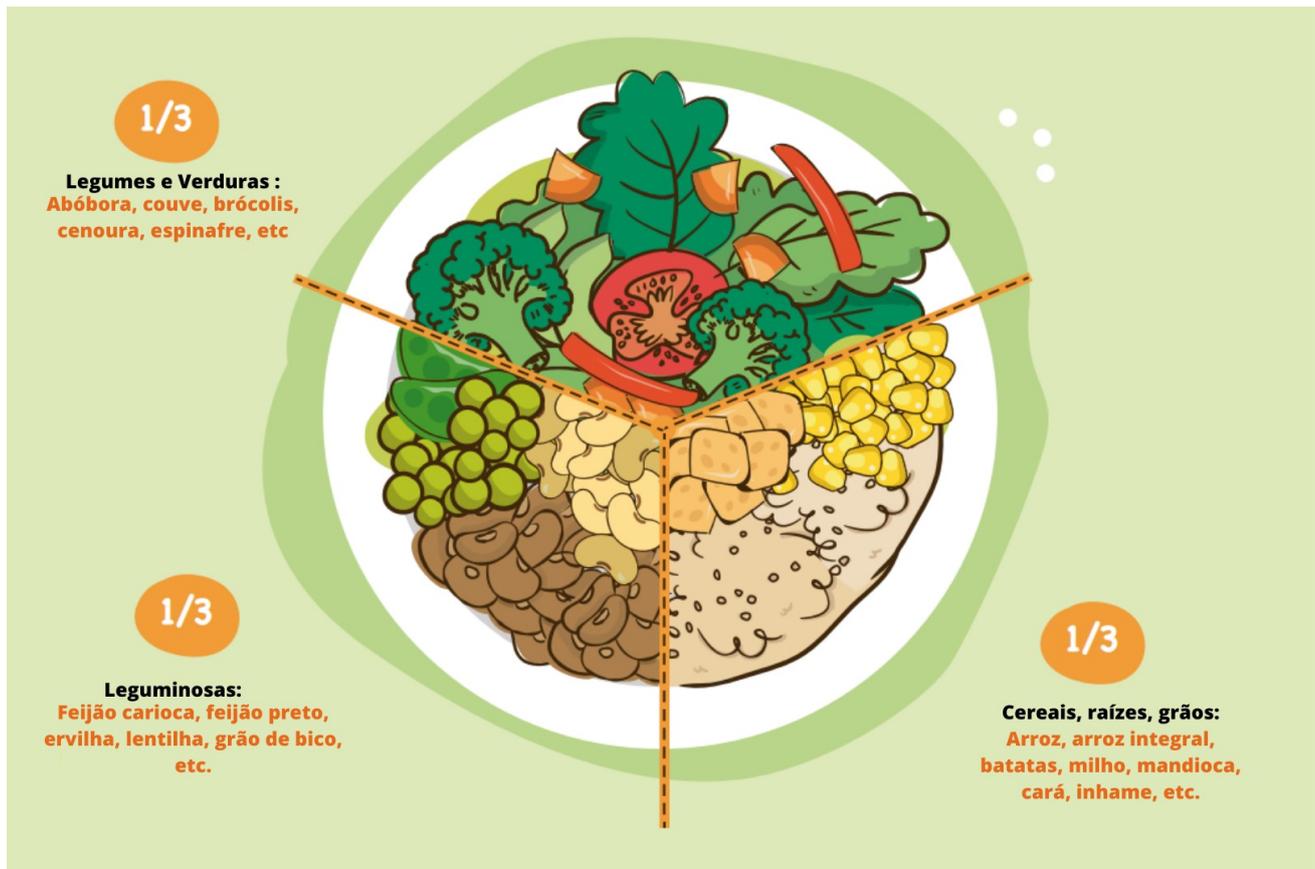
Em atendimento à Nota Técnica nº 1894673/2020 do FNDE, que prevê o atendimento dos estudantes com hábitos alimentares vegetarianos no âmbito do PNAE e à Lei nº 11.947 de 16 de Junho de 2009, que trata do emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, orientamos quanto ao atendimento de estudantes vegetarianos na RME.

Segundo a Sociedade Vegetariana Brasileira, são vegetarianos todos os indivíduos que retiram da sua alimentação todos os tipos de carnes, aves, peixes e seus derivados, podendo ou não consumir laticínios ou ovos. A classificação do vegetariano é feita pelo padrão de consumo, conforme o quadro a seguir:

Classificação do vegetariano	✓ Pode	X Não Pode	Orientações para adaptação do cardápio
Ovolactovegetariano	Ovos, leite e derivados*, todos os alimentos de origem vegetal	Todos os tipos de carne e gelatina composta de ingredientes de origem animal	No dia em que o ovo não estiver no cardápio, montar o prato com 1/3 de leguminosa (feijões, ervilha seca partida, lentilha ou grão de bico), inclusive no dia em que não houver leguminosa no cardápio (exemplo: dia do macarrão). No dia do ovo, seguir o cardápio do dia.
Lactovegetariano	Leite e derivados*, todos os alimentos de origem vegetal	Ovos, todos os tipos de carne e gelatina composta de ingredientes de origem animal	Oferecer diariamente 1/3 do prato de leguminosa (feijões, ervilha seca partida, lentilha ou grão de bico), inclusive no dia em que não houver leguminosa no cardápio (exemplo: dia do macarrão).
Ovovegetariano	Ovo, todos os alimentos de origem vegetal	Leite, derivados*, todos os tipos de carne e gelatina composta de ingredientes de origem animal	No dia em que o ovo não estiver no cardápio, montar o prato com 1/3 de leguminosa (feijões, ervilha seca partida, lentilha ou grão de bico), inclusive no dia em que não houver leguminosa no cardápio (exemplo: dia do macarrão). No dia do ovo, seguir o cardápio do dia.
Vegetariano estrito (vegetariano puro ou vegano)	Todos os alimentos de origem vegetal	Todos os alimentos de origem animal (ovo, leite e derivados*, carnes, mel e gelatina composta de ingredientes de origem animal)	Oferecer diariamente 1/3 do prato de leguminosa (feijões, ervilha seca partida, lentilha ou grão de bico), inclusive no dia em que não houver leguminosa no cardápio (exemplo: dia do macarrão).

*Derivados do leite: queijos, requeijão, margarina, manteiga, iogurte, creme de leite, leite condensado, chantilly, creme de queijo, outros.

Como montar um prato vegetariano?



Fonte adaptada: Alimentação para bebês e crianças vegetarianas até 2 anos de idade, Sociedade Vegetariana Brasileira,

Como solicitar a dieta especial vegetariana à CODAE?

O atendimento das dietas vegetarianas será mediante laudo prescrito por nutricionista ou médico contendo:

- Prescrição com letra legível
- Nome completo do aluno
- Detalhamento dos alimentos que podem ou não ser consumidos
- **Classificação do estado nutricional do estudante e se ele está apto a seguir este tipo de dieta**
- Dados do profissional: nome, carimbo/número do CRN / CRM e assinatura
- Data da prescrição inferior a 12 meses

A dieta terá validade de 12 meses, sendo necessário um novo laudo para a renovação após esse período.



Dicas importantes

- Monte um prato vegetariano atrativo, bem colorido e saboroso! Utilize os alimentos disponíveis na Unidade.
- Ofereça uma fruta cítrica (laranja, mexerica, abacaxi, outras) como sobremesa após a refeição para aumentar a absorção do ferro.
- Priorize a oferta de legume ou verdura verde escuro (couve, brócolis, rúcula, agrião, outros), pois são ricos em ferro e outras vitaminas e minerais importantes para o crescimento e desenvolvimento dos estudantes!

NOTA: se houver qualquer alteração na prescrição do aluno é necessário enviar cópia do novo laudo à CODAE para atualização da dieta especial.