

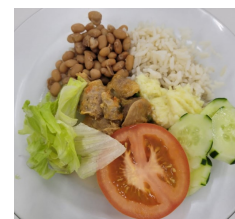


SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



INFORMATIVO TÉCNICO SME/CODAE Nº 03/2024—MARÇO/2024

Direcionado: aos CEIs Parceiros da Rede Municipal de Ensino de São Paulo.
Objetivo: orientar sobre a segurança e a qualidade na oferta de miúdos nos CEIs Parceiros da Rede Municipal de Ensino (substitui o IT nº 01/2023).
Nutricionista Responsável Técnica: Fernanda Lourenço de Menezes.
Coordenador da CODAE: Leonardo Spicacci Campos.



O que são os miúdos?

Miúdos são as vísceras comestíveis dos animais e são fontes de ferro, proteínas, vitaminas e minerais.

Tipos de miúdos, faixa etária e frequência

- Tipos de miúdos: fígado bovino, fígado de galinha, moela de galinha e coração de galinha.
- Faixa etária: a partir dos 6 meses de idade, **respeitando a consistência adequada para a idade.**
- Frequência nos cardápios: o miúdo é uma opção dentre os diferentes tipos de carnes dos cardápios escolares. Os CEIs podem servi-lo **1x/mês em substituição à carne bovina publicada no Prato Aberto.** Caso a Unidade não queira servir miúdo nesse dia, utilizar a carne bovina, conforme Prato Aberto.

Cuidados para compra, armazenamento e preparo dos miúdos

- 1) Adquirir de locais/fabricantes confiáveis e com boas práticas de manipulação de alimentos.
- 2) **Proibido** miúdos e carnes **defumadas, salgadas e/ou temperadas.**
- 3) Deve constar nas embalagens, no mínimo:
 - Nome do produto e marca;
 - Data de validade;
 - Modo de conservação;
 - Carimbo do SIF (garante que o alimento passou por Inspeção Federal).
- 4) Miúdos CONGELADOS: **descongelar sob refrigeração** (conforme orientação do fabricante), preparar e consumir imediatamente. Não comprar embalagens com sinais de descongelamento (cristais de gelo ou com textura amolecida). **Uma vez descongelados, não recongelar.**
- 5) Miúdos RESFRIADOS: **preparar e consumir no mesmo dia** OU armazenar sob refrigeração (conforme orientação do fabricante), preparar no máximo até o dia seguinte e consumir imediatamente. **NÃO** congelar na Unidade os miúdos comprados RESFRIADOS.
- 6) Atenção ao odor, à cor e à textura—devem ser característicos dos miúdos adquiridos. Não comprar, caso estejam com alguma característica alterada.
- 7) **NÃO** reaproveitar as sobras preparadas dos miúdos para outra refeição.





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Sugestão de receita testada pela CODAE: moela de galinha cozida

Ingredientes:

- 6 limões
- 1 talo de alho poró
- 5 tomates médios
- 2 cebolas grandes
- 2 dentes de alho
- 1/2 maço de cheiro-verde
- 5kg de moela de galinha
- 5 colheres de sopa de óleo
- 2 colheres de sopa de extrato de tomate
- 1 colher de sopa rasa de sal
- 500 ml de água



Modo de preparo:

Lavar os limões, o alho poró, os tomates, as cebolas, os dentes de alho e o cheiro-verde.

Num recipiente, colocar a moela, espremer os limões e reservar.

Picar os tomates em cubos médios, picar fino o alho poró e o cheiro-verde, picar as cebolas e o alho em cubos pequenos e reservar os itens separadamente.

Numa panela de pressão, adicionar o óleo e refogar as cebolas picadas. Quando ficarem transparentes, acrescentar o alho, o alho poró e mexer até dourar.

Adicionar a moela e refogar.

Em seguida, acrescentar o extrato de tomate, os tomates picados, o sal e a água e mexer bem.

Tampar a panela de pressão e cozinhar por 30 minutos, após o início da pressão.

Desligar o fogo, aguardar sair a pressão e adicionar o cheiro-verde picado.

Porcionar e servir em seguida.

Rendimento total: aproximadamente 5kg.

Faixa etária	Porcionamento (peso cozido no prato)
6 aos 11 meses	20g
1 aos 3 anos e 11 meses	30g
4 aos 6 anos	45g
Adulto	75g



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



Referências Bibliográficas

BRASIL. Ministério da Agricultura e do Abastecimento. Secretaria de Defesa Agropecuária. Portaria SDA/MAPA nº 210. Aprova o Regulamento Técnico da Inspeção Tecnológica e Higienico-Sanitária de Carne de Aves. Brasília, 1998.

BRASIL. Ministério da Agricultura e Pecuária. Secretaria de Defesa Agropecuária. Portaria SDA/MAPA nº 744. Aprova a nomenclatura de produtos de origem animal, não formulados, em natureza e comestíveis, para as espécies de açougue. Brasília, 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde. Departamento de Promoção da Saúde. Guia alimentar para crianças brasileiras menores de 2 anos. 2 ed. Brasília, 2019.