PREFEITURA

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE QUALIDADE NAS ESCOLAS MUNICIPAIS DE GUAÇUÍ

Publicado em 29/10/2013 às 12:08 (Atualizado em 24/11/2026 às 23:03), postado por Prefeitura Municipal de Guaçui, Fonte: Assessoria de comunicação da prefeitura de Guaçuí

? Para se garantir uma boa alimenta??o ao longo da vida ? preciso formar h?bitos desde a inf?ncia e a escola desempenha um papel importante na forma??o dos h?bitos alimentares j? que ? na escola que crian?as e adolescentes passam um maior per?odo de tempo do seu dia. E preocupada com a alimenta??o escolar dos alunos da rede municipal de Gua?u?, a Prefeitura de Gua?u? oferece alimenta??o de qualidade para os alunos com card?pio que atendem as necessidades energ?ticas di?rias do corpo em quase sua totalidade. Tudo ? preparado com base em alimentos cultivados na regi?o de Gua?u?. A resolu??o de n?mero 26 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educa??o (FNDE) estabelece que o aluno que estuda em per?odo integral tem o direito de receber tr?s refei?es ao dia, mas a Prefeitura de Gua?u? fornece quatro refei?es di?rias nas creches. ? importante que a cada refei??o haja o consumo de uma hortali?a e que pelo menos uma vez ao dia uma fruta seja consumida, de prefer?ncia fresca. Quem explica ? a nutricionista da Alimenta??o Escolar de Gua?u?, L?via Monteiro. ?As frutas, verduras e legumes devem estar presentes todos os dias nas refei?es, uma vez que s?o ricos em fibras, minerais e vitaminas que auxiliam o bom funcionamento intestinal na manuten??o do peso adequado, al?m de prevenir uma s?rie de doen?as. Na alimenta??o escolar de Gua?u? as hortali?as frutas e verduras est?o inseridas todos os dias no card?pio escolar?, disse L?via. Parte dos alimentos utilizados nas refei?es como frutas e verduras ? proveniente da agricultura familiar. A Nutricionista, L?via Monteiro, destaca o morango, que ? rico em Vitamina C entre outros nutrientes de a??o anticancer?gena e que ajuda a cicatrizar ferimentos e estimula os processos de absor??o na inf?ncia. Destacou tamb?m o pescado que pode ser introduzido na alimenta??o da crian?a a partir dos seis meses de idade, por meio de papas salgadas.

Card?pio do dia: Arroz; feij?o; Pir?o, Moqueca de Fil? de Til?pia, salada de alface e tomate. Suco de morango natural e uma ma?a.

AUTENTICAÇÃO
6aaee14393a21e1809d7b1f3ca4e3386
https://guacui.es.gov.br/noticia/2013/10/alimentacao-escolar-de-qualidade-nas-escolas-municipais-de-guacui.html