

**ANÁLISE QUANTITATIVA DE UMA SEMANA DE CARDÁPIO DE
UMA ESCOLA PÚBLICA DO ENSINO FUNDAMENTAL EM PORTO
VELHO - RO**

Autores: CARVALHO, Bruna Anatacha Andrade de Souza¹; SILVA, Elaina Araújo da¹; SILVA, Laís Jesus da¹; DANTAS, Laís da Silva¹; SILVA, Sônia Paula Menacho da¹; GAMARRA, Natsue Andretta Vigiato Kosin^{1,2}

1-Centro Universitário São Lucas-**UniSL**

2-Orientadora docente do Curso de Nutrição-**UniSL**

INTRODUÇÃO: Segundo a Resolução CD/FNDE nº 26, de 17 de junho de 2013 do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), todo alimento oferecido na escola, deve garantir a nutrição e estabelecer condições básicas para formar hábitos saudáveis que contribuam para a promoção e a proteção da saúde. Os nutrientes devem ser ofertados de forma equilibrada e adequada evitando deficiência ou excesso nutricional. **OBJETIVO:** Portanto, o objetivo desta pesquisa foi analisar quantitativamente o cardápio de uma escola pública do ensino fundamental em Porto Velho/RO durante uma semana, dando ênfase nos nutrientes essenciais de acordo com as recomendações do PNAE. **MATERIAL E MÉTODOS:** Realizou-se análise quantitativa do cardápio de meio período da primeira semana (segunda à sexta-feira) de março de 2019, tendo como público-alvo alunos de 11 a 15 anos de idade do ensino fundamental. O cardápio da escola foi analisado pelo Software Avanutri e comparado com os valores nutricionais que o PNAE estabelece. Após análise foi calculado pela regra de três simples as porcentagens de adequação/inadequação e comparados com os padrões recomendado pelo PNAE. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Ao fazer o comparativo do cardápio da escola verificou-se que é um cardápio com preparações de baixo custo. Foi observado que na segunda-feira foi oferecido baião de dois, carne em cubos com vegetais e fruta. Os nutrientes encontrados foram (Energia 325,5 kcal, carboidratos (CHO) 44,81g, proteínas (PTN) 22,97g; lipídeos (LIP) 6,45g; fibras (FIBR) 8,00g; vitamina A (Vit.A) 266,41µg; vitamina C (Vit.C) 82,86mg; Ferro (Fe) 3,78mg; Magnésio (Mn) 46mg; zinco (Zn) 3,27) na terça-feira achocolatado e pão com margarina (Energia 342,5 kcal; CHO 50,5g; PTN 11g; LIP 11g; FIBR 2g; Vit.A 181µg; Vit.C 3 mg; Cálcio (Ca) 276mg; Fe 2,5mg; Mn 46mg; Zn 1,2mg); quarta-feira cozido de legumes, arroz e fruta (Energia 308,1kcal; CHO 43,73g; PTN 18,88mg; LIP 6,32g; FIBR 4,57mg; Vit.A 758,80µg; Vit.C 40,66mg; Ca 57,99mg; Fe 2,58mg; Mn 65,43mg; Zn 2,58mg); quinta-feira suco de cupuaçu com leite e pão com margarina (Energia: 373,0 kcal; CHO 56,2g; PTN 11g; LIP 12,45g; FIBR 2,0g; Vit.A 82,2µg; Vit.C 2,7mg; Ca 273,3mg; Fe 1,8mg; Mn 39,8mg; Zn 1,1mg) e na sexta-feira feijão com charque, couve e abóbora, arroz, salada de beterraba e frutas (Energia 362,85kcal; CHO 43,80g; PTN 26,72g; LIP 9,68g; FIBR 7,76g; Vit.A 374,36µg; Vit.C 67,23mg; Ca 95,94mg; Fe 4,52mg; Mn 90,00mg; Zn 0,97mg). Os valores nutricionais destas refeições foram comparados com as recomendações do PNAE que são: (Energia 435 kcal; CHO 70,7g PTN 13,6g; LIP 10,9g; FIBR 10,9g; Vit.A 140µg;

III SIMPÓSIO REGIONAL DE PESQUISA CIENTÍFICA E TECNOLÓGICA | DE RONDÔNIA

Vit.C 140mg; Ca 260mg; Fe 2,1mg; Mn 63mg; Zn 1,8mg). Em seguida comparou-se os dados nutricionais do cardápio da escola com os valores recomendados pelo PNAE, calculado as porcentagens (%) de adequação/inadequação, utilizando a regra de três simples, sendo que o valor de referência para adequação é entre 90-110%, verificou-se que os valores nutricionais de lipídios e cálcio da terça e quinta-feira estão adequados, magnésio da quarta-feira está adequado. Porém todos os demais valores estão abaixo das recomendações do PNAE. A merenda de uma semana da escola deve ser equivalente a 20% das necessidades nutricionais diárias da refeição para modalidade de ensino educação básica. **CONCLUSÃO:** As refeições oferecidas na escola não atendem 20% das necessidades nutricionais diárias de acordo com as recomendações do PNAE, portanto, houve o descumprimento da legislação no planejamento deste cardápio. Sugere-se repassar os resultados obtidos a direção da escola para que conversem com o nutricionista da secretaria de educação (Semed) de Porto-Velho, para devidas providências sobre o que é proposto pela Resolução CD/FNDE nº 26, de 17 de junho de 2013.

Palavras chave: Merenda escolar, PNAE, cardápio, escola, nutrientes.

Agradecimentos: A Escola Estadual do Estado de Rondônia e ao Centro Universitário São Lucas – UniSL.

E-mail: brunanatacha415@gmail.com