



# TOP CHEF SMEC

---

RECEITAS CRIATIVAS PARA A  
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DA REDE  
MUNICIPAL DE ENSINO DE TRAMANDAÍ

1ª EDIÇÃO - 2022

---







# TOP CHEF SMEC

---

RECEITAS CRIATIVAS PARA A  
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DA REDE  
MUNICIPAL DE ENSINO DE TRAMANDAÍ

1ª EDIÇÃO - 2022

---



*Luiz Carlos Gauto da Silva*

Prefeito Municipal de Tramandaí

*Flávio Corso Júnior*

Vice-Prefeito

*Alvanira Ferri Gamba*

Secretária Municipal de Educação e Cultura

*Ruth Simon*

Chefe de Gabinete da SMEC

*Claudia Regina Nunes*

Assessora da Secretária de Educação e Cultura

**COMISSÃO ORGANIZADORA:**

*Daniela Monteiro Pagno*

Nutricionista da Secretaria de Educação

*Sheila Boeira*

Setor de Alimentação Escolar

*Myllena Gonçalves*

Estagiária de Nutrição

*Andrius Bemfica dos Santos*

Chefe do Setor Pedagógico do Ensino Fundamental

*Amanda Caroline Simiani Fernandes*

Coordenadora Pedagógica do Ensino Fundamental

*Maristela Pelizoli Gemerassa*

Chefe do Setor Pedagógico da Educação Infantil

*Isabel Vitória Schirmer*

Coordenadora Pedagógica da Educação Infantil



**COMISSÃO AVALIADORA:**

*Flávio Corso Júnior*

Vice-Prefeito

*Alvanira Ferri Gamba*

Secretária de Educação e Cultura de Tramandaí

*Cláudia Regina Nunes*

Representante do Conselho de Alimentação Escolar de Tramandaí

*Luciana Rossoni*

Sócia Fundadora Benção Disabor

*Lixandra Vieira*

Nutricionista

*Tales Krás*

Chef de Cozinha Santo Pratos

*Vitor Fernandes Floriano*

Representante dos Alunos da Rede Municipal de Ensino  
de Tramandaí - Aluno da EMEF Cândido Osório da Rosa

*Ana Selzler*

Quitutes Ana Selzler

*Anderson Jesus André*

Funcionário da Prefeitura de Tramandaí - Secretaria da Fazenda

**FORMATAÇÃO, EDITORAÇÃO E DIAGRAMAÇÃO:**

*Andrius Bemfica dos Santos*

## *Apresentação*

As preparações culinárias são passadas de gerações em gerações e suas variações vão surgindo a cada dia. Elas podem ser realizadas por obrigação, necessidade ou prazer.

Quando as preparações são feitas e consumidas no ambiente escolar elas tornam-se ainda mais importantes, porque compõem a memória afetiva dos estudantes e desempenham um papel determinante no processo formativo, pois promove a formação de hábitos alimentares saudáveis no ambiente escolar.

Em Tramandaí, a alimentação escolar segue as normativas do PNAE (Programa Nacional de Alimentação Escolar), que estabelecem as necessidades nutricionais diárias conforme faixa etária dos alunos.

Com o objetivo de valorizar o papel das manipuladoras de alimentos das escolas municipais de Tramandaí, desenvolver o pensamento criativo na elaboração da alimentação escolar e promover a formação de hábitos alimentares saudáveis, a Secretaria Municipal de Educação e Cultura de Tramandaí, por meio do Setor de Alimentação Escolar e Setor Pedagógico, realizou em 2022 a 1ª edição do Concurso de Receitas Criativas para a alimentação escolar "TopChef SMEC".

O concurso também tem como objetivos:

- Introduzir novas receitas no cardápio da Alimentação Escolar.
- Elaborar receitas saudáveis e nutritivas com gêneros que integram o preparo da alimentação escolar, com o reconhecimento da autoria e publicação das



receitas pela Prefeitura de Tramandaí/SMEC/Setor de Alimentação Escolar e Setor Pedagógico.

- Relacionar a alimentação escolar ao Projeto Político Pedagógico da escola.
- Analisar e refletir sobre as práticas diárias da alimentação escolar e sua importância para o desenvolvimento saudável dos estudantes.
- Promover a integração entre as escolas da rede através de um concurso de receitas criativas.

As receitas inscritas no concurso foram elaboradas pelas manipuladoras de alimentos de cada escola e passaram por duas fases de avaliação, onde foram observadas se eram preparadas com os gêneros alimentícios incluídos no PNAE, atendendo a legislação vigente, bem como, a sazonalidade e aceitabilidade dos alunos. Também foram avaliados os seguintes critérios: apresentação visual, sabor, textura, aroma, facilidade e tempo de preparo da receita e criatividade.

Nesta 1ª edição do concurso participaram 9 escolas municipais, que inscreveram suas receitas nutritivas e saborosas. Confira nesta publicação as deliciosas receitas participantes!

*Alvanira Ferri Gamba*

Secretária de Educação e Cultura de Tramandaí

## *Prefácio*

O concurso TOPCHEF é a realização de um sonho. Nestes 26 anos dedicados a Alimentação Escolar, passamos por inúmeros desafios, incertezas, alguns percalços, mas muito mais alegrias, conquistas, projetos executados, avanços, etc.

Entre tantas atividades que o Setor de Alimentação Escolar desenvolve junto às Escolas, e aqui citamos treinamentos, capacitações, visitas periódicas, atividades e projetos de educação alimentar, avaliação antropométrica entre os alunos, implementação do Manual de Boas Práticas, bem como os Procedimentos Operacionais Padronizados, cardápios, controles, enfim, “tudo” que envolve o Setor de Alimentação Escolar, o contato com os manipuladores de alimentos, juntamente com a satisfação dos alunos que recebem a alimentação, é nossa maior satisfação.

Consideramos que a Alimentação Escolar seja também um dos principais pilares na construção e evolução de uma criança, tendo em vista que somos o que comemos, logo, uma criança bem alimentada é uma criança saudável em todos os aspectos, físicos e mentais.

A arte de elaborar uma preparação é mais do que “fazer comida”, cozinhar simplesmente. As manipuladoras de alimentos, transmitem AMOR em cada preparação, são dedicadas, se superam a cada “colherada” colocada dentro dos “panelões” que preparam diariamente. Quando idealizei esse projeto, primeira coisa que pensei foi que queria de alguma forma, homenagear “elas”, minhas “meninas”, que são GIGANTES.

Diariamente nos dias fortes de verão, em meio ao calor da área de produção, operando os fogões, por





vezes, com todos os queimadores ligados, parecem “polvos”, com mais, muitos mais tentáculos do que apenas os 8, pois, ao mesmo tempo que mexem as panelas, lavam os pratos, cuidam para não queimar o arroz, espremem o suco, assam o pão, etiquetam as amostras, atualizam o Manual de Boas Práticas, ainda chamam nossos alunos, na maioria das vezes, carinhosamente pelo seu nome porque os conhecem muito bem, para entregar a preparação.

É sobre isso, sobre esse AMOR incondicional, esse olhar carinhoso, essa superação ao executar os cardápios da nutricionista e a cada preparação entregar junto com o alimento, o sentimento de cuidado e empatia.

Apesar dos desafios diários, a Alimentação Escolar de Tramandaí é digna de aplausos. Porque a engrenagem não para, muitas mãos, muitos corações, muita vontade de dar certo, entrega AMOR a cada refeição para toda nossa rede municipal, desde a Educação Infantil, aos anos finais do Ensino Fundamental.

Nesta primeira edição do Concurso TOPCHEF, todas as Escolas participantes foram brilhantes, criaram receitas criativas, saudáveis, equilibradas, coloridas, saborosas, muito além das nossas expectativas.

Esta Edição foi certamente uma edição histórica. Nos anos de 2020 e 2021, vivenciamos um período ímpar de incertezas e inquietudes na história mundial, e com reflexos significativos na Educação. Diante de uma pandemia que impôs a necessidade do distanciamento social, físico, a rotina de trabalho dos manipuladores de alimentos, bem como dos alunos, mudou consideravelmente, gerando ansiedade, medo, dificuldades em todas as esferas.

E apesar das dificuldades impostas, por este cenário incerto, a SMC acolheu nosso projeto onde,

“tiramos o sonho do papel”, e em 2022 o tornamos realidade.

A Prefeitura Municipal de Tramandaí, através da SMEC, tem orgulho de apresentar neste livro a primeira seleção das receitas criativas das Escolas Municipais, valorizando o talento das nossas manipuladoras de alimentos, que são TOPCHEF.

Agradecemos à todos que participaram deste projeto que nos enche de orgulho, que é tão importante para a valorização destes profissionais, bem como, e entrega de uma alimentação segura, nutritiva e saborosa aos nossos alunos.

As equipes diretivas e pedagógicas, professores, atendentes, serventes, secretários de escola, alunos, comunidade escolar, especialmente aos manipuladores de alimentos, auxiliares de cozinha, cozinheiras e todos que contribuíram de uma forma ou de outra para que este projeto acontecesse com sucesso, o nosso MUITO, MUITO, MUITO OBRIGADA!

*Daniela Monteiro Pagno*

Nutricionista da Secretária de  
Educação e Cultura de Tramandaí



# Sumário

## 1º lugar:

Receita Escondidinho de Aipim com Carne Suína - EMEF Erineo Scopel Rapaki.....12

## 2º lugar:

Receita Filé à PescaDORES - EMEF Nossa Senhora das Dores.....16

## 3º lugar:

Receita Torta Dourada - EMEI Peixinho Dourado.....20

## Receitas finalistas:

Receita Peixe Escondido - EMEI Amor Perfeito.....24

Receita Lasanha Franciscana com Rúcula e Croûtons - EMEF São Francisco de Assis.....28

Receita Pudim de Algodão - EMEF Thomaz José Luiz Osório.....32

Receita Salpicão Nutritivo da Dêntice - EMEF General Luiz Dêntice.....36

Receita Lasanha Escolar - EMEF Dom Pedro I.....40

Receita Pastinha de Frango - EMEI Sonho de Criança.....44

Orientações importantes do Setor de Alimentação Escolar da SMEC.....48

**1º LUGAR**

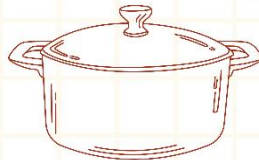
**RECEITA:  
ESCONDIDINHO DE AIPIM  
COM CARNE SUÍNA**

**TOP  
CHEF  
SMEC**

**ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL  
ERINEO SCOPEL RAPAOKI**

**AUTORA DA RECEITA:  
MARA GESSY GOMES DE CARVALHO**





## 1º LUGAR

### RECEITA:

#### ESCONDIDINHO DE AIPIM COM CARNE SUÍNA

Escola Municipal de Ensino Fundamental

Erineo Scopel Rapaki

### AUTORA DA RECEITA:

Mara Gessy Gomes de Carvalho

### INGREDIENTES:

- ✓ 500 g de aipim
- ✓ 300 g de carne suína
- ✓ 1 cebola
- ✓ 2 tomates
- ✓ 2 dentes de alho
- ✓ 2 colheres de chá de orégano
- ✓ 1 xícara de leite
- ✓ 4 colheres de sopa de manteiga
- ✓ 1 pitada de sal
- ✓ 300 g queijo muçarela
- ✓ 1 xícara de chá de peito de peru
- ✓ 1 caixa de creme de leite
- ✓ 2 litros de água



### PREPARO:

1. Descasque o aipim e leve para cozinhar em 2 litros de água. Assim que o aipim estiver cozido, amasse bem, depois acrescente o leite, a manteiga e misture bem até se tornar um purê bem homogêneo. Reserve.
2. Refogue a cebola, o alho e coloque a carne em cubinhos bem pequenos. Cozinhe bem até a carne desfiar, acrescente o tomate picado, o peito de peru, o creme de leite e o orégano.
3. Em uma travessa coloque uma camada do purê de mandioca. Em seguida uma camada de carne e o queijo, cubra com o restante do purê. Para finalizar coloque o queijo e leve ao forno a 180°C para gratinar por 10 minutos.

### TEMPO DE PREPARO:

- ✓ 40 minutos.

### RENDIMENTO:

- ✓ 10 porções.

**2º LUGAR**

**RECEITA:**

**FILE À PESCADORES**

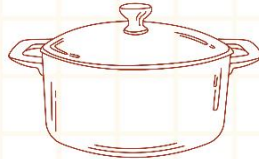
**TOP  
CHEF  
SMEC**

**ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL  
NOSSA SENHORA DAS DORES**

**AUTORAS DA RECEITA:  
CRISTIANE SOUZA DE MACEDO  
ÂNGELA JACOBUS COLOMBO**







## 2º LUGAR

### RECEITA:

#### FILÉ À PESCADORES

Escola Municipal de Ensino Fundamental  
Nossa Senhora das Dores

### AUTORAS DA RECEITA:

Cristiane Souza de Macedo  
Ângela Jacobus Colombo

### INGREDIENTES:

- ✓ 1 kg de filé de peixe
- ✓ 1 kg de batata inglesa
- ✓ 800 g de tomate
- ✓ 500 g de cebola
- ✓ 1 ½ xícara de óleo
- ✓ Sal a gosto
- ✓ 8 dentes de alho
- ✓ Orégano
- ✓ Tempero verde
- ✓ Colorau a gosto
- ✓ Manjeriçã a gosto (colhido na escola)
- ✓ 3 limões (colhidos na escola)



### PREPARO:

1. Preparo do molho de tomate: Cortar três cebolas, três dentes de alho e refogar no óleo. Após, acrescentar metade do tomate picado ou batido e o colorau a gosto, cozinhar por uns 15 minutos, finalizar com orégano e manjericão. Reservar.
2. Tempero dos filés de peixe: Temperar os filés de peixe com sal, limão, o restante do alho, uma cebola, orégano e deixar marinando por no mínimo 30 minutos.
3. Montagem: Descascar as batatas e cortar em rodela de 1 centímetro. Descascar as cebolas e cortar em rodela finas. Cortar os tomates em rodela finas. Untar uma forma com o óleo, fazer uma camada de rodela de batatas, colocar sal a gosto nas batatas. Em seguida, fazer uma camada com os filés de peixe, uma camada com as rodela de cebola e uma camada com as rodela de tomate. Por último cobrir com molho de tomate e orégano. Assar por 40 minutos, em temperatura de 200°C, em forno pré-aquecido. Finalizar com tempero verde e manjericão antes de servir.

### TEMPO DE PREPARO:

- ✓ 1 hora e 10 minutos.

### RENDIMENTO:

- ✓ 7 porções.

### OBSERVAÇÕES:

- ✓ Servir com arroz colorido (cenoura, milho, ervilha, tempero verde) e quibebe de moranga.

**3º LUGAR**

**RECEITA:**

**TORTA DOURADA**

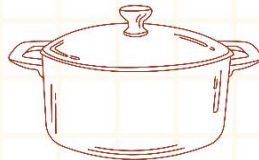
**TOP  
CHEF  
SMEC**

**ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL  
PEIXINHO DOURADO**

**AUTORAS DA RECEITA:**

**JUCELIA MARIA DA SILVA, MARILENE LOPES,  
ELENICE BAPTISTA, JULIANA MORAIS, PATRICIA  
NUNES E VANESSA BARBOSA**





## 3º LUGAR

### RECEITA:

#### TORTA DOURADA

Escola Municipal de Educação Infantil  
Peixinho Dourado

### AUTORAS DA RECEITA:

Jucelia Maria da Silva  
Marilene Lopes  
Elenice Baptista  
Juliana Morais  
Patricia Nunes  
Vanessa Barbosa

### INGREDIENTES DA MASSA:

- ✓ 3 xícaras de farinha de trigo
- ✓ ½ xícara de chá de cenoura ralada
- ✓ 3 ovos
- ✓ 3 xícaras de chá de leite (diluído conforme orientação)
- ✓ ½ xícara de óleo
- ✓ 1 colher de sopa de fermento em pó
- ✓ 1 colher de cafezinho de sal

### PREPARO DA MASSA:

No liquidificador bata os ovos, leite, óleo, cenoura até obter uma mistura homogênea. Coloque esta mistura em um recipiente. Acrescente a farinha aos poucos e o fermento. Misture bem. Reserve.



### INGREDIENTES DO RECHEIO:

- ✓ 2 dentes de alho picados
- ✓ 2 tomates picados sem semente
- ✓ ½ xícara de milho verde
- ✓ ½ xícara de ervilhas
- ✓ ½ xícara de cenouras cortadas em cubos
- ✓ ½ xícara de brócolis pré-cozido
- ✓ ½ xícara de repolho pré-cozido
- ✓ ½ xícara de batata pré-cozida
- ✓ ½ xícara de couve-flor pré-cozida
- ✓ 1 colher de chá de orégano
- ✓ ½ xícara de salsa picada
- ✓ 250 gramas de queijo muçarela ralado
- ✓ ½ xícara de farofa de pão para decorar
- ✓ 10 ovos cozidos cortados em rodela

### PREPARO DO RECHEIO:

Em uma tigela misture todos os ingredientes do recheio, com exceção dos ovos.

### PARA A MONTAGEM:

Unte uma forma retangular com óleo e despeje metade da massa. Coloque a metade do recheio e depois uma camada de ovos cozidos em rodela, adicione a outra metade do recheio e cubra com o restante da massa. Cubra com a farofa de pão e leve ao forno a 180º por 40 minutos. Espere esfriar para cortar em fatias e sirva com salada de alface e tomate

### TEMPO DE PREPARO TOTAL:

- ✓ 2h

**RECEITA FINALISTA:**

**PEIXE ESCONDIDO**

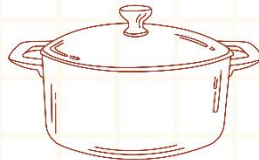
  
**TOP  
CHEF  
SMEC**

**ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL  
AMOR PERFEITO**

**AUTORAS DA RECEITA:  
MARIS GOMES PEREIRA  
EUNICE GREGÓRIO SOEIRO**







RECEITA:

## PEIXE ESCONDIDO

Escola Municipal de Educação Infantil  
Amor Perfeito

AUTORAS DA RECEITA:

Maris Gomes Pereira  
Eunice Gregório Soeiro

INGREDIENTES PARA TEMPERO DO PEIXE:

- ✓ 1 kg de filé de peixe
- ✓ 1 colher de sopa rasa de sal
- ✓ 6 dentes de alho triturado
- ✓ Suco de 1 limão.

INGREDIENTES PARA O MOLHO VERMELHO:

- ✓ 4 tomates sem pele e picados
- ✓ 1 cebola picada
- ✓ 3 dentes de alho picado
- ✓ 100 g de extrato de tomate
- ✓ Tempero verde à gosto

INGREDIENTES PARA O MOLHO BRANCO:

- ✓ 1 colher de manteiga
- ✓ 1/2 xícara de farinha de trigo
- ✓ 200 ml de leite
- ✓ 1/2 cebola picada
- ✓ 1 colher de chá rasa de sal



### PREPARO DO PEIXE:

Lave os filés, tempere com sal, alho e limão. Deixe descansar neste tempero por 15 minutos. Forre a assadeira com papel alumínio. Acrescente um fio de óleo por baixo, coloque os filés de peixe e acrescente um fio de óleo por cima dos filés. Cubra também a forma com papel alumínio. Coloque para assar por 30 minutos a temperatura 220°.

### MOLHO VERMELHO:

Refogue a cebola e o alho, após acrescente o tomate picado, por último coloque o extrato de tomate e o tempero verde. Coloque meia xícara de água e ferva por 10 minutos até encorpar, deligue e reserve.

### MOLHO BRANCO:

Refogue a cebola na manteiga. Dissolva a farinha no leite frio, acrescente o sal e mexa até engrossar.

### PARA FINALIZAR:

Retire do forno, tire o papel alumínio e coloque uma camada de molho branco sobre os filés e o vermelho por cima. Coloque no forno por mais 10 minutos. Retire do forno e sirva.

### TEMPO DE PREPARO:

✓ 45 minutos.

### RENDIMENTO:

✓ 10 porções de 100 g aproximadamente.

**RECEITA FINALISTA:**

**LASANHA FRANCISCANA  
COM SALADA DE RÚCULA  
E CROÛTONS**

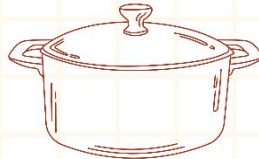
**TOP  
CHEF  
SMEC**

**ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL  
SÃO FRANCISCO DE ASSIS**

**AUTORAS DA RECEITA:**

**EDIR FARIAS EME, ELISANGELA ROXO MORAES  
DE OLIVEIRA, GIOVANA DO NASCIMENTO  
QUEVEDO E MARISA HELENA RAMOS**





## RECEITA:

### LASANHA FRANCISCANA COM SALADA DE RÚCULA E CROÛTONS

Escola Municipal de Ensino Fundamental  
São Francisco de Assis

#### AUTORAS DA RECEITA:

Edir Farias Eme  
Elisângela Roxo Moraes de Oliveira  
Giovana do Nascimento Quevedo  
Marisa Helena Ramos

#### INGREDIENTES:

- ✓ 2,5 kg de filé de frango
- ✓ 1 ½ litros de água (água proveniente do cozimento do frango)
- ✓ 3 cebolas
- ✓ 1 ½ colher de sopa de sal
- ✓ 1 beterraba média
- ✓ 1 cenoura média
- ✓ 10 tomates
- ✓ 1 cabeça de alho
- ✓ 3 colheres de sopa de orégano
- ✓ 1 litro de leite
- ✓ 8 colheres de sopa de farinha de trigo
- ✓ 8 colheres de sopa manteiga
- ✓ 3 pacotes de pão de forma
- ✓ 500 g de queijo fatiado
- ✓ 500 g de peito de frango defumado
- ✓ 1 molhe de rúcula

#### PREPARO DO FRANGO:

Em uma panela, adicione o frango e aproximadamente 5 litros de água. Adicione uma cebola picada e 1 colher de sopa de sal. Cozinhar por 60 minutos. Após o cozimento, desfiar - ainda quente - e reservar.

#### PREPARO DO MOLHO BRANCO:

Em outra panela, frite o restante do alho e 1 cebola picada em 4 colheres de sopa de manteiga. Adicione 8 colheres de sopa de farinha de trigo. Aos poucos ir incorporando o leite com ½ colher de sopa sal. Mexer até engrossar. Baixar o fogo e cozinhar por mais 5 minutos.



### PREPARO DO MOLHO VERMELHO VITAMINADO:

Cozinhar em uma panela de pressão, 1 cebola picada, 1 beterraba picada, 1 cenoura picada, 10 tomates picado,  $\frac{3}{4}$  da cabeça de alho esmagada, em 1 litro e meio de água proveniente do cozimento do frango (caldo de frango), por 15 minutos. Após, bater os ingredientes no liquidificador até transformar tudo em uma mistura homogênea e cremosa. Incorporar o frango já desfiado ao molho vermelho. Após ferver, deixar reduzir por aproximadamente dez minutos em fogo médio.

### MONTAGEM DA LASANHA:

Tirar as beiradas das fatias do pão e reservar. Untar a forma com manteiga e iniciar as camadas na seguinte ordem: 1ª) pão e molho vitaminado de frango; 2ª) pão e molho branco com queijo e peito de frango defumado picados; 3ª) pão e molho de frango vitaminado; finalizando, a última camada com pão, os dois molhos, e queijo picado. Polvilhar orégano e colocar para gratinar por 10 minutos.

### CROÛTONS:

Cortar as beiradas dos pães em pedaços pequenos. Derreter o restante da manteiga em uma panela e adicionar os pães picados e orégano, mexendo até que toda manteiga seja absorvida. Após, transferir para uma assadeira e torrar por aproximadamente 7 minutos em forno pré-aquecido a 200°C.

### RÚCULA:

Lavar em água corrente e reservar.

### SERVIÇO:

Servir a lasanha quente, acompanhada por algumas folhas de rúcula, coberta por uma pequena porção de *Croûtons*.

### TEMPO DE PREPARO E TEMPERATURA:

✓ 1 hora e 45 minutos. Servir quente.

### RENDIMENTO:

✓ 20 porções.

### OBSERVAÇÃO:

A Lasanha Franciscana tem como base o pão de forma. O pão é símbolo da solidariedade e do amor ao próximo, que são princípios do nosso patrono, São Francisco de Assis.

**RECEITA FINALISTA:**

**PUDIM DE ALGODÃO**

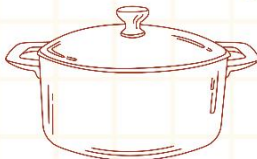
  
**TOP  
CHEF  
SMEC**

**ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL  
THOMAZ JOSÉ LUIZ OSÓRIO**

**AUTORA DA RECEITA:  
JOANA DE OLIVEIRA ALBINA**







RECEITA:

## PUDIM DE ALGODÃO

Escola Municipal de Ensino Fundamental

Thomaz José Luiz Osório

AUTORA DA RECEITA:

Joana de Oliveira Albina

INGREDIENTES DA MASSA:

- ✓ 8 ovos inteiros
- ✓ 1 xícara de açúcar
- ✓ 3 xícaras de leite em pó
- ✓ 4 xícaras de água
- ✓ 1 colher rasa de farinha de trigo.

INGREDIENTES DA CALDA DE CARAMELO:

- ✓ 2 xícaras de açúcar
- ✓ 1 xícara de água.

MODO DE PREPARO:

1. Bata todos os ingredientes da massa no liquidificador e reserve;
2. Faça a calda de caramelo. Misture em uma panela o açúcar e a água e leve ao fogo brando. Não volte a



mexer a calda até que fique no ponto de caramelo marrom. Desligue o fogo.

3. Unte uma forma própria para pudim e despeje a calda de caramelo em movimentos circulares, para que todo o fundo e lados da forma de pudim fiquem cobertos com a calda. Deixe esfriar.
4. Despeje na forma já caramelizada a mistura da massa que foi inicialmente batida no liquidificador.
5. Leve a forma ao fogo dentro de uma panela com água, em banho Maria, por 60 minutos. O fogo deve estar em uma temperatura média de 180° graus.

#### RENDIMENTO:

- ✓ Essa receita rende umas 15 porções.

**RECEITA FINALISTA:**

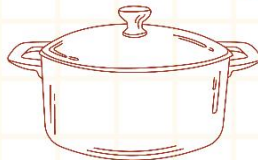
**SALPICÃO NUTRITIVO DA  
DÊNTECE**

  
**TOP  
CHEF  
SMEC**

**ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL  
GENERAL LUIZ DÊNTECE**

**AUTORAS DA RECEITA:  
SUELEN OZIO NURI, DILEIA HUTTNER DE CASTRO,  
ANA MARIA ALVES GRASSI E VANESSA FERRI**





RECEITA:**SALPICÃO NUTRITIVO DA DÊNTICE**

Escola Municipal de Ensino Fundamental

General Luiz Dêntice

AUTORAS DA RECEITA:

Suelen Ozio Nuri

Dileia Huttner de Castro

Ana Maria Alves Grassi

Vanessa Ferri

INGREDIENTES PARA O SALPICÃO:*Alimentos em medidas caseiras e por ordem de uso.*

- ✓ 300 g de peito de frango cozido e desfiado
- ✓ 300 g de repolho
- ✓ 300 g de cenoura
- ✓ 300 g de peito de frango defumado
- ✓ 300 g de queijo
- ✓ 350 g de repolho
- ✓ 250 g de cebola
- ✓ 150 g de maçã
- ✓ 1 lata de milho verde escorrido
- ✓ 1 lata de ervilha escorrida
- ✓ 6 ovos cozidos e picados
- ✓ 1 molho de tempero verde
- ✓ Sal a gosto
- ✓ Ramo de manjeriçã para enfeitar
- ✓ Tomate a gosto para enfeitar



### INGREDIENTES PARA A MAIONESE DE LEITE:

- ✓ 100 ml de água gelada
- ✓ 4 colheres de sopa de leite em pó
- ✓ 1 óleo
- ✓ Sal a gosto

### ETAPAS E MODO DE PREPARO:

Preparo dos realizadores da receita, de forma a estarem aptos conforme os protocolos de higienização do Setor de Alimentação Escolar. Colocar o peito de frango na panela com água e sal para cozinhar. Assim que estiver cozido e frio, desfiar; colocar os ovos para cozinhar. Depois de esfriar cortar bem miúdo. Selecionar os ingredientes e higienizar para o uso; descascar e cortar os ingredientes necessários; fazer a maionese de leite; descasque os ingredientes necessários; rale a cenoura e o repolho bem fininhos ou passe-os no processador; corte a maçã já descascada em cubos pequenos; corte o queijo, o peito de frango defumado e a cebola em filetes finos; em uma tigela, junte todos os ingredientes já frios; coloque o milho e a ervilha já sem a água; acrescentar maionese por último e misturar bem; transfira a mistura para uma travessa, decore com tomate, manjeriço, maçã e peito de frango defumado ou a gosto; mantenha na geladeira até a hora de servir.

### TEMPO DE PREPARO:

- ✓ 60 minutos.

### RENDIMENTO:

- ✓ 6 porções.

### OBSERVAÇÕES:

A receita foi servida e aprovada pelos alunos na data de 19 de abril de 2022, com acompanhamento de purê, carne de porco e frutas.

**RECEITA FINALISTA:**

**LASANHA ESCOLAR**

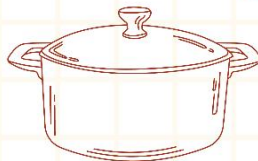
**TOP  
CHEF  
SMEC**

**ESCOLA MUNICIPAL DE ENSINO FUNDAMENTAL  
DOM PEDRO I**

**AUTORES DA RECEITA:  
MARCIA DARLEIA PEREIRA GRASSI  
RAFAEL MAUSS SOUZA**







RECEITA:

## LASANHA ESCOLAR

Escola Municipal de Ensino Fundamental

Dom Pedro I

AUTORES DA RECEITA:

Marcia Darleia Pereira Grassi

Rafael Mauss Souza

INGREDIENTES:

- ✓ 1 pacote de pão de forma pode ser com casca
- ✓ 500 g de carne em cubos, que devem ser picadas em tiras e pedaços menores
- ✓ 1 Molho de tomate
- ✓ 3 cremes de leite
- ✓ 1/2 kg de queijo muçarela
- ✓ Tomate, cebola, pimentão picados e queijo mussarela ralado a gosto para polvilhar.

MODO DE PREPARO:

1. Em uma panela cozinhar a carne, temperando-a a gosto (sal, alho, cebola, molho de tomate e, acrescentar o creme de leite.
2. Enquanto se prepara o strogonoff, retirar a casca de cada fatia do pão de forma, preparando-o para



- montar a Lasanha Escolar. Em seguida, desligue o fogo da carne e a reserve.
3. Em um refratário de vidro ou em uma forma de sua preferência comece colocando o molho e intercale com o pão e as fatias de queijo muçarela.
  4. Quando finalizar polvilhe tomate picado, cebola, pimentão e o queijo muçarela ralado, levando ao forno até gratinar.
  5. Retire do forno. Agora sim! Nossa Lasanha Escolar está pronta para servir.

#### TEMPO DE PREPARO:

- ✓ O tempo aproximado para o preparo da Lasanha Escolar é de 50 a 60 minutos.

#### RENDIMENTO:

- ✓ Rende 10 porções.

#### OBSERVAÇÃO:

- ✓ É importante ressaltar que a Lasanha Escolar também pode ser feita com frango desfiado.
- ✓ Espero que gostem, pois o maior e melhor ingrediente é o Carinho e o Amor pelos nossos alunos.

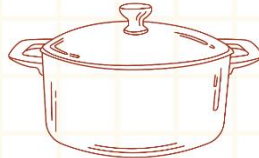
**RECEITA FINALISTA:**  
**PASTINHA DE FRANGO**

  
**TOP  
CHEF  
SMEC**

**ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL  
SONHO DE CRIANÇA**

**AUTORA DA RECEITA:  
ELOISA HELENA DA SILVEIRA**





**RECEITA:****PASTINHA DE FRANGO**

Escola Municipal de Educação Infantil  
Sonho de Criança

**AUTORA DA RECEITA:**

Eloisa Helena da Silveira

**INGREDIENTES E MODO DE PREPARO:**

- ✓ Cozinhe e desfie 1 peito de frango
- ✓ Rale 1 cenoura
- ✓ Pique 300 g de queijo
- ✓ Pique 300g de peito de peru
- ✓ Pique 1 ramo de tempero verde
- ✓ Misture 500g de maionese caseira

**PREPARO DA MAIONESE CASEIRA:**

Coloque 1 litro de leite no liquidificador, e vá adicionando aos poucos óleo de soja até atingir uma consistência firme. Ao terminar, acrescente uma pitada de sal.

**TEMPO DE PREPARO:**

Em média 1 hora.



RENDIMENTO:

Em média 50 sanduíches.

OBSERVAÇÕES:

A pastinha pode ser servida em qualquer formato de pão, e na falta dele até em bolacha salgada. Servir frio.

## Orientações importantes do Setor de Alimentação Escolar da SMEC

Salientamos que a seguir apresentaremos orientações gerais e específicas para Escolas de Ensino Fundamental, bem como Escolas de Educação Infantil. Solicitamos aos gestores que façam a leitura e o estudo deste material juntamente com suas equipes de manipuladores de alimentos, assim como, com os funcionários de higiene e limpeza, para o bom andamento dos trabalhos e para que as demandas do setor referido sejam executadas com pleno êxito. Nos colocamos à inteira disposição enquanto Setor de Alimentação Escolar da SMEC para auxiliar no que for necessário.

1. Os gestores da Escola juntamente com os manipuladores de alimentos devem cumprir as determinações do PNAE, seguindo as orientações do Setor de Alimentação escolar da SMEC que segue a legislação vigente atualizada (Resolução nº06/2020 - RDC 216 VISA);
2. Nas fichas individuais dos alunos (EMEFs E EMElS) devem constar particularidades alimentares importantes caso o referido aluno tenha alguma intolerância alimentar, patologia, alergia alimentar, devidamente laudada com CID atualizado; E nestes casos, deve ser informado o setor de alimentação escolar da SMEC, para que seja adaptada a





alimentação distribuída ao aluno, caso, seja necessário, bem como, entrevista com os responsáveis. Inclusive, deve constar no mural da cozinha para conhecimento dos manipuladores;

3. Sugerimos que sejam feitas reuniões com os responsáveis dos alunos e que, seja abordado o assunto referente a alimentação escolar dos alunos no horário das aulas, e gostaríamos de participar para possíveis esclarecimentos;
4. Projetos executados nas Escolas que envolvam alimentação, devem ser previamente comunicados ao setor de alimentação escolar para ajustes, antes da execução;
5. Os Manuais de Boas Práticas no Serviço de Alimentação e Nutrição, é uma exigência legal da RDC 216 e deve se manter atualizado e devidamente completo com todas as informações necessárias conforme orientações do SAE (Setor de Alimentação da SMEC);
6. Os Manuais de Boas Práticas (MBP) devem ser preenchidos diariamente pelos manipuladores de alimentos e supervisionados pela direção da escola;
7. Os POPs (Procedimentos Operacionais Padronizados) devem ser organizados conforme as peculiaridades de cada escola, cumprindo as determinações legais, e devem ser padronizados cumprindo todos os passos do momento da execução, supervisão e organização dos mesmos;
8. Os POPs fazem parte do MBP;

9. E todos os Procedimentos que acontecem na área de alimentação escolar (cozinha, despensa, refeitório, área de preparo e pré-preparo, armazenamento, distribuição, recepção de fornecedores, etc.) devem ser transformados em POPs;
10. A coleta de amostras dos alimentos e preparações oferecidas deve acontecer diariamente, e em todos os alimentos e preparações antes de serem distribuídas aos alunos. a coleta de amostras deve ser conforme as orientações do SAE. Embalagem transparente, descartável, armazenamento congelada por 48 horas no mínimo, com identificação, do alimento e/ou preparação, data e horário, nome do responsável pela coleta, mínimo de 100 gramas de qualquer produto coletado;
11. A comissão de recebimento de gêneros alimentícios e produtos de higiene e limpeza deve conferir, pesar, analisar, receber, no ato da entrega para posteriormente assinar as guias de entrega; nunca deve ser recebido algum produto sem que toda a comissão esteja presente (no mínimo 3 pessoas);
12. Temos à disposição das escolas, livros, fantoches e outros materiais para serem utilizados em projetos de educação alimentar e alimentação saudável nas escolas;
13. Os horários das refeições e lanches sugeridos pelo setor de alimentação escolar devem ser respeitados;
14. Nas EMEFs os alunos recebem uma refeição ou lanche durante o turno de permanência na Escola. Caso as Direções observarem que os alunos necessitam de um complemento alimentar (pequeno lanche antes



da entrada, tanto do turno da tarde ou da manhã, pode ser oferecido) dentro dos estoques disponíveis nas escolas. E devidamente registrados nos controles;

15. Ainda referente aos horários das refeições das EMEFs – Sempre sugerimos que as refeições sejam oferecidas o mais próximo possível do horário de almoço (sendo que são refeições completas), ou na entrada do turno da tarde, para que fosse possível trabalharmos a educação alimentar num âmbito geral; (entendo pouco favorável os alunos comerem almoço completo às 9h da manhã, por exemplo);
16. Nas EMElS deve ser oferecida as 5 refeições diárias sugeridas nos cardápios, respeitando as preparações conforme a faixa etária e seguindo as recomendações do SAE;
17. A oferta de água pura deve ser permanente;
18. Os protocolos higiênico sanitários devem ser respeitados na sua totalidade, bem como, os registros atualizados diariamente conforme orientações do COE e da VISA;
19. Todos os utensílios de cozinha (material de cantina) que forem adquiridos diretamente pelas escolas (com algum recurso proveniente de descentralização financeira ou outro recurso disponível) devem cumprir as exigências da legislação quanto a coloração permitida, material atóxico (branco ou transparente, nunca coloridos), sugerimos consultar o setor de alimentação da SMEC antes da aquisição;

20. É proibido fumar no ambiente de alimentação escolar, bem como, os funcionários manipuladores de alimentos fumarem no horário de execução das tarefas;
21. É proibido o uso de jalecos e aventais fora do ambiente de manipulação, bem como, quando o funcionário for ao banheiro. O uniforme (jaleco ou avental) deve ser retirado antes de sair da área de manipulação alimentícia;
22. As sugestões de cardápios devem ser respeitadas conforme os grupos alimentares sugeridos pelo técnico responsável (nutricionista);
23. A higienização das mamadeiras deve ser conforme a orientação do setor, bem como a identificação das mesmas, inclusive armazenamento e etiquetagem;
24. A alimentação escolar deve ser oferecida aos alunos da rede municipal cumprindo as determinações da legislação vigente;
25. As escolas deverão fechar os controles de estoque de gêneros alimentícios (rancho), bem como, material de limpeza no último dia do mês vigente (30 ou 31), e entregar no Setor de Alimentação Escolar devidamente conferido, assinado e carimbado pelo diretor da escola;
26. A entrega do controle de estoque mensal, bem como, o pedido para o mês seguinte deve ser enviado JUNTOS, de 01 a 05 do mês correspondente;
27. Os pedidos, controles de estoque tanto de material de limpeza como de gênero alimentício são os



documentos oficiais de controle que devem ser preenchidos, baseados nas guias de remessa e devem ser CRITERIOSAMENTE preenchidos, carimbados e assinados pelo diretor da escola, NÃO DEVE CONTER RASURAS, EMENDAS E ESPAÇOS EM BRANCO, e deve obedecer aos campos e especificações, devem ser atualizados mensalmente pelas escolas.

28. A distribuição de gêneros alimentícios e material de limpeza nas escolas deverá cumprir o cronograma de acordo com a logística de distribuição, levando em consideração, necessidade das escolas, estoque existente, transporte e organização no almoxarifado central;
29. O Manual de Boas Práticas (MBP) no serviço de alimentação é obrigatório e deve cumprir as exigências conforme a legislação vigente do PNAE (Resolução 06/2020) e da RDC 216 (ANVISA);
30. O MBP deve se manter atualizado com todas as informações mínimas obrigatórias e deve ser preenchido pelo manipulador de alimentos sob supervisão e endosso da direção da escola;

### QUANTO AOS PEDIDOS:

31. PEDIDO EXTRA DE PRODUTOS DE ALMOXARIFADO – será atendido apenas esporadicamente a contar de, no mínimo 15 dias depois da entrega do rancho. O pedido extra será atendido de acordo com os estoques existentes. pode ser feito via WhatsApp (grupo da nutrição) e será entregue nas quintas-feiras, conforme disponibilidade de transporte, estoque, etc.

PEDIDOS DE AUMENTO DE QUANTIDADES OU CANCELAMENTOS DOS PRODUTOS SEMANAIS:

32. Será atendido aumento de quantidades conforme a necessidade (caso aconteça aumento de demanda de alunos, ou alguma justificativa apresentada pela escola);
33. Quando a escola observar, por algum motivo, que a demanda está abaixo do esperado e, caso ocorra sobra ou excesso de algum gênero perecível, solicitamos que seja feito o cancelamento do mesmo via WhatsApp (grupo da Nutrição), para que seja evitado o desperdício do mesmo - nos dias estabelecidos pelo setor, pois os pedidos para os fornecedores obedecem a um cronograma minucioso de datas;
34. É importante salientar que não devem ser feitas aquisições de gêneros alimentícios, sem prévia autorização do setor, pois é necessário seguirmos a legislação vigente, inclusive quanto a oferta de nutrientes para os alunos; Sugerimos leitura e estudo da legislação vigente atualizada do PNAE.
35. Todo e qualquer gênero alimentício que for oferecido no ambiente escolar, tanto enviado pela mantenedora (Prefeitura Municipal), terceiros, doações, etc. Deve ser registrado nos controles de estoque conforme orientação do setor de alimentação escolar.



36. Todas as instituições de ensino da rede municipal devem seguir as mesmas diretrizes quanto a distribuição da Alimentação Escolar;
37. Todo e qualquer projeto, evento, festas, reuniões, datas comemorativas, que envolvam distribuição de alimentos, o setor de alimentação deve ser consultado previamente para que cumpra o que a legislação permite;
38. Todos os produtos que são enviados pelo Setor de alimentação escolar, são enviados com guia de remessa; nenhum produto pode ser recebido na escola sem guia de remessa. E o recebimento de todo e qualquer gênero alimentício, bem como, produto de higiene e limpeza deve ser feito pela comissão de recebimento, que deve ser atualizada anualmente (através de memorando para o setor de alimentação até o final do mês);
39. A comissão deve conferir, receber, e assinar as guias de remessa, depois da conferência dos produtos recebidos, juntamente com a assinatura e carimbo;
40. A coleta de amostras dos gêneros alimentícios, bem como, das preparações prontas é obrigatória e deve ser feita de acordo com as orientações do setor de alimentação da SMEC;
41. Os grupos de WhatsApp “NUTRIÇÃO EMEFs” ou “NUTRIÇÃO EMEIs”, foram criados para facilitar a comunicação entre o setor de alimentação escolar da SMEC e o setor de alimentação escolar da escola, bem como, a direção;

42. Solicitamos que todo e qualquer assunto relacionado ao setor de alimentação escolar das escolas seja consultado previamente o SAE da SMEC;
43. Treinamento e reciclagem de manipuladores de alimentos e funcionários responsáveis pela higienização e limpeza das escolas, serão periódicos (semestralmente). É indispensável a presença da direção da escola, bem como, funcionário responsável pela parte burocrática do setor de alimentação escolar, manipuladores de alimentos (cozinheira, auxiliar de cozinha), funcionários do setor de serviços gerais higiene e limpeza, serventes;

#### CARDÁPIOS ESCOLARES:

44. Serão elaborados pela nutricionista responsável, como sugestão e tabela de substituições. De acordo com a legislação vigente, de acordo com a disponibilidade dos alimentos, sazonalidade, faixa etária, horários pré-estabelecidos de oferta da alimentação escolar;

#### CARDÁPIO ESPECIAL PARA ALUNOS LAUDADOS COM DISTÚRBIOS ALIMENTARES:

45. É importante e indispensável que seja feita averiguação de casos de alunos diabéticos, celíacos, etc. Pois, é necessário adequar a oferta da alimentação escolar para estes casos especiais, conforme CID apresentado no laudo atualizado no momento da matrícula.
46. Solicitamos que seja atualizada junto ao setor de alimentação escolar os contatos e e-mail para envio e recebimento de documentos;





47. Os cardápios das escolas serão elaborados conforme necessidade, disponibilidade de itens e cumprimento do PNAE;
48. Cantinas escolares: Não é permitida a comercialização de gêneros alimentícios conforme a legislação do PNAE;
49. Não deve ser feita alimentação especial para professores e funcionários. O PNAE preconiza a alimentação para os alunos da rede pública;
50. Estamos à disposição das escolas para participar das reuniões com professores, funcionários, pais e alunos, equipe pedagógica das escolas para projetos que envolvam alimentação saudável e educação alimentar, e qualquer assunto referente ao setor de alimentação escolar. O setor de nutrição e alimentação escolar agradece a parceria e comprometimento de todos e se coloca à inteira disposição para auxiliar no que for necessário.





Com o objetivo de valorizar o papel das manipuladoras de alimentos das escolas municipais de Tramandaí, desenvolver o pensamento criativo na elaboração da alimentação escolar e promover a formação de hábitos alimentares saudáveis, a Secretaria Municipal de Educação e Cultura de Tramandaí, por meio do Setor de Nutrição e Setor Pedagógico, realizou em 2022 a 1ª edição do Concurso de Receitas Criativas para a alimentação escolar "TopChef SMEC".

# TOP CHEF SMEC

Nesta 1ª edição do concurso participaram 9 escolas municipais, que inscreveram suas receitas nutritivas e saborosas preparadas com os gêneros que integram a alimentação escolar de Tramandaí. Confira nesta publicação as deliciosas receitas participantes!

