



GOIÁS

Um Estado melhor a cada dia

SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE

SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA
SANITÁRIA E AMBIENTAL

GERÊNCIA DE DESENVOLVIMENTO
TÉCNICO EM PRODUTOS

COORDENAÇÃO DE ALIMENTOS



MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DE GOIÁS
Centro de Apoio Operacional da Infância e Juventude



O PREPARO CORRETO DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Secretaria Estadual de Saúde
Faculdade de Nutrição - UFG
Ministério Público do Estado de Goiás



GOIÁS

Um Estado melhor a cada dia

SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA
SANITÁRIA E AMBIENTAL
GERÊNCIA DE DESENVOLVIMENTO
TÉCNICO EM PRODUTOS
COORDENAÇÃO DE ALIMENTOS

APOIO



MINISTÉRIO PÚBLICO DO ESTADO DE GOIÁS
Centro de Apoio Operacional da Infância e Juventude

Esta cartilha é resultado de trabalho em conjunto entre Ministério Público do Estado de Goiás - Centro de Apoio Operacional da Infância e Juventude, Secretaria Estadual da Saúde - Superintendência de Vigilância Sanitária e Ambiental, Universidade Federal de Goiás - Faculdade de Nutrição, Vigilância Sanitária Municipal de Goiânia, e Laboratório Central de Saúde Pública.

O objetivo desta cartilha é fornecer às merendeiras informações sobre Boas Práticas de Fabricação durante as etapas de preparo e distribuição dos alimentos, a fim de oferecer aos alunos um produto com qualidade e segurança.



É toda substância ou mistura de substâncias que possuem qualidades sensoriais (cor, sabor, odor, consistência), constituídas por nutrientes: carboidratos ou açúcares, lipídios ou gorduras, proteínas, vitaminas e minerais.

Os alimentos estão divididos em três grupos, de acordo com suas funções dentro do organismo.

Construtores

São responsáveis pela construção e manutenção do corpo. São ricos em proteínas, que formam a pele, os órgãos, os ossos, as unhas, etc.

Fontes:

- Leite e derivados (iogurtes, queijos, requeijão, etc.);
- Carnes (frango, peru, bovina, suína, etc.);
- Vísceras (fígado, coração, rins, etc.);
- Pescado;
- Ovos;
- Soja, Feijão, Ervilha, Lentilha.

Energéticos

São os que fornecem a energia para a manutenção das funções do corpo e atividades físicas (respirar, andar, trabalhar, etc.). Os alimentos energéticos são ricos em carboidratos (ou açúcares) e lipídios (ou gorduras).

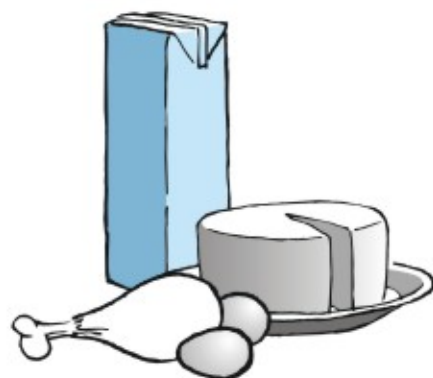
Fontes:

- Doces, açúcar, mel, tubérculos (batata, batata-doce, mandioca, etc.) cereais (arroz, milho, trigo, etc.) e derivados (farinha, pão, massa, flocos, etc.).
- Gordura animal (toucinho, banha), óleos vegetais (de soja, de milho, de girassol, azeite de oliva, etc.), margarina, manteiga.

Reguladores

São os responsáveis pelo controle e regulação do organismo. São ricos em vitaminas e minerais.

Fontes: Frutas, vegetais e outros.



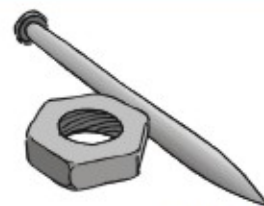
CONSTRUTORES



ENERGÉTICOS



REGULADORES



FÍSICOS



QUÍMICOS



BIOLÓGICOS

São aqueles que não oferecem perigos à saúde e à integridade do consumidor.

PERIGOS NOS ALIMENTOS

FÍSICOS

Corpos estranhos presentes nos alimentos. São materiais que podem machucar, como prego, pedaços de plástico, pedaços de vidro que caem de lâmpadas ou outros objetos de vidro, de ossos, espinha de peixe e outros materiais.

QUÍMICOS

São contaminantes de natureza química ou seus resíduos presentes em níveis inaceitáveis nos alimentos. São provocados por agrotóxicos usados na lavoura, desinfetantes e detergentes usados na higienização ou embalagens reutilizadas de produtos tóxicos, produtos para matar ratos, inseticidas e outros venenos.

BIOLÓGICOS

São os microrganismos ou micróbios.

Cuidado! O consumo de alimentos contaminados provoca doenças!

Os microrganismos são seres vivos que não podem ser vistos a olho nu, só através do microscópio.

São divididos em bactérias, fungos, vírus e parasitas

Os microrganismos podem ser:

Microrganismos não patogênicos:

São aqueles que modificam as características dos alimentos e podem ser usados na fabricação de produtos como o queijo, o pão, o iogurte, a cerveja e o vinho.

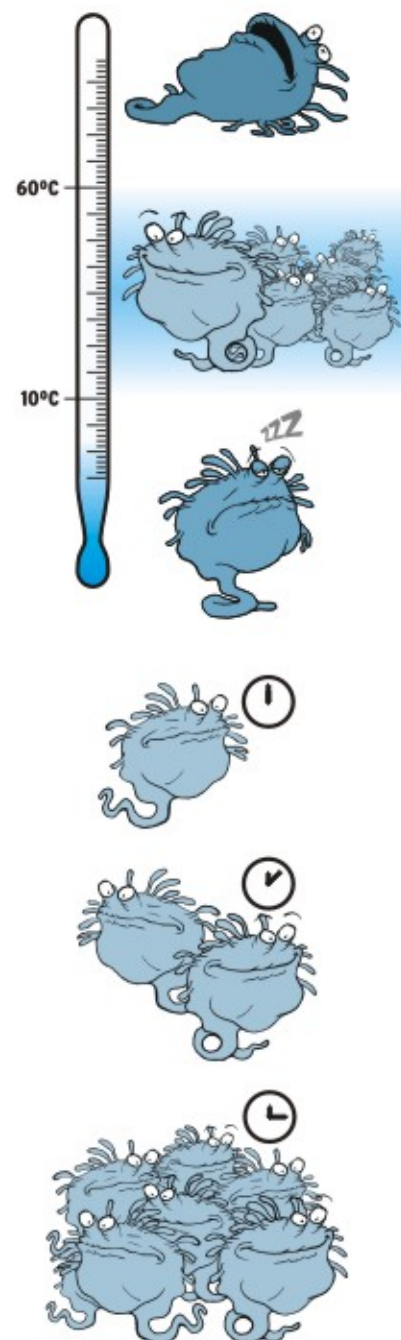
Alguns microrganismos não patogênicos, no entanto, provocam alterações indesejáveis, causando odor desagradável, sabor alterado e modificando a aparência natural dos alimentos. Nesses casos dizemos que o alimento está estragado.

Microrganismos patogênicos:

São os mais perigosos porque causam doenças e as pessoas não percebem sua presença ou de suas toxinas.

Onde são encontrados os microrganismos ?

- No homem (mão, boca, cabelo, pele nariz, aparelho genital, etc.).
- Nos animais
- Na água
- No solo
- No ar



As bactérias se multiplicam muito rapidamente, quando encontram condições ideais para sua sobrevivência:

- Alimento
- Umidade
- Temperatura
- Ar

Alimento: As bactérias preferem os alimentos com alto teor de proteínas e umidade, como: Carnes, Aves, Peixes, Ovos, Leite e derivados, Molhos, etc....

Esses alimentos são considerados como "potencialmente perigosos" e merecem cuidados especiais durante o seu armazenamento e preparo.

Umidade: As bactérias preferem ambientes e alimentos úmidos. Não se esqueça que todos os alimentos contêm naturalmente umidade.

Temperatura: existe uma relação direta da temperatura sobre a multiplicação das bactérias. As temperaturas entre 10°C e 60° favorecem a multiplicação dos microrganismos.

Ar: algumas bactérias necessitam de oxigênio, outras não, para sobreviver.

Tempo: As bactérias necessitam de tempo para se multiplicar, quando encontram condições favoráveis. Quanto mais adequadas as condições de sobrevivência dos microrganismos, mais rapidamente as bactérias se multiplicam.

Uma bactéria se divide em duas, a cada 20 minutos, ao encontrar estas condições. Assim, em algumas horas, uma bactéria terá se transformado em milhões de bactérias.

Cuidado: Os alimentos deixados à temperatura ambiente são uma festa para os microrganismos!

ATENÇÃO !!!!!

Na cantina existem todos estes fatores!
Alimento + Umidade + Temperatura + Ar + Tempo

Por isso, se não houver o controle necessário, esses fatores, associados à falta de higiene, transformarão a cantina numa verdadeira habitação de microrganismos, causando a contaminação dos alimentos, que serão consumidos pelos alunos.

O que é doença veiculada por alimentos?

É uma seqüência de sintomas causada pela presença de bactérias, ou outro microrganismo, ou de suas toxinas no alimento consumido.

Os PERIGOS chegam aos alimentos, geralmente pela FALTA DE HIGIENE:

- Dos Manipuladores;
- Dos Utensílios e Equipamentos;
- Do ambiente;
- Das matérias-primas;
- E pela falta de cuidado durante o preparo e distribuição dos alimentos.

Para evitar as contaminações, é muito importante que os alimentos sejam preparados com boas práticas de higiene e bem conservados, todo o tempo!

COMO PODE ESTAR UM ALIMENTO:

São regras que ajudam a prevenir os perigos. Devem ser observados:

- Saúde dos manipuladores;
- Instalações físicas, móveis, equipamentos e utensílios;
- A qualidade da água utilizada e como ela é armazenada;
- O controle de insetos, roedores e outras pragas que podem infestar o local;
- Os cuidados de higiene relacionados ao manipulador, aos equipamentos, móveis e utensílios e ao ambiente de trabalho;
- Os cuidados com a conservação, com o preparo e distribuição dos alimentos.

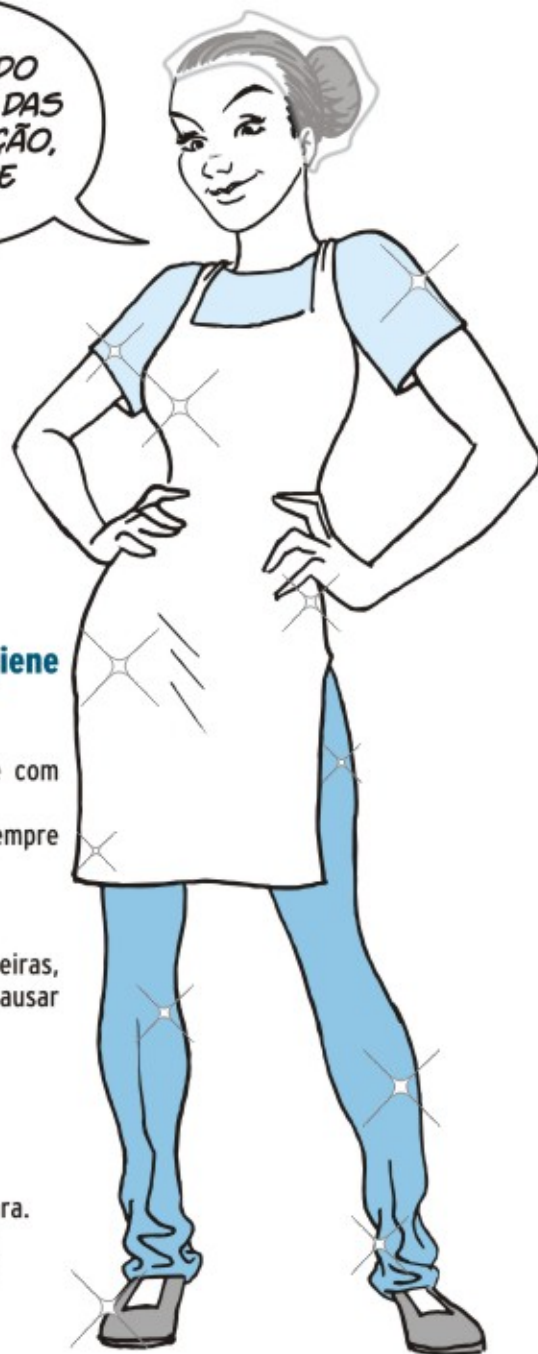
SAÚDE DO MANIPULADOR

O manipulador é importante na produção do alimento. Ele pode ser motivo de contaminação, se não tiver boa saúde e bons hábitos de higiene.

O manipulador deve fazer exames médicos de acordo com o que estabelece as Normas Legais e sempre que for necessário.

Manipuladores com feridas ou cortes nas mãos e com quadros infecciosos ou de gastroenterites deverão se afastar da manipulação até o restabelecimento.

O UNIFORME
É PARA SER USADO
SOMENTE DENTRO DAS
ÁREAS DE PRODUÇÃO,
NÃO É ROUPA DE
PASSEIO!



O que significa ter boa higiene corporal

- Tomar banho diariamente e enxugar-se com toalha limpa;
- Escovar os dentes após as refeições e sempre que necessário;
- Manter cabelos aparados;
- Manter as unhas curtas e limpas;
- Não usar adornos (anéis, brincos, pulseiras, etc), pode contaminar os alimentos e causar ferimentos por acidentes em quem usa;
- Homens não devem usar barba.

Uniforme

- Usar uniformes sempre limpos e em cor clara.
- Usar sapatos fechados e antiderrapantes;
- Proteger os cabelos com touca, rede, etc;



Saiba como fazer a higiene correta das mãos

- 1- Umedeça as mãos e os antebraços com água;
- 2- Passe sabão ou detergente e esfregue durante 15 a 20 segundos (palma, dorso e centro das mãos, entre dedos, polegar, unhas);
- 3- Enxágüe até retirar todo o sabão
- 4- Seque bem as mãos e os antebraços com toalha descartável;
- 5- Passe desinfetante, como álcool 70% ou similar;
- 6- Deixe secar naturalmente.

Não seque as mãos no uniforme!



Quando se deve lavar as mãos? Sempre!

- Ao chegar ao trabalho e entrar no setor;
- Iniciar um novo serviço ou trocar de atividade;
- Depois de utilizar o sanitário, tossir, espirrar ou assoar o nariz;
- Depois de manipular panos ou materiais de limpeza ou de limpar o chão;
- Sempre que tocar em sacarias, caixas, garrafas, sapatos, etc;
- Depois de recolher o lixo e outros resíduos;
- Depois de manusear alimentos crus ou não higienizados;
- Depois de manusear dinheiro.
- Enfim, antes de iniciar ou reiniciar o trabalho, ou a toda hora!



O uso de luvas é necessário?

Cuidado com o uso de luvas: faça várias trocas ao dia e antes de calçá-las, lave bem as mãos.

Comportamentos que podem levar à contaminação

Fique atento ao que não pode fazer, para garantir uma produção de alimentos saudáveis:

- Provar alimentos com talheres e colocá-los novamente na panela antes de serem lavados;
- Guardar alimentos no armário do vestiário;
- Se coçar, falar, tossir ou espirrar quando estiver manipulando alimentos;
- Fumar nos locais de preparo e armazenamento de alimentos;
- Colocar o dedo no nariz, na orelha ou na boca;
- Cuspir no chão do local de trabalho;
- Mascar chicletes, palitos ou coisas parecidas;
- Pentear ou passar as mãos no cabelo durante a preparação dos alimentos.

Lembre-se que os microrganismos são invisíveis e não andam sozinhos!



Os equipamentos, móveis e utensílios que não estiverem adequadamente higienizados podem servir de transportadores de microrganismos.

- A área física deve ser sem cruzamentos, com locais distintos para recebimento de mercadorias, armazenamento, pré-preparo, preparo, distribuição das refeições e higienização dos utensílios de mesa e de cozinha;
- Piso, paredes, divisórias, teto, portas e janelas devem estar em bom estado de conservação, serem impermeáveis e de fácil limpeza, e as aberturas teladas.
- Ter boa ventilação e iluminação;
- Evitar instalações elétricas inadequadas. A fiação deve ser embutida;
- Possuir equipamentos e utensílios em número suficiente, devem ser impermeáveis, de fácil limpeza, estar funcionando adequadamente;
- Dar destino adequado às águas servidas (esgoto). Não lançar na rua;
- As instalações sanitárias e vestiários devem ser separados para ambos os sexos e não devem dar acesso direto ao local de produção de alimentos
- Devem existir lavatórios exclusivos para a higiene das mãos na área de manipulação

Lave as mãos a toda hora!

A água não tratada contém muitos microrganismos perigosos.

Use sempre água tratada para:

- Preparar alimentos;
- Lavar utensílios e equipamentos;
- Higiene pessoal;
- Produzir gelo;
- Beber e preparar sucos e outras bebidas;
- Reidratar alimentos em pó, sopas, leite, etc.

O RESERVATÓRIO de água deve permanecer sempre tampado e não possuir rachadura.

Deve ser desinfetado:

- Após a instalação
- Periodicamente (a cada seis meses)
- Na ocorrência de acidentes que possam contaminar a água.

Se não tiver água de rede (tratada) no estabelecimento, use água fervida ou filtrada.



Moscas, baratas, gatos e outros animais transmitem microrganismos e doenças ao homem. Por isso não podem estar presentes.

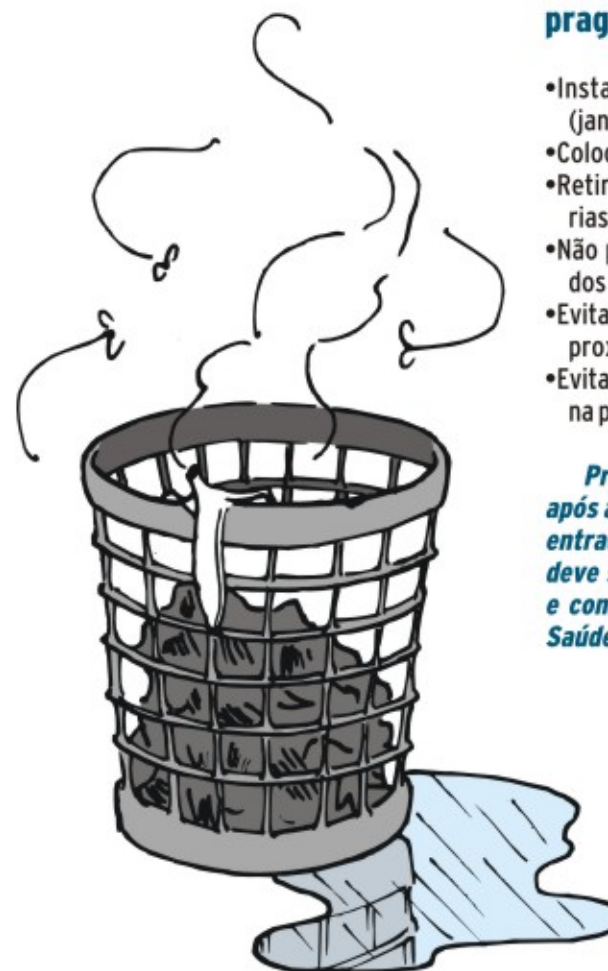
Evitar:

- ACESSO - impedir a entrada de insetos;
- ABRIGO - não deixar locais que eles possam esconder;
- ALIMENTO / ÁGUA - manter tudo limpo e os alimentos protegidos.

Meios de impedir a entrada de pragas no estabelecimento

- Instalar telas milimétricas nas aberturas (janelas, portas, etc);
- Colocar mola nas portas;
- Retirar as embalagens externas das mercadorias;
- Não permitir a entrada de caixotes de madeira dos fornecedores;
- Evitar restos de alimentos e entulhos nas proximidades das áreas de produção;
- Evitar esconderijos e colocar armadilhas e iscas na parte externa do estabelecimento.

Produtos Químicos só devem ser usados após aplicar todas as medidas de prevenção da entrada de pragas nas cantinas. A aplicação deve ser realizada por empresa especializada e com produtos registrados no Ministério da Saúde.



O piso, paredes, portas, janelas, as mesas, bancadas, principalmente as que entram em contato com os alimentos e os fogões, refrigeradores, descascadores de legumes e outros equipamentos, assim como os utensílios devem ser **lavados** com água tratada e detergente para retirar toda a sujeira. Depois de limpos devem ser **desinfetados** com água fervendo ou solução de hipoclorito ou com outros produtos químicos aprovados para esse uso.

Não usar produtos perfumados nas áreas de preparo e de armazenamento de alimentos.

É importante que o local de trabalho (pisos, paredes e teto) seja mantido sempre limpo e organizado!!

Não deixe caixas de madeira, outras embalagens de produtos, equipamentos em desuso ou outros materiais estranhos dentro da área de trabalho;

Quando estiver preparando alimentos, não varra, pois leva poeira e sujeira para os alimentos desprotegidos;

Mantenha bem higienizada toda superfície de contato com alimento, como mesas, pias, bancadas;

Cuide para que a limpeza comece pelos lugares mais altos e por último o piso.



Nunca os coloque em contato com o piso;
Mantenha-os sempre protegidos de poeira;
Coloque em prateleiras de material lavável, sem revestimento (papel ou pano);

Não utilize utensílios de madeira (tábuas de corte, colher de pau, etc) Os utensílios devem ser de polietileno (plástico) e também têm que ser lavados e desinfetados freqüentemente, e colocados de molho em solução desinfetante;

Lave com cuidado as peças dos equipamentos que podem ser desmontados: liquidificador, batedeira, etc acumulam colônias de microrganismos (biofilmes);

Lave as bancadas e pias antes e após o término das atividades;

Observe se não ficaram restos de alimentos e gorduras nos cantos dos equipamentos e utensílios;

Após a higienização de xícaras, copos, talheres e pratos nunca toque nas partes internas ou que serão levadas à boca.

A higienização é fundamental para o controle de doenças veiculadas por alimentos

- Ela elimina ou reduz a contaminação
- Inclui limpeza e desinfecção e é aplicada para alimentos, equipamentos e utensílios, ambientes e mãos.

Com a limpeza retiramos o que vemos - as sujidades. Com a desinfecção retiramos o que não vemos - os microrganismos!

Cuidado com panos de prato, eles não devem ser usados em contato com alimentos ou para secar utensílios que entrem em contato direto com eles, pois podem ser foco de microrganismos! A umidade e os restos de alimentos ficam aderidos ao tecido.

Material de limpeza

Panos de limpeza, escovas, baldes e outros materiais de uso em limpeza do piso devem ser identificados para não serem utilizados na limpeza dos equipamentos, mesa, etc.

Lixo

IMPORTANTE: Papéis, copos, latas descartáveis e restos de alimentos atraem insetos e animais, Use lixeiras com saco para lixo e as mantenha fechadas, com tampas sem acionamento manual. Também devem ser mantidas limpas!

Não deixe lixo permanecer à noite no interior da cantina, **ratos e baratas adoram!**

Nunca misture o lixo do banheiro aos demais lixos.



Muitos casos de doenças e até mortes ocorrem pelo consumo de alimentos de origem desconhecida. Para se evitar problemas, lembre-se que:

- As verduras e frutas devem estar bem conservadas e frescas. Ao receber, retirar partes estragadas, e as sujidades, como terra, etc;
- Verifique a procedência de todos os produtos, inclusive os de limpeza;
- Observe se na rotulagem do produto estão o nome do produto, a marca, o nome e endereço do fabricante, o prazo de validade e os cuidados de conservação;
- Verifique se há inspeção de origem das carnes, leite e derivados com o carimbo do SIF, SIE ou SIM;
- Não aceite alimentos com cor, odor, sabor e consistência alterados;

Cuidado com a temperatura de recebimento:

- Alimentos congelados: até -12°C;
- Alimentos refrigerados: não devem ultrapassar 10°C ou seguir as instruções do fabricante;
- Pescados: máximo até 0°C.

As embalagens não devem estar:

- Amassadas;
- Estufadas;
- Com espumas ou vazamentos;
- Rasgadas ou furadas.

Não receber alimentos transportados por veículos em condições inadequadas de temperatura, de higiene e/ou de manutenção.

O prazo de validade estabelecido pelo fabricante dura até a abertura da embalagem. Então, depois de aberta, transfira o alimento para embalagem plástica tampada até seu consumo.

Cuidado com carne clandestina, leite in natura e com as conservas caseiras!

Usando técnicas erradas de armazenamento e conservação dos alimentos, você estará contribuindo para que eles se estraguem e fiquem contaminados;

Não deixe produtos estocados por muito tempo;

Se os alimentos não vão ser consumidos imediatamente mantenha-os protegidos e bem conservados.

Os alimentos devem ser armazenados de acordo com suas características:

1. SEMI-PERCÍVEL (Em temperatura ambiente)

- Os alimentos semi-percíveis (arroz, feijão, enlatados, farinhas, produtos em pó, etc) podem ser armazenados por mais tempo, em temperatura ambiente:
- Em local arejado, limpo e sem umidade;
- Acondicionados em embalagens fechadas, com rótulos ou identificação correta;
- Organizados em prateleiras, estrados e armários, nunca em contato direto com o piso;
- Afastados das paredes e do piso, pelo menos 20cm.
- Transferir os alimentos de embalagens que foram abertas para outra com tampa e com a sua identificação correta, principalmente o nome do produto e data de validade;
- Nunca armazenar produtos de limpeza e tóxicos junto com alimentos;

Observe sempre o prazo de validade e lembre-se: o primeiro que vence é o primeiro que sai!



2. PERCÍVEIS (sob refrigeração ou congelados)

Os alimentos perecíveis como carnes e leite, devem ser guardados refrigerados ou congelados, pois se estragam com facilidade. Os ovos, hortaliças e frutas, também devem ser mantidos refrigerados. Algumas verduras e frutas podem ser conservadas fora da refrigeração, mas em local fresco e seco, por pouco tempo.

Caixas de madeira não podem entrar na despensa e nas geladeiras não podem entrar caixas de madeira e de papelão;

Nunca utilizar produtos vencidos, latas amassadas ou estufadas e vidros trincados.

Como guardar alimentos na geladeira e no freezer?

Não superlotar os refrigeradores, pois dificulta a circulação do ar frio;

Os alimentos devem ser colocados em recipientes rasos, para esfriarem mais rapidamente;

Nunca empilhar os alimentos prontos sem que estejam protegidos um a um, com tampa ou filme plástico. Coloque os recipientes afastados ou em cruz;

Só podem ser armazenados tipos diferentes de alimentos no mesmo refrigerador ou freezer, se estiverem devidamente embalados.

A arrumação de alimentos na geladeira deve seguir as seguintes regras:

Os alimentos prontos para consumo ficam tampados ou protegidos com plástico transparente, nas prateleiras superiores;

Os semi-prontos ficam nas prateleiras do meio e protegidos;

Os alimentos crus ficam nas prateleiras inferiores, separados entre si, limpos e protegidos.

Temperaturas recomendadas para armazenamento

- Frutas, verduras e ovos: até +10°C;
- Produtos lácteos: até +7°C;
- Carnes bovinas, suínas e aves: até +4°C;
- Pescados e mariscos: congelados ou até 0°C;
- Alimentos congelados: -30°C a -18°C.
- Alimentos prontos para consumo, refrigerados abaixo de 5°C

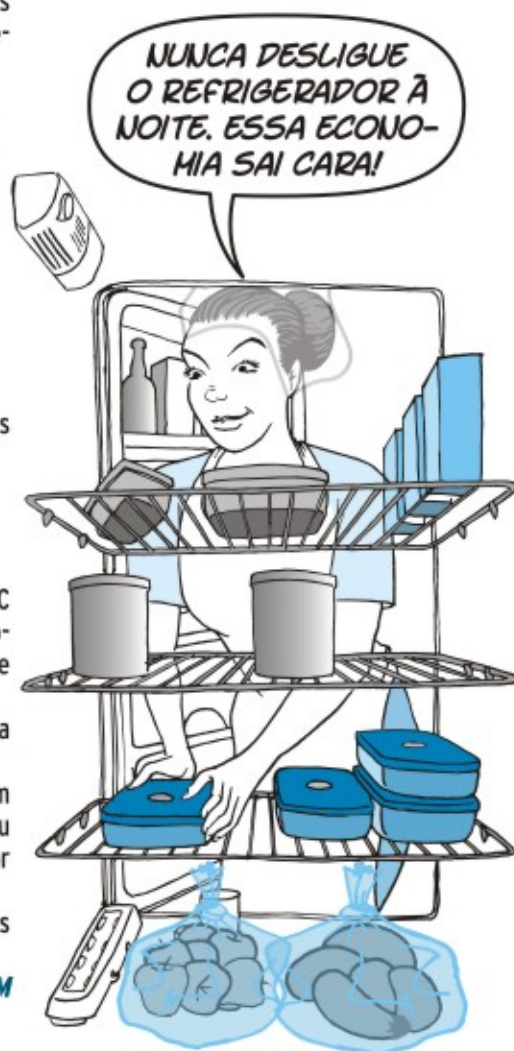
E como descongelar?

Na geladeira em temperatura inferior a 5°C (cinco graus Celsius), ou em forno de micro-ondas, quando o alimento for imediatamente cozido;

- Se a peça for pequena, pode ser levada diretamente ao fogo (cozinhar).
- Nunca deixar o alimento descongelar em temperatura ambiente, ou imerso na água, ou exposto ao sol - pode provocar uma maior contaminação no alimento.

Os pescados devem ser preparados imediatamente após o descongelamento.

Os alimentos descongelados NÃO PODEM ser congelados novamente.



Preparar é modificar o alimento: lavar, cortar, picar, selecionar, moer, temperar, cozinhar. Então evite muita manipulação e prepare o mais rápido possível os alimentos. Assim, você estará diminuindo o perigo da contaminação.

Cuidados gerais

- Higienize as mãos, utensílios, equipamentos, mesas e bancadas antes de manipular;
- Mantenha o ambiente sempre limpo e recolha o lixo frequentemente;
- Lave com água corrente as embalagens impermeáveis antes de abri-las (latas, sacos ou caixas de leite, etc);
- Não permita que alimentos perecíveis (preparações à base de leite, carnes e ovos), permaneçam mais que meia hora em temperatura ambiente.
- Manipule sempre pequenos volumes de cada vez;
- Escolha e lave bem os cereais (arroz, etc) e leguminosas (feijão, etc) devem ser bem escolhidos e lavados, despreze alimentos mofados e carunchados;
- Lave bem as hortaliças, legumes e frutas que serão consumidas com a casca.



- 1- Comece por selecionar, retirando partes estragadas ou podres;
- 2- Lavar os folhosos folha a folha e as frutas e legumes um a um, com água corrente, para retirar toda sujidade;
- 3- Colocar de molho numa recipiente com 10 ml (1 colher de sopa) de hipoclorito de sódio para cada litro de água tratada e deixar por 15 minutos para desinfetar;
- 4- Enxaguar em água corrente tratada;
- 5- Poderá ser enxaguado com solução de vinagre a 2% por 5 minutos, aumentando o poder limpante e não desinfetante;

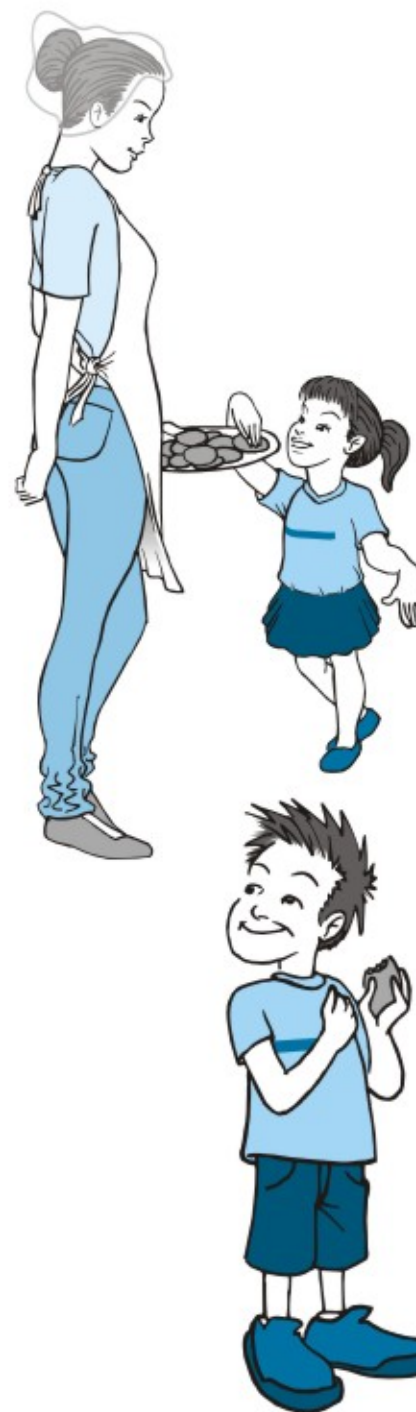
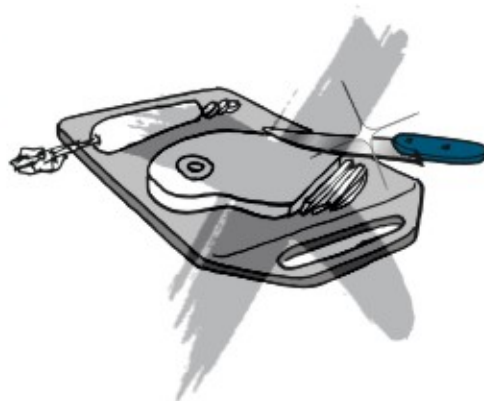


Observação: Para a desinfecção podem ser usados produtos químicos registrados no Ministério da Saúde, seguindo as instruções do rótulo.

Mantenha os alimentos sempre cobertos com filme plástico ou tampas, nunca com panos, para proteger de poeira, insetos e outros contaminantes.

Evite contaminações cruzadas!!

- Evite cruzamentos no fluxo de produção
- Evite ao máximo tocar os alimentos com as mãos. Use sempre garfos, pegadores, etc;
- Não trocar partes dos utensílios que entram em contato com o alimento;
- Não manipule alimentos crus e cozidos no mesmo local e horário;
- Lave e desinfete os utensílios (placas para cortes, facas, panelas, etc) e equipamentos utilizados (máquinas de moer carne, liquidificador, principalmente os usados com alimentos crus) devem ser lavados e desinfetados antes e após cada uso;
- Manipule alimentos separados por origem, exemplo: carne bovina separada de aves ou de outras carnes.



Alimentos crus, de origem animal ou vegetal, possuem muitos microrganismos e muitos são perigosos! Por isso, carnes, pescados, aves e legumes devem ser muito bem cozidos.

Despreze o óleo de frituras sempre que estiver com a cor, sabor ou cheiro alterado e com formação intensa de espuma e fumaça.

A maioria dos microrganismos MORRE durante o COZIMENTO ou REAQUECIMENTO em temperatura de 70°C ou mais.

Como deverão ser mantidos os alimentos após o cozimento?

Os alimentos cozidos que não forem consumidos imediatamente devem ser bem conservados:

Alimentos consumidos quentes - devem ficar em equipamentos com temperatura acima de 60°C e consumidos no prazo de 6 horas;

Alimentos consumidos frios - devem ser resfriados rapidamente, sem cobrir, em banho de gelo ou utilizando outro meio (passar de 60°C para 10°C em 2 horas). Depois colocar em recipiente tampado, e levar à geladeira ou câmara fria, com temperatura abaixo de 5°C, por no máximo 5 dias, ou congelar a -18°C;

Esses alimentos devem ser etiquetados, com as seguintes informações:

- Nome do alimento;
- Data de preparo;
- Prazo de validade;
- Nome do manipulador.

IMPORTANTE: Os alimentos prontos que foram resfriados devem ser cozidos de novo (reaquecidos), para serem consumidos quentes.

A apresentação do alimento é muito importante: a pessoa come com os olhos!

- Mantenha o local e os equipamentos limpos e organizados;
- Coloque os utensílios, como pratos, tigelas, copos, talheres em número suficiente e verifique se estão bem conservados e limpos, isso causa boa impressão do serviço;
- Higienize bem as mãos e utilize sempre utensílios corretos para servir, nunca toque com as mãos;
- Verifique a temperatura dos equipamentos de distribuição e mantenha os alimentos expostos protegidos, para evitar contaminações.

Preste atenção às temperaturas de distribuição dos alimentos:

Alimentos quentes:

- Temperatura da água do balcão (banho-maria): Entre 85°C e 95°C
- Temperatura dos alimentos (arroz, feijão, carnes, etc): Acima de 60°C por 6 horas.

Alimentos frios

Temperatura do equipamento (balcão de distribuição): Até 4°C
Temperatura dos alimentos: Abaixo de 10°C

Cuidado a temperatura morna é uma festa para os microrganismos!

Não reaproveite as sobras!

Sobras são os alimentos que não foram distribuídos ou que ainda não foram para a área de distribuição.

As pessoas que estão manipulando alimentos não podem tocar em Dinheiro.



TOMANDO ESSES
CUIDADOS NO PREPARO
DOS ALIMENTOS, OS
ALUNOS RECEBERÃO
UMA ALIMENTAÇÃO
SAUDÁVEL!

Alexandre Mendes Vieira (Apoio)

Direito - Promotor de Justiça e Coordenador do Centro de Apoio Operacional da Infância e Juventude

Elza Maria Caixêta (Elaboração e Revisão)

Nutricionista - Fiscal da Vigilância Sanitária

Estelamaris T. Monego (Apoio e Revisão)

Nutricionista - Professora Universitária / UFG

Giselle da Silva Freitas (Elaboração e Revisão)

Nutricionista - Fiscal da Vigilância Sanitária

Lorena Covem Rosa Martins (Apoio e Revisão)

Relações Públicas - Superintendência de Vigilância Sanitária e Ambiental de Goiás

Luscília da Silva Castanheira (Apoio e Revisão)

Engenheira de Alimentos - Fiscal da Vigilância Sanitária

Márcia Armentano C. Reis (Apoio e Revisão)

Nutricionista - Professora Universitária / UFG

Márcia Regina de Moura Dias (Elaboração e Revisão)

Médica Veterinária - Coordenadora de Alimentos - Superintendência de Vigilância Sanitária e Ambiental de Goiás

Maria Cecília Martins Brito (Apoio)

Farmacêutica / Bioquímica - Superintendente de Vigilância Sanitária e Ambiental de Goiás

Maria Raquel H. Campos (Apoio e Revisão)

Nutricionista - Professora Universitária / UFG

Raquel de Andrade Cardoso Santiago (Elaboração e Revisão)

Nutricionista - Professora Universitária / UFG