



CIDADE DE  
**SÃO PAULO**  
EDUCAÇÃO

# **ORIENTAÇÕES AOS EDUCADORES NO MOMENTO DA DISTRIBUIÇÃO DAS REFEIÇÕES NOS CEIs DA REDE DIRETA E PARCEIRA**

São Paulo | 2021

**PREFEITURA DA CIDADE DE SÃO PAULO**

**Ricardo Nunes**  
Prefeito

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

**Fernando Padula**  
Secretário Municipal de Educação

**Minéa Paschoaleto Fratelli**

Secretária Adjunta de Educação

**Malde Maria Vilas Bôas**

Secretária Executiva Municipal

**Omar Cassim Neto**

Chefe de Gabinete

**COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CODAE**

Jossélia Fontoura - Coordenadora

**DIVISÃO DE NUTRIÇÃO ESCOLAR - DINUTRE**

Claudia Lopes Macedo - Diretora

**ELABORAÇÃO:**

Amanda Bianchi Leonardo Rodrigues  
Claudia Carvalho Maltese Boato  
Helena Maria Novaretti  
Samira Campos Abraão

**COLABORAÇÃO:**

Nutricionistas do Núcleo de Supervisão

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**

São Paulo (SP). Secretaria Municipal de Educação. Coordenadoria de Alimentação Escolar. Divisão de Nutrição Escolar.

Orientações aos educadores no momento da distribuição das refeições nos CEIs da rede direta e parceira. – São Paulo : SME / CODAE / DINUTRE, 2021.

20 p. : il.

**Bibliografia**

1. Nutrição escolar. 2. Educação alimentar. 3. Educação Infantil – Alimentação escolar. I. Título.

CDD 371.716

Código da Memória Documental: SME81/2021  
Elaborado por Patrícia Martins da Silva Rede – CRB-8/5877

**PROJETO EDITORIAL**

**CENTRO DE MULTIMEIOS**

Magaly Ivanov - Coordenadora

**NÚCLEO DE CRIAÇÃO E ARTE**

Ana Rita da Costa  
Angélica Dadario  
Cassiana Paula Cominato  
Fernanda Gomes Pacelli  
Simone Porfirio Mascarenhas - Projeto Gráfico e Editoração



Qualquer parte desta publicação poderá ser compartilhada (cópia e redistribuição do material em qualquer suporte ou formato) e adaptada (remix, transformação e criação a partir do material para fins não comerciais), desde que seja atribuído crédito apropriadamente, indicando quais mudanças foram feitas na obra. Direitos de imagem, de privacidade ou direitos morais podem limitar o uso do material, pois necessitam de autorizações para o uso pretendido.

Disponível também em: <educacao.sme.prefeitura.sp.gov.br>



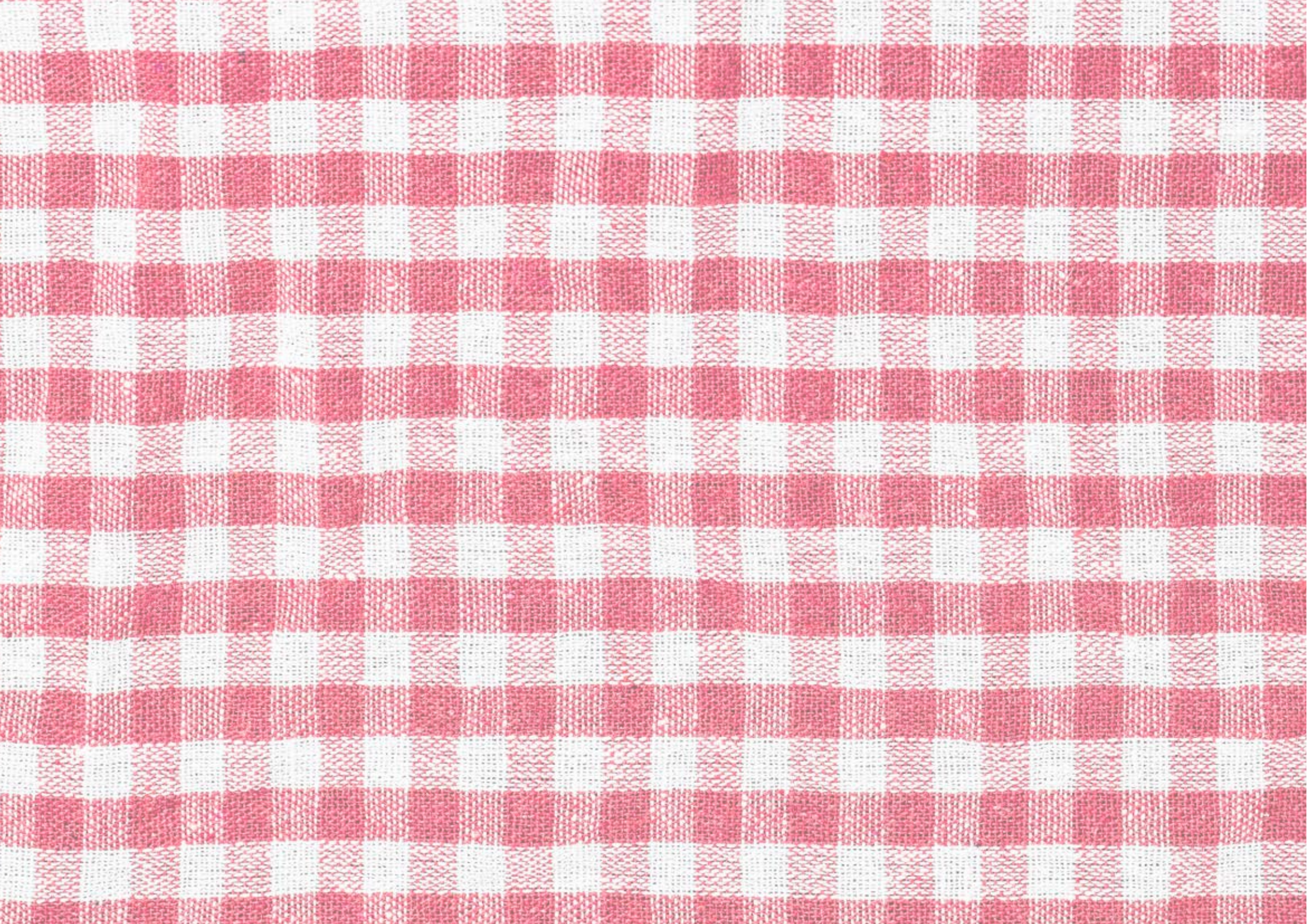
# Apresentação

*Este material visa orientar os Diretores e Educadores das Unidades Educacionais sobre os procedimentos e condutas que envolvem a oferta da alimentação às crianças, garantindo a segurança alimentar e a sua utilização como instrumento pedagógico nos Centros de Educação Infantil (CEIs).*

*Estas instituições têm um papel importante na promoção de uma alimentação adequada e saudável, visto que o primeiro contato com os alimentos e o desenvolvimento dos hábitos e preferências alimentares ocorrem nesta fase da infância. Como as principais refeições e as práticas educativas das crianças são realizadas neste ambiente, os educadores exercem papel fundamental na formação de hábitos alimentares saudáveis.*

*Assim, a forma de apresentação dos alimentos no ambiente escolar contribuirá para os bebês e as crianças terem boas experiências e recordações com a alimentação saudável em suas vidas.*

*Nutricionistas da Coordenadoria de Alimentação Escolar*



# SUMÁRIO



**1. IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO.....7**

**1.1. Leite Materno no CEI.....7**



**2. INTRODUÇÃO ALIMENTAR.....9**

**2.1. Consistência .....9**

**2.2. Porcionamento .....11**

**2.3. Adequação dos Utensílios Utilizados pelas Crianças .....11**



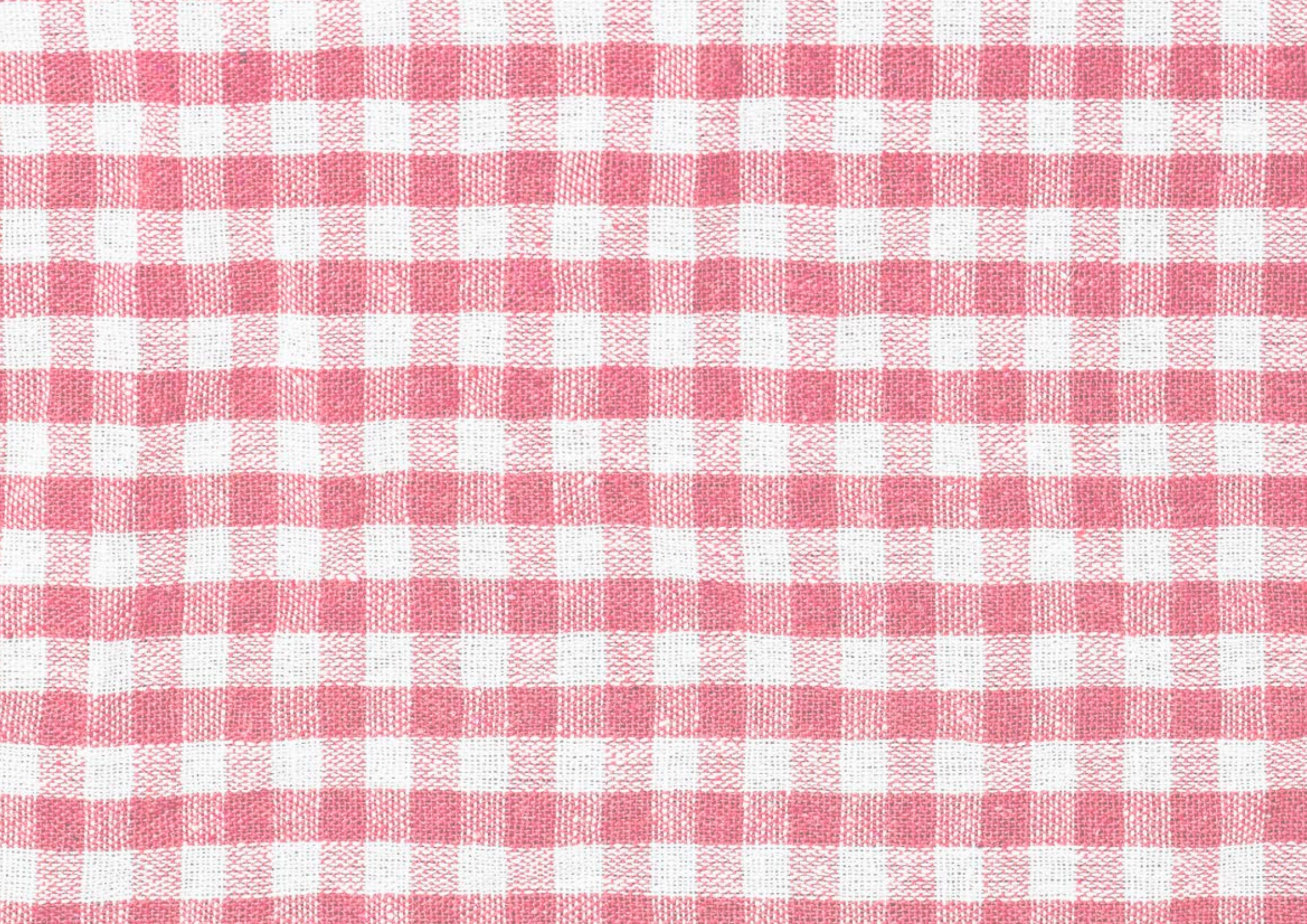
**3. CONDOTA DO EDUCADOR FRENTE À ALIMENTAÇÃO DAS CRIANÇAS .....13**

**3.1. Local Adequado para Realizar as Refeições .....14**

**3.2. Condições Higiênico-Sanitárias Adequadas no Momento da Distribuição .....14**

**3.3. Educação Nutricional Inserida no Projeto Pedagógico .....16**

**Bibliografia.....17**



# 1.

## IMPORTÂNCIA DO ALEITAMENTO MATERNO

O leite materno é o alimento mais completo para o bebê, pois contém todos os nutrientes necessários para o crescimento e desenvolvimento do lactente, além de conter anticorpos responsáveis pela formação do sistema imune da criança, protegendo contra várias doenças como alergias, diarreia, infecções respiratórias, entre outras. Além disso, transcende sua importância nutricional por aumentar o vínculo mãe e filho, favorecer o desenvolvimento intelectual e emocional da criança, e a sustentabilidade ambiental.

A Organização Mundial de Saúde recomenda que os bebês recebam exclusivamente leite materno durante os primeiros seis meses de vida. Após este período, o bebê deve começar a receber alimentação complementar segura e nutricionalmente adequada, juntamente com a amamentação, até os dois anos de idade ou mais.

Os Centros de Educação Infantil devem incentivar o aleitamento materno seja com a presença da mãe na Unidade para amamentar ou recebendo o leite materno ordenhado e congelado.

Na impossibilidade do aleitamento materno, o CEI deverá oferecer a fórmula láctea infantil adequada para a faixa etária do bebê.

### 1.1. LEITE MATERNO NO CEI

A Constituição Federal de 1988, no seu artigo 400, protege o direito da mãe em amamentar e prevê uma estrutura de apoio à amamentação em creches. Mais recentemente, em nosso município, a Lei nº 16.161 de 13 de abril de 2015 garantiu o direito à amamentação em qualquer estabelecimento público ou privado.

Em um Centro de Educação Infantil, realizar ações que visem a promoção, proteção e apoio ao aleitamento materno estão em consonância com a melhoria das práticas educativas e com o atendimento ao princípio dos direitos fundamentais dos bebês e crianças. Sendo assim, o CEI tem papel fundamental no acolhimento da mãe que deseja amamentar, abrindo seus espaços para esta prática.

Na impossibilidade da mãe ir ao CEI realizar o aleitamento, a Unidade deverá se disponibilizar para o recebimento do leite materno ordenhado. Para maiores informações sobre aleitamento materno na Unidade Educacional, orientamos a consulta da página do “CEI Amigo do Peito” disponível no portal da SME :

<https://educacao.sme.prefeitura.sp.gov.br/cei-amigo-do-peito/>

O educador tem papel fundamental no incentivo à continuidade da amamentação, reforçando com as famílias a importância do leite materno para a saúde e desenvolvimento da criança. No caso da oferta do leite materno ordenhado, o educador deverá utilizar o utensílio indicado pela mãe, o leite deverá ser ofertado após o descongelamento e as sobras descartadas imediatamente.



Foto: javi\_indy/Freepik





## 2.

# INTRODUÇÃO ALIMENTAR

A partir de seis meses, além do leite materno ou da fórmula infantil, outros alimentos devem fazer parte da alimentação da criança. Para que a criança construa um amplo repertório alimentar, é importante apresentar a ela a maior diversidade possível de alimentos naturais, saudáveis e coloridos.

Vale ressaltar, que todos os alimentos naturais podem ser ofertados para o bebê na introdução alimentar. Entretanto, deve-se dar prioridade aos alimentos in natura ou minimamente processados, excluindo a oferta de alimentos açucarados, com adição excessiva de sal, gorduras ou outros aditivos alimentares.

Os adultos envolvidos nos cuidados com a criança devem lembrar que essa fase é de suma importância para a formação do paladar e o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis.

Para maiores informações sobre a introdução alimentar consultar o Informativo Técnico SME/CODAE nº 05/2020, disponível no Portal SME/CODAE, item Recursos Educativos, Guias e Informativos.

## 2.1 CONSISTÊNCIA

A partir dos 6 meses, a criança já é capaz de realizar movimentos de mastigação, mesmo sem a formação de dentes, por este motivo é importante ofertar alimentos macios, com o intuito de ensinar o processo de mastigação.

A consistência inadequada dos alimentos pode acarretar o comprometimento de vários fatores do desenvolvimento infantil como: má formação na região oral, respiração bucal, dificuldade na aceitação da alimentação sólida e engasgos frequentes.

Os alimentos introduzidos devem ser inicialmente macios e amassados com o garfo, nunca liquidificados ou peneirados. Em seguida evoluir para alimentos picados em pedaços pequenos, raspados ou desfiados.

É possível oferecer à criança alimentos em pedaços maiores, para que ela pegue com as mãos e leve até a boca. Além disso, os alimentos devem ser servidos separadamente no prato, para que a criança perceba as cores, texturas e sabores diferentes de cada um deles, facilitando o aprendizado e a aceitação.

Para maiores informações sobre a consistência adequada dos alimentos no momento da distribuição, consultar o Informativo Técnico SME/CODAE nº 06/2020, disponível no Portal SME/CODAE, item Recursos Educativos, Guias e Informativos.

As imagens a seguir mostram exemplos de refeições com consistências diferentes por idade da criança.

### Evolução da consistência das preparações: almoço e jantar



As imagens trazem quantidades de alimentos para diferentes faixas etárias. As refeições para crianças de 6, 8 e 12 meses estão servidas em pratos de sobremesa e a refeição para adulto, em prato grande e raso.

## 2.2. PORCIONAMENTO

As necessidades nutricionais das crianças variam de acordo com a idade e grau de desenvolvimento. Sendo assim, visando oferecer o aporte necessário de nutrientes para o crescimento e desenvolvimento das crianças, o porcionamento dos alimentos deve ser de acordo com as orientações elaboradas pelas nutricionistas da Coordenadoria de Alimentação Escolar, disponíveis no Portal SME/CODAE, item Formulário para as escolas, aba Parceiras, tópico Per capita e Porcionamento.

No Portal SME/CODAE, estão disponíveis, entre outras informações, tabelas com os per capita (quantidade de alimento cru por criança) visando orientar o cálculo da quantidade de alimentos a serem preparados e o porcionamento para cada faixa etária.

No início da introdução de novos alimentos, a criança costuma aceitar pouca quantidade, a qual vai aumentando conforme seu crescimento. É fundamental que os adultos observem os sinais de fome e saciedade de cada criança, sabendo que o porcionamento é apenas uma referência e não deve ser seguido de maneira rígida.

## 2.3. ADEQUAÇÃO DOS UTENSÍLIOS UTILIZADOS PELAS CRIANÇAS

Para a oferta de leite materno ordenhado, fórmula infantil e água para os bebês menores de um ano, é recomendado preferencialmente o uso de copos de vidro (capacidade de 10 a 50 ml), colher dosadora ou copo de transição.

Para garantir a utilização dos utensílios adequados é importante abordar os familiares no acolhimento do bebê sobre suas escolhas e hábitos, ou conversar sobre o assunto com a família no momento da introdução de alimentos. Se o utensílio indicado pela família for a mamadeira, devem ser seguidas as recomendações

- O conteúdo da mamadeira deve apenas gotejar e não escorrer;

- O orifício do bico deve ser mantido no seu tamanho original (Não aumentar o tamanho do orifício);
- Os bicos devem ser trocados sempre que necessário;

Após o 8º mês a criança deve passar a receber os líquidos em copos de transição, com tampa de bico rígido e três furos. Essa transição deve ser gradativa e pode iniciar-se com a água. A partir de 11 meses de idade, deve ser estimulada a oferta de líquidos em canecas com alça.



Foto Roberto Tersii/SME

Copinho de vidro, copo de transição e colher dosadora

A individualidade da criança deve ser sempre respeitada. Contudo, o estímulo constante faz-se necessário para que a criança se adapte aos novos utensílios.

Os adultos devem observar se o utensílio de mesa (colher e garfo) utilizado está compatível com o diâmetro da boca da criança, para facilitar a aceitação dos alimentos e garantir a segurança.



Foto Adriana Caminiti/SME

Foto Paula Leticia/SME



# 3.

## ALIMENTAÇÃO DAS CRIANÇAS

Tendo o educador fundamental destaque na formação do comportamento alimentar das crianças, orientamos atentar-se aos seguintes aspectos no acompanhamento da criança no momento das refeições:

- Apresentar o cardápio, antes da refeição, especificando o nome de cada alimento e preparação;
- Incentivar a experimentar todos os alimentos do cardápio;
- Nunca obrigá-la ou forçá-la a comer;
- Não criticá-la se deixar a comida no prato;
- Não utilizar os alimentos como prêmio ou castigo;
- Ter atitude positiva e de incentivo ao consumo de todos os alimentos;
- Propor um diálogo amistoso e equilibrado com os bebês e crianças durante a refeição;
- Procurar não emitir comentários ou manifestar expressões caso haja aversão/restrições/aspectos religiosos da parte dos educadores;
- Atentar para a apresentação do prato e, evitar misturar as preparações oferecidas, para que a criança conheça e possa distinguir os sabores, texturas e cores de cada alimento;
- Respeitar o ritmo de cada criança ao comer, não oferecer comida quando estiver sonolenta, distraída ou chorando, evitando engasgos;

Nem sempre a criança aceita o alimento da primeira vez em que é oferecido, às vezes ela precisa experimentar o alimento várias vezes até se familiarizar com ele. Por este motivo, o incentivo ao consumo de todos os alimentos deve ser constante. Cada refeição é uma nova oportunidade da criança aprender a gostar de novos alimentos.

### 3.1. LOCAL ADEQUADO PARA REALIZAR AS REFEIÇÕES

É imprescindível que a alimentação da criança seja realizada em ambiente agradável e tranquilo. O educador deve dedicar-lhe atenção, prontificando-se a ajudá-la sempre que necessário.

Para receber a alimentação a criança deve estar sentada, em uma cadeira adequada para a faixa etária, com a postura ereta, com pés apoiados, e jamais deve estar deitada, inclinada, em cadeiras que balançam ou no bebê conforto. A melhor maneira de oferecer a comida para os bebês e as crianças é sentar-se de frente para elas, na mesma altura, de forma que elas não precisem ficar com a cabeça de lado nem levantar o queixo enquanto comem.

Para bebês que ainda não tenham atingido o desenvolvimento postural necessário para manterem-se sentados em equilíbrio estável por si só, a oferta de leite e introdução da alimentação somente deve acontecer no colo do educador.

À medida que os bebês tenham mais autonomia para se deslocarem sozinhos, eles devem utilizar as mesas e cadeiras com apoio para as costas, adequadas ao seu tamanho, que possibilitem apoiar os pés no chão e os cotovelos na altura da mesa. A alimentação nas mesas deve acontecer em pequenos grupos, para ser priorizada a atenção da educadora considerando que os bebês e crianças ainda precisam do seu auxílio direto.

O momento da refeição deve ocorrer preferencialmente no refeitório e sempre na companhia dos educadores. Esse espaço deve favorecer o convívio social, proporcionar experiências culturais e contribuir para o processo de construção da autonomia. Neste local, as crianças também aprenderão os rituais que permeiam a refeição, como utilizar os talheres, sentar-se à mesa, compartilhar o que gosta e alimentar-se sozinha.

### 3.2 CONDIÇÕES HIGIÊNICO-SANITÁRIAS ADEQUADAS

Algumas medidas importantes devem ser adotadas no momento da distribuição, visando dar continuidade às boas práticas de manipulação dos alimentos iniciadas na cozinha para preservar a segurança alimentar e nutricional. São elas:

- Manter os alimentos cobertos ou tampados enquanto aguardam o momento da distribuição;
- Atentar para a prática diária de higienização das mãos antes das refeições. Se houver necessidade de assoar o nariz das crianças, mexer no celular ou realizar qualquer outra atividade que gere risco de contaminação, a higienização completa das mãos deve ser feita novamente;
- No momento da refeição os talheres não devem ser compartilhados entre as crianças;
- Todas as pessoas que participam da distribuição das refeições e que auxiliam os alunos no momento da alimentação são considerados manipuladores de alimentos. Por esse motivo, devem se apresentar paramentadas com rede ou touca de proteção nos cabelos e mãos devidamente higienizadas. Além disso, é recomendável evitar o uso de adornos (pulseiras, anéis, colares e brincos) que podem dificultar a adequada higiene das mãos e aumentar o risco de contaminação dos alimentos.
- Sempre que possível utilizar pegador ou outro utensílio para servir o alimento à criança, mas havendo necessidade de manipular o alimento com a mão, deve-se protegê-las com luvas descartáveis. No entanto, antes de colocar as luvas, é imprescindível higienizar as mãos;
- Os utensílios não devem ser manuseados de modo que os dedos toquem nos alimentos prontos e nas partes que entram em contato com a boca das crianças, ou seja, deve-se manusear as canecas pela alça e os talheres pelo cabo;
- Não assoprar os alimentos para esfriar; se necessário, utilizar um prato ou tampa plástica limpos, para abanar e esfriar os alimentos;
- Os utensílios, canecas, pratos e cumbucas com alimentos não devem ser empilhados de maneira que o fundo do recipiente de cima entre em contato com o alimento do recipiente de baixo;
- As mamadeiras e outros alimentos que não forem consumidos pelas crianças no período não devem permanecer na sala de aula e nem serem reaproveitadas para o próximo período;
- A água presente nas salas de aula deve ser trocada frequentemente e suas jarras mantidas tampadas e higienizadas a cada período, bem como os copos;

- Evitar que as crianças apoiem os alimentos como frutas, pães e biscoitos diretamente sobre a mesa ou outra mobília. Os alimentos devem ser servidos em utensílios de apoio;
- Jamais permitir deixar as canecas, mamadeiras e outros utensílios que servem alimentos em contato direto com o chão.

### **3.3. EDUCAÇÃO NUTRICIONAL INSERIDA NO PROJETO PEDAGÓGICO**

O Programa de Alimentação Escolar deve ter sua visão ampliada como instrumento pedagógico com múltiplas possibilidades educativas, e fazer da Educação Alimentar e Nutricional uma ferramenta de formação dos hábitos alimentares, empregando a alimentação escolar como uma boa ferramenta para promoção da alimentação saudável, inclusão social e integração dos alunos.

Pelo exposto, os educadores das Unidades Educacionais devem estar atentos sobre os procedimentos que envolvem a oferta da alimentação às crianças nos CEIs, abordando o tema Alimentação e Nutrição e o desenvolvimento de práticas saudáveis de vida na perspectiva da Segurança Alimentar e Nutricional, conforme a lei nº 11.947/2009 e conforme a Orientação Normativa de educação alimentar e nutricional para educação infantil de SME.



## BIBLIOGRAFIA

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.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2 ed. Brasília, 2014.

SÃO PAULO (SP). Secretaria Municipal de Educação. Coordenadoria de Alimentação Escolar. **Informativo Técnico SME/CODAE nº 09/2018**. São Paulo, 2018.

SÃO PAULO (SP). Secretaria Municipal de Educação. Coordenadoria de Alimentação Escolar. **Informativo Técnico SME/CODAE nº 05/2020**. São Paulo, 2020. (Introdução alimentar)

SÃO PAULO (SP). Secretaria Municipal de Educação. Coordenadoria de Alimentação Escolar. **Informativo Técnico SME/CODAE nº 06/2020**. São Paulo, 2020. (Consistência dos alimentos)

SÃO PAULO (SP). Secretaria Municipal de Educação. Coordenadoria de Alimentação Escolar. **Normas e padrões para Centros de Educação Infantil com berçário**. São Paulo, 2021.

SÃO PAULO (SP). Secretaria Municipal de Educação. COPED/Divisão de Educação Infantil-DIEI. Coordenadoria de Alimentação Escolar. **Educação Alimentar e Nutricional na Educação Infantil**. São Paulo, 2019.

SÃO PAULO (SP). Secretaria Municipal da Saúde. **Portaria nº 2.619, de 6 de dezembro de 2011**. Aprova o regulamento técnico de boas práticas. Estabelece critérios/procedimentos operacionais padronizados para produção de alimentos. Revoga a Portaria nº 1.210/06. São Paulo, 2011.

São Paulo (SP). Secretaria Municipal de Educação. Coordenadoria Pedagógica. Coordenadoria de Alimentação Escolar. **Orientação Normativa de educação alimentar e nutricional para Educação Infantil**. – São Paulo: SME/COPED/CODAE, 2020.

Sociedade Brasileira de Pediatria. **Manual de Alimentação da Infância à Adolescência**. Departamento Científico de Nutrologia. 4ed. São Paulo, 2018.



Foto Paula Leticia/SME



Foto Paula Leiticia/SME



**CIDADE DE**  
**SÃO PAULO**  
**EDUCAÇÃO**