



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

CADERNO DE ENCARGOS

EB/PESACF/12/2020 para a aquisição de fornecimento de refeições diárias (almoços e lanches)
Edifício do Curral das Freiras

PARTE I

CONDIÇÕES GERAIS

Artigo 1.º

Entidade adjudicante

A entidade adjudicante é a **Escola Básica com Pré-Escolar de Santo António e Curral das Freiras**, adiante designada por EB/PE Santo António e Curral das Freiras, NIPC nº 671 001 264, sediada na Rua Quinta Josefina, 1, 9020 - 321 Funchal, telefone 291709390, email: eb23santonio@edu.madeira.gov.pt. A entidade adjudicante é representada pelo Conselho Administrativo da EB/PE Santo António e Curral das Freiras, órgão competente para autorizar a despesa, no uso das suas competências.

Artigo 2.º

Objeto do contrato

Procedimento para a celebração do contrato de confeção e fornecimento de refeições diárias (almoços e lanches) na cantina da EB/PE Santo António e Curral das Freiras – edifício do Curral das Freiras, para o ano letivo de 2020-2021, nos termos do Código dos Contratos Públicos, publicado no Decreto-Lei nº 18/2008, de 29 de janeiro e demais legislação em vigor.

Artigo 3º

Preço Base

O preço base, de acordo com as condições previstas no presente Caderno de Encargos, é 42.857,15€ (quarenta e dois mil, oitocentos e cinquenta e sete euros e quinze centimos), acrescido do valor do IVA, à taxa legal em vigor na Região Autónoma da Madeira, correspondendo ao preço máximo que a entidade Adjudicante se dispõe a pagar pela execução de todas as prestações que constituem o objeto do presente contrato.

Artigo 4º

Duração do contato

O contrato tem a duração estimada de 177 dias úteis, com início no ato de adjudicação e termo a 31 de julho de 2021).

Artigo 5º

Prazo de entrega



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

O prazo de entrega dos bens, requeridos pela entidade adjudicante e inerentes aos serviços prestados, deverá ocorrer num prazo a combinar por mútuo acordo. Ressalve-se que atendendo ao pouco espaço disponível e aos poucos equipamentos, não é permitido o armazenamento de grandes quantidades de alimentos.

Artigo 6º

Garantia

1. A entidade adjudicada deverá assegurar a entrega dos produtos sem qualquer anomalia e em perfeito estado de conservação.
2. O adjudicante, na pessoa do Presidente do Conselho Administrativo desta Escola, ou quem for por si indicado, poderá devolver os géneros entregues, sempre que verificar que os mesmos estão em estado impróprio para consumo.
3. Em caso de devolução de todo ou parte do fornecimento requisitado, o adjudicatário deverá proceder à sua substituição de imediato.
4. Se o adjudicatário não entregar as refeições, dentro do prazo estabelecido, a Escola reserva-se ao direito de adquirir, noutro prestador de serviço, as refeições necessárias ao seu consumo, de qualidade pelo menos igual à que deveria ter sido fornecida, sem dependência de aviso ao adjudicatário, sendo por ele paga, por meio de dedução das faturas do fornecimento bem como as despesas que de tal facto advirem.
5. Sem prejuízo das sanções legais a que esteja sujeito, o adjudicatário que entregar produtos impróprios para consumo poderá por esse facto implicar a suspensão do fornecimento e a eventual denúncia às autoridades oficiais competentes.

Artigo 7º

Prazo de pagamento

Compromete-se a entidade adjudicante a efetuar o pagamento do respetivo serviço prestado, à entidade adjudicada, imediatamente após a disponibilidade das verbas para o efeito.

Artigo 8º

Cessação dos Serviços Prestados

Os serviços prestados podem cessar em qualquer momento por mútuo acordo.

Artigo 9º

Resolução do contrato pela entidade adjudicante

1. Sem prejuízo de outros fundamentos da resolução do contrato previstos na lei, a EB de Santo António e Curral das Freiras pode resolver o contrato, a título sancionatório, logo que se verifique o não cumprimento das condições definidas no presente caderno de encargos ou concretamente, quando ocorra quaisquer das seguintes circunstâncias por razões imputáveis ao adjudicatário:



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

- a. Prática de atos dolosos ou negligentes que alterem a boa execução do contrato;
 - b. Prática de ações que prejudiquem a quantidade ou qualidade do serviço de cantina;
 - c. O não cumprimento de condições higiénico sanitárias e de segurança;
 - d. O não cumprimento das obrigações assumidas no articulado contratual e nas peças do procedimento e demais documentos que o compõem.
2. O direito de resolução referido no número anterior exerce-se mediante notificação enviada ao adjudicatário.
3. A cessação dos efeitos do contrato não prejudica o exercício de responsabilidade civil ou criminal por atos incorridos durante a execução do contrato.

Artigo 10º

Resolução por iniciativa do Adjudicatário

O adjudicatário poderá resolver o contrato nos termos gerais previstos na lei.

Artigo 11º

Caducidade do contrato

O contrato caduca quando se verificar o fim do seu prazo, extinguindo-se as relações contratuais existentes entre as partes.

Artigo 12º

Cedência da posição contratual

1. O adjudicatário não poderá ceder a sua posição contratual ou qualquer dos direitos e obrigações decorrentes do contrato sem autorização da entidade adjudicante.
2. Para efeitos da autorização prevista no número anterior, deve:
 - a) Ser apresentada pelo cessionário toda a documentação exigida ao adjudicatário no presente procedimento;
 - b) A entidade adjudicante apreciar, designadamente, se o cessionário está legalmente habilitado e tem capacidade técnica e financeira para assegurar o exato e pontual cumprimento do contrato.

Artigo 13º

Preços

Durante a vigência dos serviços prestados, os preços apresentados na proposta não serão objeto de alteração.

Artigo 14º

Sigilo

O adjudicatário garantirá o sigilo quanto a informações que os seus técnicos venham a ter conhecimento, relacionadas com a atividade da entidade adjudicante.



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

Artigo 15º

Alterações

Qualquer alteração ou modificação ao presente contrato será feito por documento escrito e assinado por ambos os outorgantes.

Artigo 16º

Caução

Não é exigível a prestação de caução.

Artigo 17º

Assinatura do Contrato

O contrato será efetuado pela entidade adjudicante, em duplicado, ficando cada outorgante com um exemplar, devidamente assinado e autenticado, disponibilizado na plataforma eletrónica utilizada para o efeito.

Artigo 18º

Contrato – Documentos

1. O contrato é composto pelo respetivo clausulado contratual e os seus anexos.
2. O contrato a celebrar integra ainda os seguintes elementos:
 - a. Os suprimentos dos erros e das omissões do Caderno de Encargos identificados pelo concorrente, desde que esses erros e omissões tenham sido expressamente aceites pelo órgão competente para a decisão de contratar;
 - b. Os esclarecimentos e retificações relativos ao Caderno de Encargos;
 - c. O presente Caderno de Encargos;
 - d. A proposta adjudicada;
 - e. Os esclarecimentos sobre a proposta adjudicada prestados pelo adjudicatário.
3. Em caso de divergência entre os documentos referidos no número anterior, a respetiva prevalência é determinada pela ordem pela qual aí são indicadas.
4. Em caso de divergência entre os documentos referidos no nº 2 e o clausulado do contrato e seus anexos, prevalecem os primeiros, salvo quanto aos ajustamentos propostos de acordo com o disposto no artigo 99º do Código dos Contratos Públicos e aceites pelo adjudicatário nos termos do disposto no artigo 101º desse mesmo diploma legal.

Artigo 19º

Legislação subsidiária

Em tudo o que não estiver especialmente regulado, observar-se-ão as disposições legais previstas no Decreto-Lei nº 18/2008, de 29 de janeiro e demais legislação em vigor.

Artigo 20º

Foro Competente



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

Para resolução de todos os litígios decorrentes do contrato fica estipulada a competência do Tribunal Administrativo e Fiscal do Funchal, com expressa renúncia a qualquer outro.

PARTE II **ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS**

Artigo 21º **Descrição dos Bens/Serviços**

1. O procedimento a que diz respeito este Caderno de Encargos compreende a confeção e fornecimento diário de almoços e lanches na cantina do edifício do Curral das Freiras.

2. O adjudicatário deverá fornecer diariamente as seguintes opções alimentares:

- a) O número previsto de refeições completas diárias a fornecer corresponde a trinta e seis (36) para alunos da creche e Pré;
- b) O número previsto de refeições completas diárias a fornecer corresponde a trinta e três (33) para alunos do 1º ciclo;
- c) O número previsto de refeições completas diárias a fornecer corresponde a trinta (30) para alunos do 2º, 3º ciclos;
- d) O número diário previsível de lanches para a creche e pré escolar é de setenta e dois (72);
- e) O número diário previsível de lanches para o 1º ciclo é de sessenta e seis (66);
- f) O número diário previsível de lanches para 2º, 3º Ciclos é de cinquenta e seis (56).

2.1. Refeição completa (ver anexos 1, 2 e 3)

2.1.1. A composição, obrigatória, da ementa diária da **refeição completa com inclusão de proteína animal** é a seguinte:

- a) Sopa de vegetais frescos, tendo por base batata, legumes ou leguminosas;
- b) Prato de carne ou peixe, alternados, com os acompanhamentos básicos da alimentação, mas tendo que incluir, obrigatoriamente, legumes cozidos e/ou crus adequados à ementa;
- c) Sobremesa constituída, diariamente, por fruta variada da época, que poderá ser também assada ou cozida;
- d) Pão de mistura (50grs)

2.1.2. Refeição completa sem proteína animal (vegetariana)

O adjudicatário compromete-se a fornecer **refeições vegetarianas**, sem alteração do custo unitário, que é único para ambos os tipos de refeição (vegetariano e com proteína animal). A ementa vegetariana deverá assegurar o equilíbrio



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

alimentar e nutricional e guiar-se pela legislação em vigor, nomeadamente as orientações da Direção Geral da Saúde, através do Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável.

II – LANCHE (ver anexos 1,2 e 3)

1. A composição dos lanches apresenta duas opções:

- a) leite + pão com queijo ou fiambre + peça de fruta;
- b) iogurte + pão com queijo ou fiambre + peça de fruta

1.1. O pão deverá respeitar obrigatoriamente o seguinte: pão branco (tipo “papo seco”) 2 dias por semana e pão tipo mistura/integral/cereais 3 dias por semana. Em função da aceitação, recomenda-se um aumento da frequência de pão integral/mistura/cereais. O pão deverá ter uma captação média unitária de 50g.

1.2. O leite deverá ser meio-gordo (UHT) na quantidade de 250 ml.

1.3. O iogurte deverá ser fornecido 1 vez por semana. Só serão admitidas as variantes *natural* ou *aroma* (ambas sem adição de açúcar).

2. Nos casos aplicáveis de alergia às proteínas do leite de vaca e intolerância à lactose, o adjudicatário deverá assegurar (sem acréscimo de custo) a substituição do leite por equivalente, adaptado às referidas situações clínicas. O leite sem lactose deverá ser complementado com os restantes alimentos que compõem os lanches e para os quais não haja indicação de qualquer intolerância alimentar.

3. Nos dias festivos (exemplo: Natal, Carnaval, Páscoa e fim do ano letivo) o menu para o lanche deverá ser constituído por **1 sumo (250 ml), sandes de queijo e/ou fiambre** sem acréscimo de preço.

4. A estimativa para o total de refeições e sua topologia, a fornecer durante a vigência do presente contrato, é a seguinte:

TIPO DE REFEIÇÃO	Nº DIAS (estimativa)	TOTAL REFEIÇÕES	VALOR BASE (sem IVA)
Refeição completa – creche e pré	177	6.390	42.857,15€
Refeição completa – 1º ciclo	143	4.719	
Refeição completa – 2º e 3º ciclo	143	4.290	
Lanches - creche e pré	177	12.620	
Lanches 1º ciclo	143	9.472	
Lanche - 2º e 3º ciclo	143	8.100	

5. As refeições, objeto do presente procedimento, deverão ser confeccionadas com alimentos em perfeito estado sanitário, de boa qualidade, dentro do prazo de validade e de acordo com as boas técnicas de confeção, segundo ementas a aprovar, previamente, pela entidade adjudicante, com a devida antecedência.

6. Cada utilizador do refeitório tem direito a um tabuleiro com a respetiva toalha de papel e guardanapo.



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

Artigo 22º

Ementas para atividades no exterior

1. Nos dias em que se realizem atividades no exterior, o leite deverá ser substituído por uma garrafa de água, ficando assim constituído: **1 garrafa de água + 1 sandes de queijo + 1 peça de fruta.**
2. O fornecimento deste menu obriga ao acondicionamento do pão em película aderente.
3. A peça de fruta não deverá ser de descascar (exceção: banana).

Artigo 23º

Matéria-prima alimentar

1. A matéria-prima alimentar fresca (carne, peixe, legumes, fruta, pão) não pode ser submetida ao processo de congelação dentro da Escola, pois, o equipamento do refeitório não se destina à congelação dos alimentos, mas apenas à manutenção dos produtos já congelados.
2. A carne de vaca deverá ser de 1ª qualidade (alcatra, rabadilha, pojadouro, etc.) apresentando as características organoléticas normais, nomeadamente a cor, o cheiro, o aspeto, a humidade superficial e a textura.
3. A introdução de peixes diferentes dos habituais deverá ter em conta a preferência da população escolar.
4. Privilegiar a utilização de produtos hortícolas frescos e dar preferência à fruta de época.
5. O arroz deverá ser, preferencialmente, do tipo carolino (menos refinado e maior valor nutricional) que o arroz agulha. Para alguns pratos, será usado o arroz agulha.

Artigo 24º

Matéria-prima não alimentar

1. O serviço a fornecer deverá incluir:
 - a) Guardanapos;
 - b) Saquetas de papel para os talheres;
 - c) Toalhetes de papel para os tabuleiros;
 - d) Película aderente para acondicionar pão e outros alimentos;
 - e) Produtos de higiene e limpeza;

Artigo 25º

Elaboração de Ementas

1. Na entrega das propostas, o concorrente deverá apresentar um conjunto de 20 ementas tipo, elaboradas de acordo com as regras do presente caderno de encargos, nomeadamente alimentos permitidos, frequência, captações e constituição variada. Pretende-se ainda que venham acompanhadas das fichas técnicas e que se dê relevância a alguns pratos da cozinha regional.



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

- 1.1. As ementas apresentadas serão objeto de apreciação pelo órgão de gestão que procederá à seleção daquelas que considerar serem as melhores opções.
2. As ementas semanais, devidamente aprovadas, serão afixadas no refeitório e à entrada da escola e publicitadas na página Web da Escola.
3. As ementas deverão incluir géneros alimentícios em natureza não sendo permitida a utilização de produtos resultantes da transformação destes.
3. Devem ser observadas as captações previstas para os alunos do 2º e 3º ciclos do Ensino Básico, e de adultos, conforme legislação em vigor. Para carne e peixe considerar a quantidade em parte edível (sem ossos, espinhas, gorduras visíveis...) e nos produtos congelados considerar uma margem de mais 10% nas captações. Depois de cozinhados, os produtos não podem ter perdas superiores a 20%.
4. Na elaboração das ementas e quanto às **refeições completas**, devem ser tomadas em consideração os seguintes aspetos:
 - 4.1. A ementa deve ser acompanhada da respetiva ficha técnica que indicará a composição da refeição, tipo de confeção, captação da matéria-prima utilizada, valor calórico total e contribuição calórica dos macronutrientes na refeição (lípidos, proteínas e hidratos de carbono);
 - 4.2. A ementa deve ser constituída, diariamente, por um prato de carne ou peixe, sendo o seu fornecimento alternado;
 - 4.3. Na distribuição mensal, as carnes brancas terão que ser disponibilizadas com maior frequência que as carnes vermelhas (60% versus 40%);
 - 4.4. A inclusão de carne ou peixe picado ou desfiado só poderá constar da ementa 1 vez por semana. O tipo de peixe/moluscos apenas se poderá repetir 2 vezes por mês;
 - 4.5. O ovo limita-se a 2 vezes por mês.
5. As ementas deverão ser elaboradas de acordo com os hábitos alimentares da Região Autónoma da Madeira (incluir batata doce, milho cozido, atum, espada...) respeitando, sempre que possível, as regras legais de aquisição, utilizados produtos de origem regional ou que integrem valor acrescentado regional.
6. Quando, devidamente justificadas por prescrição médica, devem ser servidas dietas, sendo dado atempado conhecimento ao adjudicatário, de tal facto e dos alunos abrangidos.
7. É da responsabilidade do adjudicatário, a garantia do fornecimento diário de alimentos para esta Escola, com qualidade e em condições de higiene e sanitárias, correndo por sua conta e risco a reparação de danos e prejuízos emergentes quer dos casos de intoxicação/ infeção alimentar, quer na falta de fornecimento de qualquer refeições.
8. Os planos de ementas não deverão ser alterados pelo adjudicatário; quando não seja possível, por motivos poderosos, devidamente justificados, assegurar a ementa prevista, poderá o adjudicatário propor a sua substituição à Escola, devendo a causa da alteração ser registada pelo adjudicatário em documento próprio. Este documento deverá ser apresentado ao presidente do Conselho Administrativo desta Escola, ou por quem ele indicar, sempre que solicitado.



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

9. Não pode ser servida a mesma sopa mais que uma vez, durante cada semana.

10. Para a sobremesa deverá o adjudicatário assegurar o fornecimento de frutas variadas e da época ou alternativas saudáveis.

10.1. Simultaneamente com a fruta poderá haver salada de fruta (sem adição de açúcar e/ou refrigerante);

10.2. O doce e a geleia não deverão estar presentes. Todavia, poderão abrir-se exceções em dias especiais ou festivos.

Artigo 26º

Instalações, equipamentos e material

1. As instalações, equipamentos e material devem apresentar-se, sempre, em boas condições de higiene e conservação, sendo os produtos para tal da responsabilidade do adjudicatário.

2. A desinfestação das instalações, que inclui cozinha, refeitório e espaços para armazenagem de matéria prima alimentar e não alimentar, será da responsabilidade do adjudicatário devendo ser efetuada, pelo menos, uma vez por período nas pausas letivas.

3. As temperaturas dos sistemas de frio (refrigeração/manutenção de congelados) e as dos equipamentos de manutenção de temperaturas quentes (banho-maria/estufa) deverão ser, diariamente, verificadas, pelo adjudicatário, através de termómetros especificados e feitos registos.

4. O fornecimento de toalhas de papel para os tabuleiros, os guardanapos de papel e o empacotamento de talheres e do pão é obrigatório, sendo da responsabilidade do adjudicatário.

5. Os guardanapos deverão ser de folha dupla, com dimensão de 33 x 33 cm.

6. Os concorrentes deverão, antes da entrega das propostas, efetuar uma visita ao local sob pena de não serem aceites eventuais reclamações de deficiências ou dificuldades de execução.

7. A manutenção e reparação do equipamento serão da responsabilidade do adjudicante.

Artigo 27º

Formação

O adjudicatário deverá fornecer adequada formação à totalidade dos funcionários que, no seu dia-a-dia, contactem com os alimentos, nomeadamente em “Higiene e Segurança Alimentar”, devendo fazer chegar ao adjudicante o plano de formação e respetivos conteúdos temáticos.

Artigo 28º

Pessoas estranhas ao serviço

Não é permitida a presença de pessoas estranhas ao serviço nas áreas de armazenamento, preparação, confeção, empratamento e distribuição. Excetuam-se da proibição, o Conselho Executivo da Escola e o pessoal por este devidamente autorizado. A entrada nas instalações da cozinha apenas será autorizada a quem se apresente devidamente protegido.

Artigo 29º



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

Pré-marcação de refeições

1. O número diário de refeições é apurado mediante a contagem das refeições vendidas aos utilizadores do refeitório.
2. A venda das refeições é da exclusiva responsabilidade dos serviços competentes.
3. A alteração das quantidades das refeições solicitadas fora dos prazos acima referidos, poderá ocorrer, pontualmente, se, por motivos devidamente justificados, devendo o adjudicatário estar preparado para servir refeições de recurso.
4. O montante a pagar ao adjudicatário e as demais obrigações das partes correspondem ao total de refeições consumidas.

Artigo 30º

Produtos a utilizar na confeção

1. É da inteira responsabilidade do adjudicatário, a aquisição dos géneros alimentares a utilizar na elaboração das refeições, correndo por sua conta qualquer falha efetuada por este na manipulação dos géneros alimentares, devendo esgotar as possibilidades de aquisição na Região Autónoma da Madeira.
2. O adjudicatário é responsável pelo transporte, armazenamento e conservação dos géneros alimentares, devendo cumprir escrupulosamente todas as medidas tendentes à manutenção da qualidade higiénica dos mesmos.
3. O adjudicatário deverá guardar uma amostra da refeição diária, por um período de 72 horas.

Artigo 31º

Produtos e procedimentos interditos

É expressamente proibida a utilização de manteiga com sal ou meio sal e de quaisquer aditivos, tipo caldos e sopas concentradas, molhos, corantes, bicarbonato de sódio e outros.

Artigo 32º

Normas de confeção

1. A prestação deve ser executada em conformidade com todas as cláusulas contratuais e demais legislação aplicável, de modo a garantirem-se as características técnicas gerais das refeições e o adequado funcionamento do refeitório.
2. A preparação e confeção das refeições terão de ser executadas em perfeita conformidade com as condições estabelecidas nos documentos contratuais e demais legislação aplicável, designadamente o Regulamento (CE) nº 852/2004 e nº 178/2002 do Parlamento Europeu.
3. O azeite para consumo em cru terá de ser virgem extra e obedecer à legislação em vigor.
4. Os agriões não podem ser servidos em natureza, devendo sempre ser cozinhados.

Artigo 33º

Higiene das instalações

1. A higiene das instalações, do equipamento e de todo o material, assim como os encargos com material e produtos adequados é da responsabilidade do adjudicatário.



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA

GOVERNO REGIONAL

SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

2. Todas as matérias-primas e bens não alimentares destinados à higiene do pessoal, nomeadamente, sabonetes líquidos, desinfetante e toalhete de papel para as mãos, luvas e máscaras descartáveis são da inteira responsabilidade do adjudicatário.

3. O adjudicatário deverá destacar dos seus quadros, pessoal possuidor de formação adequada e com a escolaridade mínima obrigatória para a supervisão da preparação, confeção e empratamento, higiene do pessoal, cantina e seus anexos.

Artigo 34

Água, Gás e Eletricidade

A Escola assegurará o fornecimento de água, gás e eletricidade às instalações.

Artigo 36º

Transporte de lixo

O transporte do lixo da cozinha e restantes instalações a ela inerentes, para a zona de recolha pública, é da responsabilidade do pessoal do adjudicante.

Artigo 37º

Inspeção

A escola reserva-se ao direito de inspecionar os produtos entregues ou mandá-los analisar para avaliar a qualidade dos produtos, sempre que julgue conveniente, de forma a garantir o cumprimento das normas de segurança e higiene alimentar.

Artigo 38º

Legislação Aplicável

Em tudo o omissos nas presentes condições gerais e especiais observar-se-á o disposto no Decreto-Lei nº 18/2008, de 29 de janeiro, adaptado à RAM através do Decreto Legislativo Regional nº 34/2008/M, de 14 de agosto e demais legislação em vigor.

O conselho administrativo



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA
GOVERNO REGIONAL
SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

Anexo 3 – Constituição das Refeições | 2º e 3º Ciclos

CARACTERÍSTICAS DAS REFEIÇÕES: COMPOSIÇÃO E CAPITAÇÕES

1. O adjudicatário obriga-se a fornecer, durante o período previsto e diariamente, 2 lanches (manhã e tarde) e 1 almoço.
2. A composição dos **lanches**, exceto os específicos das saídas, deverá incluir a combinação de 3 constituintes, de acordo com as seguintes alternativas:
 - a) leite + pão com queijo ou fiambre + peça de fruta;
 - b) iogurte + pão com queijo ou fiambre + peça de fruta

3. LANCHE – ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

3.1. O pão deverá respeitar obrigatoriamente o seguinte: pão branco (tipo “*papo seco*”) 3 dias por semana e tipo mistura ou integral 2 dias por semana. Se o preço for idêntico recomenda-se um aumento da frequência de pão integral ou de mistura (nutricionalmente indicado a generalização diária). O pão deverá ter uma capitação média unitária de 50g.

3.3. O iogurte sólido deverá ser fornecido 1 vez por semana. Só serão admitidas as variantes natural ou aroma (ambas sem açúcar).

3.4. A constituição diária dos lanches terá que contemplar obrigatoriamente um copo de leite meio-gordo (UHT) na quantidade de 200ml.

3.5. O queijo deverá ser meio-gordo (25-45% de matéria gorda) e com teor mínimo de sal. O queijo deverá constar dos lanches no mínimo 4 vezes/semana.

3.9. O adjudicatário deverá disponibilizar lanches acondicionados, quando solicitados, e uma garrafa de água para fazer face às refeições a consumir nas visitas externas ao espaço escolar.

4. ALMOÇO

A **composição do almoço** deverá respeitar a seguinte tipologia:

Sopa + Prato + Fruta (1 peça)

4.1. Devem ser observados os seguintes requisitos mínimos:

CAPITAÇÕES GERAIS

- Sopa

SOPA

	2º, 3ºC
Hortaliças	70
Legumes	170
Batata (a)	80
Feijão / Grão / Favas ^{1(a)}	20
Lentilhas / Trigo / Cevadinha	
Ervilhas	20
Azeite	5

- a) Selecionar apenas um dos produtos ou combinar vários reduzindo as quantidades indicadas. ¹
Quantidade prévia a demolhar

- **PRATO**

PRATO**2º e 3º ciclos**

Carne / Peixe / Moluscos (parte edível)	90
Massa / Arroz / Cuscuz	80
Ervilhas	40
Feijão/Favas/Grão ¹	
Batata	90
Legumes/Hortaliça	150
Azeite	10

*Quantidade em parte edível (sem ossos, espinhas, gorduras visíveis...).

ESPECÍFICAS

- **Fruta**

Géneros Alimentícios	Observações	
	2º e 3º ciclos e	
	Secundário	
Alperce	140	Calibre mínimo 30 mm
*Ameixa	140	Calibre mínimo 30 mm
Banana	120	1 unidade
*Cereja	120	
*Citridos		
Laranja		1 unidade
Tangerinas	180	2 unidades
	120	2 unidades
Clementinas	120	

*Maçã; kiwi	120	1 unidade
*Morango	150	
*Pêra	120	1 unidade
*Pêssego	120	1 unidade
*Uvas	120	

Os frutos deverão respeitar as “Normas de Qualidade” definidas pela legislação vigente bem como obedecer às diversas disposições da Categoria II, para os frutos assinalados com *.

- **Hortícolas**

Géneros Alimentícios	2º e 3º ciclos
----------------------	----------------

Abóbora

Sopa (base) 100

Sopa (não base) 50

Agrião 60

Alface

Salada 50

Salada mista 30

Sopa (não base) 30

Alho Francês

Sopa (base) 80

Sopa (não base) 50

Beterraba 30

Brócolos 80

Cebola 20

Cenoura

Guarnição mista 60

Jardineira/Estufado 60

Salada 60

Sopa (base) 60

Sopa (não base) 50

Arroz 50

Couve flor 70

Couve Lombarda / Portuguesa

Guarnição mista 70

Sopa (não base) 60

Couve Roxa 40

Espinafres 50

Feijão Verde 40

Tomate

Salada 60

Salada mista 40

Arroz 40

Estufado 40

<i>Grelos</i>	
Guarnição mista	80
Arroz	40
Sopa (base)	40
<i>Nabo</i>	30
<u>Nabiça / Juliana</u>	50
<i>Pimento</i>	20

As capitações correspondem ao peso edível em cru.

Nos produtos congelados considerar uma margem de mais 10% nas capitações.

- **Condimentos / Ervas Aromáticas**

Géneros Alimentícios	Capitações
Salsa	q.b.
Alho	q.b.
Coentros	q.b.
Hortelã	q.b.

- **leguminosas**

Géneros Alimentícios	2º e 3º ciclos
<i>Ervilhas</i>	
Guarnição base	70
Guarnição + outro grupo IV	45
Jardineira	45
Sopa (base)	40
Sopa (não base)	40
Arroz	30
<i>Feijão / Grão</i>	
Guarnição base	70
Guarnição + outro grupo IV	45
Arroz	30
Sopa (base)	35
Sopa (não base)	20

- **guarnições**

Géneros Alimentícios	2º e 3º ciclos
<i>Arroz / Massa</i>	
Guarnição base	80
Guarnição mista	70
Sopa com hortaliça	20

<i>Batata</i>	
----------------------	--

Cozer	90
Puré	90
Jardineira/Caldeirada	70
Sopa (base)	80
Sopa (base + outro grupo IV)	50

- **carne / pescado / ovo**

Géneros Alimentícios	2º e 3º ciclos
Carne*	90
Peixe*	90
Ovo	50 (1 unid)

* Quantidade em parte edível (sem ossos, espinhas, gorduras visíveis...). Nos produtos congelados considerar uma margem de mais 10% nas capitações. Depois de cozinhados, os produtos não podem ter percas superiores a 20%.

5. CONSTITUIÇÃO DOS ALMOÇOS

5.1.As leguminosas (feijão, grão, favas, ervilhas, lentilhas) devem constar das sopas e pratos principais 2 e 1 dia por semana, respetivamente.

5.2.O plano de ementas mensal terá que incluir as seguintes variedades de feijão: branco; catarino; encarnado; manteiga; preto e frade. Lentilhas (sopa ou prato), favas, grão e cevadinha (ou trigo) deverão fazer parte da constituição das ementas no mínimo 1 vez por mês.

5.3. SOPA

5.3.1.As sopas constituintes do plano mensal de ementas terão que apresentar composição distinta de alimentos. A constituição diária da sopa deverá ser, obrigatoriamente à base de legumes/hortícolas. O adjudicatário não deverá repetir a mesma sopa durante o mês. A sopa deverá incluir, diariamente, 2 ou mais ingredientes não triturados. É admissível a introdução gradual da sopa com ingredientes inteiros. Nesse sentido, a empresa em parceria com a Direção do Estabelecimento, deverá articular a frequência/tipo e número de ingredientes que considere mais viável.

5.3.2.É permitida canja **ou** sopa de peixe (no máximo uma vez por mês) desde que respeitadas as capitações descritas. Atendendo a que a constituição diária dos pratos inclui carne ou peixe, as restantes sopas não poderão incluir estes constituintes.

5.3.3. Apenas é permitida a utilização do azeite como gordura de adição, a utilizar em cru.

5.3.4. O adjudicatário obriga-se a traduzir as capitações descritas para a sopa num volume *per capita* variável entre 200-250ml (mínimo), possibilitando a repetição da sopa (a quem o deseje). Este volume apenas poderá ser inferior nos casos em que exista uma indicação expressa por parte da Direção deste Estabelecimento.

5.4. PRATO

- **CARNE/PESCADO/OVO**

5.4.1.A frequência de carne e peixe é de 2 a 3 dias por semana, alternadamente (50%). Esta frequência só poderá ser alterada nos dias em que o ovo faça parte da constituição das ementas. Ovo limita-se a 2 vezes por mês.

5.4.2.O tipo de peixe e carne não poderá se repetir durante a mesma semana. A inclusão de carne ou peixe picado ou desfiado só poderá constar da ementa uma vez por semana. O tipo de peixe/moluscos apenas se poderá repetir 1 vez por mês.

5.4.3.As ementas deverão incluir lulas ou polvo 1 vez por mês (alternado). Atum limita-se a 1 vez por mês.

5.4.4.Durante a semana o adjudicatário deverá disponibilizar carne branca e vermelha ou apenas carne branca. Na distribuição mensal as carnes brancas terão que ser disponibilizadas com maior frequência que as carnes vermelhas (60% versus 40%). O tipo de carne apenas se poderá repetir 1 vez por mês. Coelho, borrego e cabrito deverão constar das ementas 1 vez por mês.

- **ACOMPANHAMENTO**

5.4.5.Os fornecedores de hidratos de carbono, designadamente cereais e derivados e tubérculos (exemplo: arroz, massa, batata, cuscuz...) não se poderão repetir em dias seguidos.

5.4.6.A constituição das ementas deverá incluir a batata-doce (na sopa ou prato) e o cuscuz (preparado que resulta da sêmola de cereais). O cuscuz deverá constituir um complemento alternativo à batata, massa ou arroz (incluir 1 vez por mês). A batata-doce terá que constar das ementas 2 vezes por mês. Na época em que a batata-doce se encontra a preços elevados poderá a empresa substituir por outro alimento.

5.4.7.O arroz deverá ser do tipo carolino o qual, por ser menos refinado, apresenta maior valor nutricional que o arroz agulha. O arroz carolino tem também a característica de absorver o paladar dos ingredientes ou alimentos com os quais é cozinhado, tornando-se ideal para a confeção de pratos tipicamente portugueses.

5.4.8.As ementas deverão incluir milho cozido 1 vez por mês.

5.4.9.As ementas terão que incluir obrigatoriamente e diariamente legumes (crus ou cozidos) para além dos constituintes de determinados pratos (exemplo: “*arroz de cenoura*” ou “*macedónia de uma jardineira*”). O mesmo legume/hortícola só poderá constar da ementa (prato) após 2 dias intercalares.

5.5. Sobremesa

5.5.1.A fruta que constitui diariamente a sobremesa do almoço não poderá se repetir durante a mesma semana. Nos dias em que é também disponibilizada fruta ao lanche, esta terá que ser de variedade distinta da constituinte do almoço. A fruta deverá ser variada e da época. O adjudicatário obriga-se a fornecer, no mínimo, 6 variedades de fruta na semana.

5.5.2.Não são permitidas sobremesas doces com exceção da geleia que se limita a ocasiões festivas e deverá ser de origem vegetal.

5.6. Bebida

5.6.1.Água é a única bebida permitida.

5.7. Captações 5.7.1.Sempre que solicitado (casos em que a criança quer repetir), o adjudicatário deverá assegurar o reforço das quantidades descritas garantindo, deste modo e em qualquer circunstância, a satisfação das necessidades alimentares das crianças



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA
GOVERNO REGIONAL
SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

Anexo 1 – Constituição das Refeições | Creche e Pré escolar

CARACTERÍSTICAS DAS REFEIÇÕES: COMPOSIÇÃO E CAPITAÇÕES

1. O adjudicatário obriga-se a fornecer, durante o período previsto e diariamente, 2 lanches (manhã e tarde) e 1 almoço.

2. A composição dos lanches deverá respeitar o seguinte:

2.1. Dos 4-12 meses de idade:

- Farinha láctea (até aos 6 meses sem glúten) ou papa de fruta

2.1.1. O adjudicatário deverá disponibilizar farinhas lácteas com variedade de sabores (maçã; pêra; banana; multifrutos; sabor standard, entre outros...). De acordo com a idade, as farinhas lácteas deverão ser dadas com a seguinte frequência:

- Até os 12 meses: 2-4 vezes/semana
- A partir dos 12 meses: 1-2 vezes/semana

2.1.2. As quantidades de farinha láctea deverão respeitar o seguinte:

- 4-6 meses de idade: 80g
- 6-12 meses de idade: 70g
- 12-24 meses de idade: 60g

2.1.3. As farinhas lácteas por já incluírem leite na sua composição deverão ser preparadas apenas com água. Por razões de diversidade de sabor, o adjudicatário deverá disponibilizar semanalmente o mínimo de 3 variedades (sabores distintos) de farinhas lácteas.

2.1.4. No sentido de ir ao encontro das preferências das crianças, sempre que solicitado pelo estabelecimento, o fornecimento de farinhas lácteas deverá incluir marcas distintas, até 20% do produto devido (ex: se 10 pacotes: 8 marca x, 2 marca y).

2.1.5. A papa de fruta deverá ser disponibilizada apenas ao lanche. A sua constituição deverá respeitar as seguintes especificações:

- Fruta: 100g + Bolacha (tipo Maria): 3-4 unidades + iogurte Natural: ½ - 1 unidade*

* A empresa deverá garantir por criança o equivalente ao intervalo médio da quantidade referenciada.

2.2. A partir dos 12 meses de idade os lanches deverão combinar **2 constituintes** de acordo com as seguintes alternativas:

1 iogurte ou 1 copo de leite (M.G.)* ou 1 peça de fruta

+

4 bolachas (tipo Maria) ou ½ a 1(**) pão com manteiga ou queijo ou cereais (30g)

(*) O leite de vaca só poderá ser fornecido a partir dos 12 meses de idade, sem prejuízo do seu consumo não se efetivar por razões familiares e/ou clínicas (indicação pediátrica). Neste caso, o substituto é da responsabilidade dos encarregados de educação.

(**) A empresa deverá garantir obrigatoriamente a quantidade equivalente por criança ao intervalo médio das quantidades acima referenciadas (0,75). A distribuição deverá ser feita em função das necessidades, considerando ½ pão até os 36 meses de idade e 1 pão a partir dos 36 meses de idade.

3. LANCHE – ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

3.1. Os cereais deverão fazer parte das ementas 1 vez por semana. Poderão ser flocos de aveia, trigo ou centeio. Em situações específicas (exemplo: intolerância ao glúten) poderá ser disponibilizada farinha maizena. O fornecimento de flocos de aveia deverá ser complementado com os seguintes alimentos: leite (200ml) ou iogurte (1 unid/criança) + fruta (50g).

3.2. O pão deverá respeitar obrigatoriamente o seguinte: pão branco (tipo “*papo seco*”) 3 dias por semana e tipo mistura ou integral 2 dias por semana. Se o preço for idêntico recomenda-se um aumento da frequência de pão integral ou de mistura (nutricionalmente indicado a generalização diária). O pão deverá ter uma captação média unitária de 50g.

3.3. O iogurte sólido deverá ser fornecido 2 dias por semana. Só serão admitidas as variantes natural (sem açúcar) ou aroma. Até os 3 anos de idade só é admitida a variante natural. A partir desta idade poderá ser incluído o iogurte de aroma (máximo 1 vez por semana), no entanto, recomenda-se o iogurte natural em exclusivo.

3.4. O adjudicatário obriga-se a fornecer sumo natural de fruta e/ou vegetais (1 ou mais constituintes, isolados ou combinados entre si) diariamente para os Berçários. O sumo de fruta e/ou vegetais não poderá ter adição de açúcar e deverá ser disponibilizado ao lanche. A variedade do sumo de fruta e/ou vegetais só se poderá repetir após dois dias intercalares. A dose unitária será o equivalente a 100-120ml de sumo de fruta e/ou vegetais.

3.5. O fornecimento de sumo de fruta e/ou vegetais deverá ser complementado com bolachas ou pão.

3.6. A fruta deverá ser inicialmente crua (ralada ou esmagada) ou cozida. A fruta cozida limita-se à sobremesa do almoço (faixa etária adequada). A partir dos 12 meses de idade não deverá ser disponibilizada fruta cozida ou triturada (exceção: indicação médica). A fruta deverá ser disponibilizada diariamente ao lanche.

3.7. O queijo deverá ser meio-gordo (25-45% de matéria gorda) e com teor mínimo de sal. O uso de manteiga (sem sal) limita-se a crianças com mais de 3 anos e no máximo a 1 vez por semana.

3.8. Em acréscimo aos constituintes previstos para o lanche, pontualmente e sempre que solicitado pelo estabelecimento, o adjudicatário obriga-se a fornecer chá (ervas diversas). O chá não poderá conter adição de açúcar.

3.9. Nos estabelecimentos de Infância não é autorizado o fornecimento do produto “sobremesa de banana” para crianças com idade inferior a 3 anos.

4. ALMOÇO

A **composição do almoço** deverá respeitar a seguinte tipologia:

4-8 meses	• Puré (com complemento de carne*) + fruta ¹
A partir dos 9 meses	• Sopa + prato (alternar carne/peixe) + fruta

* Limita-se às crianças que iniciam a sua introdução, deverá variar entre 10-20g.

¹ A fruta deverá variar entre maçã, banana, pêra (pêra abacate, somente na época).

5. Devem ser observados os seguintes requisitos mínimos:

CAPITAÇÕES GERAIS

- **SOPA**

SOPA	Capitações (g)		
	Creche Berçários	Transição	Jardim de Infância
Hortaliças a)	50	60	70
Legumes a)	150	160	170
Batata ²⁾	60-80	60	60
Feijão / Grão / Favas ^{b)}			
Lentilhas / Trigo / Cevadinha	15	15	15
Ervilhas	15	20	20
Azeite	5	5	5

a) A introdução de legumes/hortaliças deve ser gradual. Espinafres, agrião, nabiças e beterraba devem ser incluídos após os 12 meses. b) Selecionar apenas um dos produtos ou combinar vários reduzindo as quantidades indicadas.

² Quantidade máxima é indicada para a confeção da sopa dos 4-8 meses. ³ Introdução das leguminosas a partir dos 11 meses.

- **PRATO**

	Capitações (g)		
	Creche Berçários	Transição	Jardim de Infância
Carne / Peixe / Moluscos (parte edível) c)	10-30	30-60	60-80
Massa / Arroz / Cuscuz b)	40	50	60
Ervilhas			
Feijão/Favas/Grão ^{1 b)}	15	20	25
Batata b)	60	70	80
Legumes/Hortaliça	60	70	80
Azeite	10	10	10

* Quantidade em parte edível (sem ossos, espinhas, gorduras visíveis...)

c) A quantidade de carne/peixe deverá variar entre 30-60g para crianças entre 1-3 anos e 60-80g dos 3-4 anos. Como complemento para a sopa não deverá ultrapassar 20g.

****A empresa deverá garantir obrigatoriamente a quantidade equivalente por criança ao intervalo médio das quantidades acima referenciadas, considerando a partir dos 36 meses de idade 60-80g/criança.**

ESPECÍFICAS

• Fruta

Géneros Alimentícios	Capitações (g)			Observações
	Creche	Jardim de	Infância	
	Berçários	Transição		
Alperce	120	120	100	Calibre mínimo 30 mm
*Ameixa	120	120	100	Calibre mínimo 30 mm
Banana	100	100	80	1 unidade
*Cereja	100	100	100	
*Citridos				
• Laranja	150	150	150	1 unidade
• Tangerinas	100	100	100	2 unidades
• Clementinas	100	100	100	2 unidades
*Maçã; kiwi	120	120	100	1 unidade
*Morango	100	100	100	
*Pêra	120	120	120	1 unidade
*Pêssego	120	120	120	1 unidade
*Uvas	100	100	100	

Os frutos deverão respeitar as “Normas de Qualidade” definidas pela legislação vigente bem como obedecer às diversas disposições da Categoria II, para os frutos assinalados com *.

Salvo as exceções identificadas (ex: papa de fruta), a capitação de fruta crua/cozida para a valência de creche é de 150g.

• Hortícolas

Géneros Alimentícios	Capitações (g)		
	Creche	Jardim de	Infância
	Berçários	Transição	
Abóbora			
Sopa (base)	70	70	70
Sopa (não base)	50	40	40
Agrião	40	40	40
Alface			
Salada	30	30	40
Salada mista	15	20	20
Sopa (não base)	15	20	20
Alho Francês			
Sopa (base)	60	60	65
Sopa (não base)	30	30	45

Beterraba	20	30	30
Brócolos	40	50	50
Cebola	10	15	20
Cenoura			
Guarnição mista	20	25	30
Jardineira/Estufado	20	25	30
Salada	20	25	30
Sopa (base)	50	50	50
Sopa (não base)	30	40	40
Arroz	15	20	20
Couve flor	30	40	50
<u>Couve Lombarda / Portuguesa</u>			
Guarnição mista	30	30	40
Sopa (não base)	30	30	40
Couve Roxa	15	20	25
Espinafres	20	25	30
Feijão Verde	20	25	30
Tomate			
Salada	25	30	35
Salada mista	20	25	30
Arroz	20	25	30
Estufado	20	25	30
Grelas			
Guarnição mista	30	35	40
Arroz	20	30	35
Sopa (base)	30	30	30
Nabo	15	20	20
<u>Nabiça / Juliana</u>	25	30	35
Pimento	10	15	15

As capitações correspondem ao peso edível em cru.

Nos produtos congelados considerar uma margem de mais 10% nas capitações.

- **Condimentos / Ervas Aromáticas**

Géneros Alimentícios	Capitações
Salsa	q.b.
Alho	q.b.
Coentros	q.b.
Hortelã	q.b.

- **leguminosas**

Géneros Alimentícios	Capitações (g)	
	Creche	Jardim de Infância

	Berçários	Transição	
<i>Ervilhas</i>			
Guarnição base	15	20	20
Guarnição + outro grupo IV	20	25	25
Jardineira	15	20	20
Sopa (base)	30	35	35
Sopa (não base)	15	20	20
Arroz	15	20	20
<i>Feijão / Grão</i>			
Guarnição base	15	15	15
Guarnição + outro grupo IV	20	20	20
Arroz	15	15	15
Sopa (base)	20	20	20
Sopa (não base)	15	15	15

- **guarnições**

Gêneros Alimentícios	Capitações (g)		
	Creche		Jardim de Infância
	Berçários	Transição	
<u>Arroz / Massa</u>			
Guarnição base	40	50	60
Guarnição mista	35	40	45
Sopa com hortalíça	10	10	10
<u>Batata</u>			
Cozer	40	50	60
Puré	40	50	60
Jardineira/Caldeirada	30	40	40
Sopa (base)	60-80	80	80
Sopa (base + outro grupo IV)	50	50	50

- **carne / pescado / ovo**

Géneros Alimentícios	Capitações (g)		
	Creche		Jardim de Infância
	Berçários	Transição	
Carne*	10-30	30-60	60-80
Peixe*	10-30	30-60	60-80
Ovo	20-30	35 (½ ovo)	1

* Quantidade em parte edível (sem ossos, espinhas, gorduras visíveis...). A empresa deverá garantir por criança a quantidade equivalente ao intervalo médio das quantidades acima referenciadas, considerando a progressão crescente e gradual entre 1 a 3 anos de idade. A partir dos 3 anos a quantidade deverá variar entre 60-80g. Como complemento para a sopa não poderá ultrapassar 20g.

6. CONSTITUIÇÃO DOS ALMOÇOS

6.1.A carne deverá ser introduzida a partir dos 5 meses, preferencialmente magra (borrego, frango, peru). A carne de porco só deverá ser incluída após os 12 meses. Aos 9 meses poderá introduzir o peixe e a gema de ovo. Até os 12 meses de idade, a introdução de alimentos deverá ser feita de acordo com a recomendação médica.

6.2.Após os 12 meses de idade poderão ser incluídos os seguintes alimentos: clara de ovo; leite de vaca; citrinos (laranja...); frutos silvestres (morangos...). Moluscos (lulas, polvo...) e alguns peixes (designadamente atum, cavala) não deverão ser introduzidos antes dos 24 meses.

6.3.Poderá ser disponibilizado cerca de 20g de pão ao almoço (por criança), apenas para as crianças que estejam a iniciar a aprendizagem autónoma do “ato de comer”. Nestas situações, o pão poderá constituir um auxiliar para colocar os alimentos em paralelo com a introdução gradual dos diversos utensílios (colher, garfo e faca). A inclusão deste complemento ficará ao critério do estabelecimento. O adjudicatário não poderá alterar o preço unitário da refeição em função deste fornecimento.

6.4. É importante incentivar gradualmente a introdução de alimentos com aspeto, consistência e textura sólida. Assim, a partir dos 12 meses deverão ser respeitadas as seguintes especificações:

6.4.1. A sopa deverá incluir, diariamente, 2 ou mais ingredientes não triturados. É admissível a introdução gradual da sopa com ingredientes inteiros. Nesse sentido, a empresa em parceria com a Direção do Estabelecimento, deverá articular a frequência/tipo e número de ingredientes que considere mais viável.

6.4.2.Carnes ou peixes, picados ou desfiados, no máximo 3 vezes por semana até os 3 anos de idade. A partir dos 3 anos só é permitido 1 vez por semana. Ovo limita-se a 2 vezes por mês.

6.4.3.Para crianças até os 3 anos de idade, nos dias em que a preparação não inclui picados ou desfiados, deverão ser preparados cozidos ou estufados o que irá facilitar a mastigação e ingestão.

6.4.4.As leguminosas (feijão, grão, favas, ervilhas, lentilhas) devem constar das sopas e pratos principais 2 e 1 dia por semana, respetivamente. No prato recomenda-se, por exemplo, como acompanhamento “arroz ou massa ou batata” os quais poderão facilitar a introdução e aceitação de um novo alimento e cobrir as necessidades nutricionais na eventualidade de total recusa.

6.4.5.A presença de leguminosas no prato é fundamental (mesmo se existir recusa no início). Gradualmente a criança habituar-se-á à cor, forma e aspeto o que é essencial para que venham a constituir um grupo de alimentos naturalmente presente no dia-a-dia alimentar.

6.4.6.O plano de ementas mensal terá que incluir as seguintes variedades de feijão: branco; catarino; encarnado; manteiga; preto e frade. Lentilhas (sopa ou prato), favas, grão e cevadinha (ou trigo) deverão fazer parte da constituição das ementas no mínimo 1 vez por mês.

6.5. SOPA

6.5.1.As sopas constituintes do plano mensal de ementas terão que apresentar composição distinta de alimentos. A constituição diária da sopa deverá ser, obrigatoriamente à base de legumes/hortícolas. O adjudicatário não deverá repetir a mesma sopa durante o mês. É permitida canja ou sopa de peixe (no máximo uma vez por mês) desde que respeitadas as captações descritas.

6.5.2. Atendendo a que a constituição diária dos pratos inclui carne ou peixe, as restantes sopas não poderão incluir estes constituintes (exceção: introdução inicial da carne – conforme indicação do pediatra).

6.5.3. Apenas é permitida a utilização do azeite como gordura de adição (a utilizar em cru).

6.5.4. O adjudicatário obriga-se a traduzir as capitações descritas para a sopa num volume *per capita* variável entre 200-250ml (mínimo), possibilitando a repetição da sopa (a quem o deseje). Este volume apenas poderá ser inferior nos casos em que exista uma indicação expressa por parte da Direção do Estabelecimento.

6.6. PRATO

- **CARNE/PESCADO/OVO**

6.6.1. A frequência de carne e peixe é de 2 a 3 dias por semana, alternadamente (50%). Esta frequência só poderá ser alterada nos dias em que o ovo faça parte da constituição das ementas. Ovo limita-se a 2 vezes por mês. O tipo de peixe e carne não poderá se repetir durante a mesma semana. O tipo de peixe/moluscos apenas se poderá repetir 1 vez por mês.

6.6.2. As ementas deverão incluir lulas ou polvo 1 vez por mês alternadamente (a partir dos 25-36 meses de idade, após indicação médica). Atum limita-se a 1 vez por mês.

6.6.3. Durante a semana o adjudicatário deverá disponibilizar carne branca e vermelha ou apenas carne branca. Na distribuição mensal as carnes brancas terão que ser disponibilizadas com maior frequência que as carnes vermelhas (60% versus 40%). O tipo de carne apenas se poderá repetir 1 vez por mês. Coelho, borrego e cabrito deverão constar das ementas 1 vez por mês (de acordo com a idade).

- **ACOMPANHAMENTO**

6.6.4. Os fornecedores de hidratos de carbono, designadamente cereais, derivados e tubérculos (exemplo: arroz, massa, batata, cuscuz...) não se poderão repetir em dias seguidos.

6.6.5. A constituição das ementas deverá incluir a batata-doce (na sopa ou prato) e o cuscuz (preparado que resulta da sêmola de cereais). O cuscuz deverá constituir um complemento alternativo à batata, massa ou arroz (incluir 1 vez por mês). A batata-doce terá que constar das ementas 2 vezes por mês. Na época em que a batata-doce se encontra a preços elevados poderá a empresa substituir por outro alimento.

6.6.6. O arroz deverá ser do tipo carolino o qual, por ser menos refinado, apresenta maior valor nutricional que o arroz agulha. O arroz carolino tem também a característica de absorver o paladar dos ingredientes ou alimentos com os quais é cozinhado, tornando-se ideal para a confeção de pratos tipicamente portugueses.

6.6.7. As ementas deverão incluir milho cozido 1 vez por mês.

6.6.8. As ementas terão que incluir obrigatoriamente e diariamente legumes (crus ou cozidos) para além dos constituintes de determinados pratos (exemplo: “arroz de cenoura” ou “macedónia de uma jardineira”). O mesmo legume/hortícola só poderá constar da ementa (prato) após 2 dias intercalares.

6.7. Sobremesa

6.7.1. A fruta que constitui diariamente a sobremesa do almoço não poderá se repetir durante a mesma semana. Nos dias em que é também disponibilizada fruta ao lanche, esta terá que ser de variedade distinta da constituinte do almoço. A fruta deverá ser variada e da época. O adjudicatário obriga-se a fornecer, no mínimo, 6 variedades de fruta na semana.

6.7.2. Não são permitidas sobremesas doces com exceção da geleia que se limita a ocasiões festivas e deverá ser de origem vegetal (apenas para crianças com mais de 3 anos).

6.8. Bebida

6.8.1. Água é a única bebida permitida.

6.9. Captações

6.9.1. Sempre que solicitado (casos em que a criança quer repetir), o adjudicatário deverá assegurar o reforço das quantidades descritas garantindo, deste modo e em qualquer circunstância, a satisfação das necessidades alimentares das crianças.



REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA
GOVERNO REGIONAL
SECRETARIA REGIONAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA
ESCOLA BÁSICA COM PRÉ-ESCOLAR DE SANTO ANTÓNIO E CURRAL DAS FREIRAS

Anexo 2 – Constituição das Refeições | Pré escolar e 1º ciclo

CARACTERÍSTICAS DAS REFEIÇÕES: COMPOSIÇÃO E CAPITAÇÕES

1. O adjudicatário obriga-se a fornecer, durante o período previsto e diariamente, 2 lanches (manhã e tarde) e 1 almoço.
2. A composição dos **lanches** deverá incluir a combinação de 2 constituintes, de acordo com as seguintes alternativas:

1 iogurte **ou** 1 copo de leite simples (M.G.) **ou** 1 peça de fruta

+

6 bolachas (tipo Maria) **ou** 1 pão com complemento (manteiga ou queijo ou sobremesa de banana) **ou** cereais (tipo *corn-flakes*, muesly ou flocos de aveia) **ou** frutos secos

3. LANCHE – ESPECIFICAÇÕES TÉCNICAS

- 3.1. O pão deverá respeitar obrigatoriamente o seguinte: pão branco (tipo “*papo seco*”) 2 dias por semana e pão tipo mistura/integral/cereais 3 dias por semana. Em função da aceitação, recomenda-se um aumento da frequência de pão integral/mistura/cereais. O pão deverá ter uma captação média unitária de 50g.
- 3.2. O fornecimento de pão com manteiga limita-se a 1x/semana. A frequência de bolachas limita-se a 1 a 2 lanches por semana.
- 3.3. O iogurte sólido deverá ser fornecido 2 dias por semana. Só serão admitidas as variantes natural ou aroma (ambas sem adição de açúcar). Recomenda-se o iogurte natural em exclusivo. O fornecimento de iogurte de aroma limita-se a 1 vez por semana.
- 3.4. A constituição diária dos lanches terá que contemplar obrigatoriamente um copo de leite meio-gordo (UHT) na quantidade de 200ml.

3.5. O queijo deverá ser meio-gordo (25-45% de matéria gorda) e com teor mínimo de sal. O queijo deverá constar dos lanches no mínimo 3 vezes/semana.

3.6. O plano semanal de lanches deverá contemplar o fornecimento de sandes com legumes (constituição 1 a 2 legumes: capitação total – 25g) ou fruta (exemplo: pão com banana). Os legumes deverão variar entre: tomate, alface, cenoura, pepino, etc... Este fornecimento deverá ser contemplado no mínimo 2 vezes/semana. O pão com banana deverá ser combinado com leite.

3.7. O tipo de legumes constituinte das sandes apenas poderá se repetir 1x/semana e não poderá coincidir com os legumes/hortícolas do almoço do dia. A combinação dos constituintes das sandes deverá ser articulada em conjunto com a direção do estabelecimento no sentido de potenciar a melhor aceitação pelos alunos. A combinação de pão + legume + queijo está limitada a 2x/mês. O fornecimento de pão + legume + manteiga, a se verificar, limita-se a 1x/mês.

3.8. O adjudicatário obriga-se a disponibilizar fruta ao lanche 3x/semana (em dias distintos). De acordo com o ponto 2, a fruta (fresca e da época) deverá ser combinada com bolacha ou pão + complemento.

3.9. Integrado na estratégia regional de promoção dos produtos regionais desenvolvida pela Direção Regional de Agricultura, poderá o adjudicatário fornecer o produto sobremesa de banana. Este produto só poderá ser integrado ao lanche, com a frequência máxima de uma vez de 15 em 15 dias. A inclusão deste produto deverá ser feita de forma a facilitar a aceitação pelas crianças, de acordo com as seguintes alternativas:

- Pão com manteiga: substituir por pão barrado apenas com sobremesa de banana.
- Pão com queijo: poderá incluir (com o queijo) a sobremesa de banana “barrada”.
- Iogurte de aroma (apenas para os estabelecimentos que o disponibilizam): substituir por iogurte natural misturado com um pouco de sobremesa de banana.

3.10. O fornecimento de cereais (tipo *corn-flakes*, muesli ou flocos de aveia) limita-se a 1x/semana (20 a 30g/criança).

4. ALMOÇO

A **composição do almoço** deverá respeitar a seguinte tipologia:

Sopa + Prato + Fruta

4.1. Devem ser observados os seguintes requisitos:

CAPITAÇÕES GERAIS

- **SOPA**

SOPA	CAPITAÇÃO MÉDIA COZINHADA	
	3-6 ANOS	6-10 ANOS
CAPITAÇÃO (PARTE EDÍVEL EM CRU)		
400 a 500 ml de água		
180g de hortaliças e legumes		
31g de Batata/batata		
doce/inhame/leguminosas frescas ou		
ultracongeladas		
<u>ou</u>	200 a 250ml de sopa	
9g de Arroz/massa/leguminosas secas*		
1g de azeite		
(Opcional: 0,1g de sal quantidade		
máxima)		

Carnes/Pescado para caldo (ex: pescada) ou ave para canja (ex: peito de frango, galinha, peru): *capitação per capita, pós-preparação em cru* – 12 a 15g

- **PRATO**

PRATO	CAPITAÇÃO MÉDIA COZINHADA	
	3-6 ANOS	6-10 ANOS
CAPITAÇÃO (PARTE EDÍVEL EM CRU)		
50 a 110g de carne/pescado ou 56-66g de ovo	40-60g de	70-100g de
ou	carne/pescado	carne/pescado ou
130 a 155g de leguminosas frescas ou congeladas	ou 130 g de	155 g de
ou 40 a 50gde leguminosas secas	leguminosas	leguminosas
100-120g de hortaliças e legumes	80	100
70-110g de batata/batata	65g de	95g de
doce/inhame/leguminosas frescas ou	arroz/massa/	arroz/massa/
ultracongeladas ou	leguminosas	leguminosas

20 a 30g de arroz/massa ou leguminosas secas*

3 a 5g de azeite

* Outras alternativas: flocos de aveia/ cevada/ centeio/ cevadinha/ quinoa/ millet/ farinha de cereais (sopa – 9g; guarnição - 30g) ou castanha/mandioca (sopa – 20g; guarnição - 30g) ou milho doce (guarnição - 80 a 120g).

Nota: Para os alunos dos 3º/4º anos de escolaridade deverá ser considerada a capitação máxima indicada para carne/pescado.

ESPECÍFICAS

- **HORTÍCOLAS**

HORTÍCOLAS (PRATO)	PARTE EDÍVEL (%)	Capitação (g)	
		(pós preparação em cru)	
		3-6 ANOS	6-10 ANOS
Hortícolas preparados (frescos ou congelados)	100	101	126
Abóbora (polpa)	65	101	126
Aipo (inteiro/folha)	90/50	101	126
Acelga (folha)	34	101	126
Agrião	52	101	126
Alface/Alface frisada	57/96	101	126
Alho francês (inteiro/talo)	90/56	101	126
Beringela	96	101	126
Beterraba (raiz/folhas)	47/75	101	126
Brócolos (inteiro)	90	101	126
Cebola	89	101	126
Cenoura	82	101	126
Pimpinela	95	101	126
Cogumelos	100	101	126
Couve branca/repolho	75	101	126
Couve chinesa	90	101	126
Couve coração	95	101	126
Couve galega	55	101	126
Couve portuguesa	75	101	126
Couve penca	63	101	126
Couve roxa	80	101	126
Couve de bruxelas	80	101	126
Couve flor (inteira)	90	101	126
Couve lombarda	93	101	126
Curgete (com casca, retiradas as extremidades)	95	101	126

Espinafres	60	101	126
Feijão verde	95	101	126
Macedónia de legumes (ultracongelada) (ervilha, feijão verde, cenoura, nabo)	100	101	126
Nabo (raiz, tirada a casca)	79	101	126
Pepino	64	101	126
Pimento	71	101	126
Rabanete (polpa)	68	101	126
Rúcula	96	101	126
Rebentos de soja	100	42	53
Tomate	85	101	126
Tomate (pelado)	100	101	126

Nota: Para a sopa a capitação (*per capita, pós preparação em cru*) indicada para os hortícolas acima descritos é de 180g (ambas as faixas etárias).

- GUARNIÇÕES

PRATO	Capitação (g)	
	<i>(pós preparação em cru)</i>	
	3-6 ANOS	6-10 ANOS
Arroz	20	30
Batata	72	109
Batata (sem casca)	72	109
Batata doce	72	109
Farinha (ex: trigo, milho, mandioca)	20	30
Inhame	69	105
Mandioca	44	67
Massa alimentícia	20	30
Millet	20	30
Quinoa	20	30

- LEGUMINOSAS

PRATO <i>(equivalentes energéticos de cereais e derivados, tuberculos)</i>	Capitação (g)	
	<i>(pós preparação em cru)</i>	
	3-6 ANOS	6-10 ANOS
Ervilha (fresca ou ultracongelada)	76	116
Fava (fresca ou ultracongelada)	76	116
Feijão (ex: branco, vermelho, preto, frade) fresco	76	116

Fava (seca)	24	36
Feijão (ex: branco, vermelho, preto, frade) seco	24	36
Grão de bico seco	24	36
Lentilha (seca)	24	36
Soja (granulada seca)	24	36

- CARNES / PESCADO / OVOS

CARNES	PARTE EDÍVEL (%)	Capitação (g)	
		(pós preparação em cru)	
		3-6 ANOS	6-10 ANOS
Carnes preparadas	100	49	59
Borrego (perna/costeleta)	62	77	92
Cabrito (peito ou perna)	75	62	74
Frango (inteiro com pele)	77	57	68
Frango (inteiro sem pele)	64	61	73
Frango (bife)	100	49	59
Frango (perna/coxa)	75	59	70
Frango (peito)	86	54	65
Peru (bife)	100	49	59
Peru (perna/coxa)	77	57	68
Peru (peito)	75	62	74
Porco (costeleta)	74	66	79
Porco (lombo)	98	47	57
Vaca (lombo, rabadilha, pojadouro)	100	47	56
Vaca (alcatra)	83	56	67
Vaca (bife)	92	53	64

PESCADO	PARTE EDÍVEL (%)	Capitação (g)	
		(pós preparação em cru)	
		3-6 ANOS	6-10 ANOS
Pescado preparado	100	49	59
Peixe à posta	80	61	73
Peixe em filete/lombo	100	49	59
Moluscos e cefalópodes preparados	100	49	59
Lulas	69	61	73
Polvo	74	58	70

Atum em conserva	100	49	59
Barras de pescado	100	49	59
Bacalhau salgado seco	80	50	60
Bacalhau demolido	80	61	73
Bacalhau demolido (ucg)	80	61	73
Bacalhau migas salgado seco	100	39	47
Bacalhau migas ucg	100	49	59

Ovo	PARTE EDÍVEL (%)	Capitação (g/ml)	
		(pós preparação em cru)	
		3-6 ANOS	6-10 ANOS
Ovo em natureza inteiro	88	56	66
Ovo pasteurizado inteiro (líquido, gema + clara)	100	56	66

PRATO (<i>equivalentes proteicos de carnes, pescado, ovos</i>)	Capitação (g)	
	(pós preparação em cru)	
	3-6 ANOS	6-10 ANOS
Ervilha (fresca ou ultracongelada)	131	156
Fava (fresca ou ultracongelada)	131	156
Feijão (ex: branco, vermelho, preto, frade) fresco	131	156
Fava (seca)	41	49
Feijão (ex: branco, vermelho, preto, frade) seco	41	49
Grão de bico seco	41	49
Lentilha (seca)	41	49
Derivados de leguminosas:		
Soja (granulada seca)	41	49
Seitan	41	49
Tofu	116	138

- CONDIMENTOS

Ervas Aromáticas	PARTE EDÍVEL (%)	Capitação (g)
		(pós preparação em cru)
Salsa	75	0,6-1,0
Coentros	90	0,6-1,0
Hortelã	75	0,6-1,0
Alecrim	95	0,1
Segurelha	100	0,1

Tomilho	100	0,1
Louro	95	0,1
Manjerona/Manjericão	90	0,1
Cebolinho	100	0,6-1,0
Orégãos	100	0,1

Especiarias	Capitação (g) <i>(pós preparação em cru)</i>
Alho	1,0-1,5
Gengibre	0,3-0,6
Canela	0,1
Caril	0,1
Colorau	0,1

SAL (SOB A FORMA DE SAL IODADO)	Capitação (g/ml) <i>(pós preparação em cru)</i>	
	3-6 ANOS	6-10 ANOS
Sal – para conduto	0,1	0,1
Sal – para guarnição	0,1	0,1
Sal – para hortícolas	-	-

OUTROS (TEMPERO)	Capitação (g/ml) <i>(pós preparação em cru)</i>	
	3-6 ANOS	6-10 ANOS
Laranja	10	10
Limão	10	10

• **FRUTA**

FRUTA	PARTE EDÍVEL (%)	CAPITAÇÃO (PESO BRUTO PER CAPITA)	
		3-6 ANOS	6-10 ANOS
Alperce	76	160	160
*Ameixa	95	160	160
Ananás/abacaxi	68	160	160
Banana	59	160	160
*Cereja	84	160	160
*Citrios			
3. Laranja	69	160	160

4. Tangerinas/mandarina	72		
5. Clementinas	75		
*Maçã; kiwi, Anona	80	160	160
*Morango	96	160	160
*Pêra	78	160	160
Pêra abacate	-	160	160
*Pêssego	76	160	160
*Uvas	86	160	160
Melão, Melancia	53	160	160
Melo	59	160	160
Papaia	63	160	160
Manga	68	160	160

Os frutos deverão respeitar as “Normas de Qualidade” definidas pela legislação vigente bem como obedecer às diversas disposições da Categoria II, para os frutos assinalados com *.

5. CONSTITUIÇÃO DOS ALMOÇOS

5.1. As leguminosas (feijão, grão, favas, ervilhas, lentilhas) devem constar das sopas e pratos principais 2 e 1 dia por semana, respectivamente.

5.2. O plano de ementas mensal terá que incluir as seguintes variedades de feijão: branco; catarino; encarnado; manteiga; preto e frade. Lentilhas (sopa ou prato), favas, grão e cevadinha (ou trigo) deverão fazer parte da constituição das ementas no mínimo 1 vez por mês.

5.3. SOPA

5.3.1. As sopas não poderão ter carne/peixe/ovo para se integrarem como elemento comum em ambos os tipos de refeição disponibilizados (refeição com e sem proteína animal).

5.3.2. As sopas constituintes do plano mensal de ementas terão que apresentar composição distinta de alimentos. A constituição diária da sopa deverá ser, obrigatoriamente à base de legumes/hortícolas. O adjudicatário não deverá repetir a mesma sopa durante o mês. A sopa deverá incluir, diariamente, dois ou mais ingredientes não triturados. É admissível a introdução gradual da sopa com ingredientes inteiros. Nesse sentido, a empresa em

parceria com a Direção do Estabelecimento, deverá articular a frequência/tipo e número de ingredientes que considere mais viável.

5.3.3. É permitida canja **ou** sopa de peixe (no máximo uma vez por mês) desde que respeitadas as captações descritas. Nesta circunstância, deverá o adjudicatário proceder às adaptações necessárias (ou disponibilizar uma sopa alternativa) para a salvaguarda da ementa vegetariana.

5.3.4. Apenas é permitida a utilização do azeite como gordura de adição, a utilizar em cru.

5.3.5. O adjudicatário obriga-se a traduzir as captações descritas para a sopa num volume *per capita* variável entre 200-250ml (mínimo), possibilitando a repetição da sopa (a quem o deseje). Este volume apenas poderá ser inferior nos casos em que exista uma indicação expressa por parte da Direção do Estabelecimento.

5.4. PRATO

REFEIÇÃO COM PROTEÍNA ANIMAL:

- **CARNE/PESCADO/OVO**

5.4.1. A frequência de carne e peixe é de 2 a 3 dias por semana, alternadamente (50%). Esta frequência só poderá ser alterada nos dias em que o ovo faça parte da constituição das ementas. Ovo limita-se a 2 vezes por mês.

5.4.2. O tipo de peixe e carne não poderá se repetir durante a mesma semana e a variedade deverá estar de acordo com o anexo 5. A inclusão de carne ou peixe picado ou desfiado só poderá constar da ementa uma vez por semana. O tipo de peixe/moluscos apenas se poderá repetir 1 vez por mês. Poderão ser fornecidos douradinhos de peixe – máximo 1 vez por mês, confeção no forno.

5.4.3. As ementas deverão incluir lulas ou polvo 1 vez por mês (alternado). Atum limita-se a 1 vez por mês.

5.4.4. Durante a semana o adjudicatário deverá disponibilizar carne branca e vermelha ou apenas carne branca. Na distribuição mensal as carnes brancas terão que ser disponibilizadas com maior frequência que as carnes vermelhas (60% versus 40%). O tipo de carne apenas se poderá repetir 1 vez por mês.

REFEIÇÃO VEGETARIANA:

5.4.5. O adjudicatário deverá substituir a proteína animal por equivalente em conformidade com as alternativas alimentares indicadas no anexo 5 (lista de alimentos) e as captações acima descritas.

5.4.6. Na medida do possível, a opção vegetariana deverá incluir a matéria prima da ementa do dia (sem proteína animal).

• ACOMPANHAMENTO

5.4.5.Os fornecedores de hidratos de carbono, designadamente cereais e derivados e tubérculos (exemplo: arroz, massa, batata, cuscuz...) não se poderão repetir em dias seguidos.

5.4.6.A constituição das ementas deverá incluir a batata-doce (na sopa ou prato) e o cuscuz (preparado que resulta da sêmola de cereais). O cuscuz deverá constituir um complemento alternativo à batata, massa ou arroz (incluir 1 vez por mês). A batata-doce terá que constar das ementas 2 vezes por mês. Na época em que a batata-doce se encontra a preços elevados poderá a empresa substituir por outro alimento.

5.4.7.O arroz deverá ser do tipo carolino o qual, por ser menos refinado, apresenta maior valor nutricional que o arroz agulha. O arroz carolino tem também a característica de absorver o paladar dos ingredientes ou alimentos com os quais é cozinhado, tornando-se ideal para a confeção de pratos tipicamente portugueses.

5.4.8. As ementas deverão incluir milho cozido 1 vez por mês.

5.4.9. As ementas terão que incluir obrigatoriamente e diariamente legumes (crus ou cozidos) para além dos constituintes de determinados pratos (exemplo: "*arroz de cenoura*" ou "*macedónia de uma jardineira*"). O mesmo legume/hortícola só poderá constar da ementa (prato) após 2 dias intercalares.

- **5.5. SOBREMESA**

5.5.1. A fruta que constitui diariamente a sobremesa do almoço não poderá se repetir durante a mesma semana. Nos dias em que é também disponibilizada fruta ao lanche, esta terá que ser de variedade distinta da constituinte do almoço. A fruta deverá ser variada e da época (de acordo com o anexo 5). O adjudicatário obriga-se a fornecer, no mínimo, 6 variedades de fruta na semana.

5.5.2. Não são permitidas sobremesas doces com exceção da gelatina que se limita a 2x/mês (frequência quinzenal).

5.6. BEBIDA

5.6.1. Água é a única bebida permitida. O adjudicatário deverá promover o seu consumo disponibilizando ao almoço e respetivos lanches.

5.7. CAPITAÇÕES

5.7.1. Sempre que solicitado (casos em que a criança quer repetir), o adjudicatário deverá assegurar o reforço das quantidades descritas garantindo, deste modo e em qualquer circunstância, a satisfação das necessidades alimentares das crianças.