

## Preparações Mínimas do Prato Feito

Preparação	Tipo	Especificação	Frequência mínima
Arroz (porção de 110 a 130g)	Arroz branco	Deve-se usar <b>arroz branco subgrupo polido, agulha, tipo 1</b> , última safra, com identidade, qualidade e embalagem, segundo Instrução Normativa nº 6 e seu anexo VII. Máximo de 7,5% de quebrados e quirera. O produto deve ser acondicionado em embalagem primária e secundária de polietileno, ambas próprias para alimentos.	Diária
	Arroz integral	Deve-se usar <b>arroz integral, tipo 1</b> , beneficiado, última safra, coloração característica, classe longo fino, com identidade, qualidade e embalagem do arroz, segundo Instrução Normativa nº 6 e seu anexo IV. O produto deve ser acondicionado em embalagem primária e secundária de polietileno, ambas próprias para alimentos.	
Leguminosas (porção de 120 a 140g)	Feijão preto	Deve-se usar <b>feijão (Phaseolus, vulgaris L.), preto, tipo 1, grupo 1</b> , última safra, conforme Instrução Normativa nº 12/2008. O produto deve ser acondicionado em embalagem primária e secundária de polietileno, próprias para alimentos.	4 vezes na semana
	Feijão de cor, lentilha ou outros	Deve-se usar <b>feijão (Phaseolus, vulgaris L.), de cor (tipo carioca)</b> , tipo 1, grupo 1, última safra, conforme Instrução Normativa nº 12/2008 ou <b>Lentilha</b> tipo 1, safra nova, conforme Portaria nº 65 e seu anexo III. O produto deve ser acondicionado em embalagem primária e secundária de polietileno, próprias para alimentos.	Semanal
	Feijoada	A preparação deverá ser composta obrigatoriamente pelos seguintes ingredientes: linguiça calabresa, bacon, costela suína defumada e carne bovina (coxão de fora). Deverá ser servida obrigatoriamente acompanhada de couve refogada e farofa enriquecida com bacon, como itens de salada cozida e guarnição, respectivamente.	Mensal de junho a setembro*
Proteína animal (porção de 120g) <sup>1</sup>	<b>2 opções de cortes</b> de carnes apresentadas <b>diariamente</b> dentre esses <b>modos de preparo</b> : grelhada, assada, refogadas com ou sem molho e fritas <sup>2</sup>	Ofertar preparação com carne bovina de primeira sem osso (optando entre coxão mole, alcatra ou contrafilé).	Diária
		Ofertar preparação com carne de frango (optando entre filé de peito, ou sobrecoxa).	4 vezes na semana
		Ofertar preparação com carne suína (optando entre lombo, costela ou bisteca)	1 vez na semana
		Ofertar preparações com pescado (optando entre anjo, merluza ou tilápia) <sup>3</sup>	

Preparação	Tipo	Especificação	Frequência mínima
Guarnições ou acompanhamentos	Massas com molho ou recheio (porção de 130g)	Ofertar pelo menos <b>uma</b> das seguintes opções acompanhadas com outras <b>duas</b> opções de molho (como por exemplo, molho 4 queijos e molho ao sugo): nhoque, farfalle, fusilli (parafuso), penne, talharim, tagliatelle ou spaghetti.	2 vezes na semana
	Massas secas servidas com ou sem molho (porção de 130g)	Ofertar pelo menos <b>uma</b> das seguintes opções: lasanha, panqueca, rondeli, canelone ou ravióli.	
	Farofas (porção de 100g)	Ofertar pelo menos <b>uma</b> das seguintes opções: farofa simples, farofa enriquecida com couve ou farofa enriquecida com bacon.	1 vez na semana
	Polentas (porção de 130g)	Ofertar pelo menos <b>uma</b> das seguintes opções: polenta frita, polenta assada ou polenta grelhada na chapa.	
	Preparações mistas (porção de 100g) <sup>4</sup>	Ofertar pelo menos <b>uma</b> das seguintes opções: suflê de vegetais, bolinho de arroz com legumes, pastel, salpicão de frios, salpicão de legumes, cenoura à bechamel, brócolis ou couve-flor gratinado, entre outras.	1 vez na semana
	Outras preparações (porção de 120g) <sup>4</sup>	Ofertar pelo menos <b>uma</b> das seguintes opções: purê ou creme de vegetais, mandioca, legumes refogados, moranga caramelizada, berinjela à milanesa, batata doce, batata frita, couve refogada.	1 vez na semana
Saladas	Saladas cruas (porção de 30g)	Ofertar pelo menos <b>uma</b> das seguintes opções: acelga, alface, chicória, couve chinesa, repolho roxo, repolho verde, rúcula, abobrinha, beterraba, brotos de alfafa, cenoura, palmito em conserva, pepino, pimentão, rabanete ou tomate.	2 vezes na semana
	Saladas cozidas (porção de 90g)	Ofertar pelo menos <b>uma</b> das seguintes opções: abobrinha, beterraba, brócolis, cenoura, chuchu, couve refogada, couve-flor, ervilha, grão-de-bico ou vagem.	2 vezes na semana
	Saladas mistas (porção de 80g)	Ofertar pelo menos <b>uma</b> das seguintes opções: beterraba cozida com milho verde, brócolis com couve-flor, cenoura com vagem cozidas, salada de batatas com maionese, salpicão com presunto e queijo, salpicão de legumes, tabule, tomate com cebola, tomate italiano com manjeriço, trigo cozido com pimentões ou mix de folhas.	1 vez na semana

1) Toda carne deve provir de animais abatidos sob inspeção veterinária. O peso da preparação considerará apenas o tecido muscular cozido (incluindo massas musculares maturadas e tecidos acompanhantes), desconsiderando-se ossos, gorduras, molhos e componentes de fritura. Portanto, sugere-se não utilizar carne com osso.

2) Preparações cárneas fritas por imersão devem ser ofertadas até duas vezes na semana.

3) Poderá ser ofertado esporadicamente a opção de pescado em substituição à carne suína ou de frango.

4) As preparações do mesmo grupo não deverão se repetir em semanas consecutivas.