

# MERENDA ESCOLAR E O DESENVOLVIMENTO DE HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS EM CRIANÇAS DOS ANOS INICIAIS NUMA ESCOLA QUILOMBOLA<sup>1</sup>

Rosângela do Carmo Ferreira Brito<sup>2</sup>

## RESUMO

O presente descrito tem como tema central Merenda Escolar no Desenvolvimento dos Hábitos Alimentares saudáveis em crianças dos anos iniciais. A pesquisa se dá na Escola Duque de Caxias, situada no Quilombo Monte Recôncavo em São Francisco do Conde-BA. Nosso foco da pesquisa são as crianças das séries iniciais. O problema da pesquisa reside em pensar como a alimentação pode interferir no desempenho escolar do aluno e quais os desafios enfrentados? Como objetivo geral da pesquisa buscamos Investigar de que maneira a merenda escolar influencia no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis em crianças inseridas nos anos iniciais do ensino Fundamental, na Escola Duque de Caxias, da comunidade quilombola do Monte Recôncavo-São Francisco do Conde /Ba. Como objetivos específicos destacamos, caracterizar os tipos de alimentos utilizado na preparação das refeições na escola, levantar as ações das escolas de conscientização de crianças sobre alimentações saudáveis, identificar se houve mudança nos hábitos alimentar, averiguar se as crianças compreendem a importância de uma alimentação saudável. A elaboração desta pesquisa justifica-se pela preocupação com a Segurança Alimentar das Crianças, em um país que aponta que temos um índice muito alto de insegurança alimentar e sabemos que muitas crianças vão a escola somente para se alimentar. Nesse sentido, enquanto uma Quilombola do Monte Recôncavo, mãe de alunos que fazem parte do corpo discente da escola Duque, e sou uma cozinheira. Fatores esses que despertou em mim a vontade de analisar de que forma a escola Duque de Caxias tem oferecido essa alimentação as crianças das séries iniciais? Os referenciais que nos subsidiaram foi o PNAE – Programa que repassa a verba para a merenda escolar, (Santos, 2017). A metodologia empregada na pesquisa foi através do método foi uma abordagem qualitativa com entrevista e uma revisão bibliográfica de artigos referentes a temática abordada, A apresentação da análise da coleta de dados foi dada por meio de gráficos de barra. E nossos resultados apontam que grande parte dos alunos que responderam o questionário demonstra saber a importância da integração da cultura quilombola através da merenda, precisamos compreender essa resposta como uma representação ou mesmo oportunidade para enriquecer o programa alimentar e educacional da escola.

**Palavra-chave:** merenda escolar; hábitos alimentares; Escola Municipal Duque de Caxias - estudo de casos; Quilombo Monte Recôncavo (São Francisco do Conde, BA).

---

<sup>1</sup> Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Licenciatura em Pedagogia da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), Campus dos Malês, sob a orientação da Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Eliane Costa Santos.

<sup>2</sup> Graduanda do curso de Licenciatura em Pedagogia pela UNILAB.

## ABSTRACT

This study focuses on the role of school meals in the development of healthy eating habits in children in the early years of elementary school. The research takes place at the Duque de Caxias School, located in the Quilombo Monte Recôncavo in São Francisco do Conde, Bahia, Brazil. Our research focuses on children in the early grades. The research problem lies in considering how food can interfere with a student's academic performance and what challenges they face. The general objective of this research is to investigate how school meals influence the development of healthy eating habits in children in the early years of elementary school at the Duque de Caxias School in the Quilombo Monte Recôncavo community in São Francisco do Conde, Bahia. Specific objectives include characterizing the types of food used in preparing meals at the school, identifying school initiatives to raise children's awareness of healthy eating, identifying any changes in eating habits, and ascertaining whether children understand the importance of a healthy diet. This research is justified by concerns about children's food security in a country that shows a very high rate of food insecurity, and we know that many children go to school only to eat. In this sense, as a Quilombola from Monte Recôncavo, mother of students who are part of the student body of the Duque school, and a cook, these factors sparked my desire to analyze how the Duque de Caxias school has been providing food to children in the early grades. The references that supported us were the PNAE – the program that allocates funds for school meals (Santos, 2017). The methodology employed in the research was a qualitative approach with interviews and a bibliographic review of articles related to the topic. The data analysis was presented using bar graphs. Our results indicate that a large portion of the students who answered the questionnaire demonstrate an understanding of the importance of integrating Quilombola culture through school meals. We need to understand this response as a representation or even an opportunity to enrich the school's food and educational program.

**Keywords:** School lunch; eating habits; Duque de Caxias Municipal School - case studies; Monte Recôncavo Quilombo (São Francisco do Conde, BA).

## 1 INTRODUÇÃO

*Transformei minha dor em coragem, e minha coragem em aprendizado. Hoje sei que estudar também é resistir e renascer” (Rosângela do Carmo Brito)*

O presente artigo tem como tema Merenda Escolar no desenvolvimento dos hábitos alimentares saudáveis em crianças dos anos iniciais. A pesquisa aconteceu na escola Duque de Caxias no Quilombo Monte Recôncavo na cidade de São Francisco do Conde-ba.

Essa pesquisa justifica-se por eu ser uma mulher quilombola, moradora do Monte recôncavo e mãe de alunos que fazem parte do corpo discente da escola Duque de Caxias e saber que em um país como Brasil em que há um alto índice de pessoas com fome e muitos estudantes vão a escola por conta da alimentação, despertou em mim a vontade de analisar de que forma a Escola Duque de Caxias tem oferecido a alimentação às crianças das séries iniciais? Outro aspecto que despertou esse anseio é por ser cozinheira profissional e ter conhecimentos específicos em alimentação.

Precisamos pensar que estamos falando sobre alimentação escolar para crianças numa comunidade estreitamente marcada por lutas de resistência de um povo em busca de seu reconhecimento identitário. Diante deste cenário de descobertas da identidade de um povo e suas raízes é preciso um olhar cuidadoso e atencioso para saber quais alimentos fazem parte do cardápio dessa merenda escolar.

O problema da pesquisa reside em pensar como a alimentação pode interferir no desempenho escolar do aluno e como esse alimento chega na Escola? Entendendo que existe o Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) que consiste no repasse de recursos financeiros federais para o atendimento de estudantes matriculados em todas as etapas e modalidades da educação básica.

O objetivo geral da pesquisa esteve em Investigar de que maneira a merenda escolar influência no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis em crianças inseridas nos anos iniciais do ensino Fundamental, na escola de Duque de Caxias, da comunidade quilombola do Monte Recôncavo-São Francisco do Conde /Ba. Como objetivos específicos destacamos, caracterizar os tipos de alimentos utilizado na preparação das refeições na escola, levantar as ações das escolas de conscientização de crianças sobre alimentações saudáveis, identificar se houve mudança nos hábitos alimentares, averiguar se as crianças compreendem a importância de uma alimentação saudável. Como hipótese central da pesquisa foram levantadas a participação da comunidade e a cultura alimentar.

Ainda sobre a atribuição da escola, o PNAE (Programa Nacional de Alimentação Escolar) é uma peça-chave. Ele prevê que todas as escolas executem um cardápio elaborado com orientação de nutricionistas, garantindo o bom desempenho, desenvolvimento e rendimento escolar dos alunos. Uma das diretrizes mais importantes do PNAE é a Lei nº 11.947/2009, que estabelece a obrigatoriedade de que, no mínimo, 30% dos recursos repassados pelo FNDE (Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação) para a alimentação escolar sejam utilizados na compra de gêneros alimentícios diretamente da agricultura familiar e do empreendedor familiar rural, ou de suas organizações. Essa medida fortalece a economia local

e permite que alimentos mais frescos e culturalmente relevantes cheguem à mesa dos estudantes. É relevante notar que essa porcentagem está em constante discussão e a tendência é que aumente, com propostas para elevar o mínimo para 45%, o que reforça ainda mais a importância de pesquisas como esta, que investigam a conexão entre a produção da comunidade e a alimentação oferecida nas escolas. Isso indica que a elaboração do cardápio alimentar, um processo técnico que hoje é de responsabilidade de nutricionistas, também precisa ser realizada mediante uma consulta em geral, que poderia ser em uma reunião entre pais, direção e professores e demais comunidade escolar, com o objetivo de contribuir para a melhoria das necessidades da merenda escolar.

## **2 MERENDA ESCOLAR**

Quando falamos em merenda escolar é importante pensarmos nas suas contribuições para a melhoria da qualidade de saúde das crianças, nos nutrientes essenciais que ajudam no seu crescimento e no seu desenvolvimento cognitivo. Estudos mostram que uma alimentação equilibrada impacta diretamente na capacidade de concentração e aprendizado, fatores que podemos elencar como fundamentais no decorrer do desempenho acadêmico. Como bem menciona Santos (2017, p. 11), “[...] merenda/e ou lanche é uma das refeições intermediárias, servidas nas escolas antes do almoço e antes do jantar. Serve para nutrir e repor os nutrientes das energias gastas pelas crianças seja durante o recreio ou no desempenho cognitivo e físico em sala de aula”.

Para que as crianças venham a ter um bom desempenho em suas atividades escolares a merenda precisa ser distribuída em porções que contenham nutrientes suficientes e necessários para o desenvolvimento nutricional das necessidades do organismo da criança.

Neste sentido é importante considerar que uma alimentação equilibrada é fundamental para o crescimento e a saúde das crianças, quando as crianças se alimentam bem, elas tendem a ter mais energia, o que podemos chamar de maior disposição para participar das atividades realizadas em contexto escolar.

Conforme Santos (2017, p. 11), no que se refere à alimentação escolar, sabe-se que as crianças possuem necessidades nutricionais específicas, cabendo a escola zelar pela nutrição das mesmas no ambiente escolar, através de um trabalho pedagógico efetivo em sala de aula e do fornecimento de merenda e refeições saudáveis. Todos nós sabemos da importância de

comer bem, pois traz benefícios para a saúde, ajuda a nos manter ativos para realizar as tarefas do dia a dia, além de melhorar o humor.

Através da fala de Santos podemos perceber a responsabilidade das escolas em promover uma alimentação saudável e adequada para as crianças, reconhecendo que elas possuem obrigação de oferecer uma refeição nutricional específica que vai além do apenas fornecimento de refeições.

Ainda sobre atribuição da escola. O Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE prevê que, em todas as escolas existam um cardápio sendo executado, mediante suas orientações, prevendo que o bom desempenho, desenvolvimento e rendimento escolar estão sendo garantidos nos sistemas de ensino do país.

Isso indica que a elaboração do cardápio alimentar precisa ser realizada mediante uma consulta em geral, que poderia ser em uma reunião entre pais, direção e professores e demais comunidade escolar, com o objetivo de contribuir para a melhoria das necessidades da merenda escolar. Um outro fator de destaque é o papel intermediário da escola para a composição desse cardápio com a comunidade escolar e a responsabilidade da escola em integrar o cardápio ao currículo.

### **3 CONTEXTO LOCAL: QUILOMBO MONTE RECÔNCAVO**

Segundo Andrade (2022, p. 25) o contexto histórico da formação e conceituação sobre quilombos e suas obstinações precisam ser compreendidos e reconhecidos. A expressão quilombo de acordo ao significado da palavra é originada da língua Bantu. No Brasil, sua origem foi construída a partir dos grupos étnicos que foram escravizados: lunda, mbundu, imbangala, ovimbundu. A composição dos quilombos aconteceu no período do escravismo criminoso e perpassou a pós-abolição, provindo das estratégias dos escravos em busca de liberdade e sobrevivência.

A comunidade quilombola do Monte Recôncavo é particularmente notável por sua rica herança cultural e pela luta contínua por reconhecimento e direitos. A presença de líderes comunitários, de mestres (as) dos saberes, a exemplo de: D. Angelica, D. Augusta, D. Januária, Sr. Ezequiel, Sr. Tuca, Sr. Manego, D. Honorina, D. Olguinha, D. Conceição entre tantos outros, além da Associação de Moradores são marcantes nesse quilombo, que se destaca pela força de sua história e pela determinação de seus membros em preservar suas culturas. Nesse contexto, a educação assume um papel crucial, pois representa não apenas um meio de inclusão

social, mas também uma forma de reafirmar a identidade quilombola diante de um cenário de marginalização.

Em seu estudo, Andrade (2022, p. 30), descreve que o distrito do Monte Recôncavo surgiu da antiga freguesia de Nossa Senhora do Monte, construída na Vila de São Francisco da Barra do Sergipe do Conde. A região onde está situado o distrito, compõe uma das mais antigas áreas de ocupação do Brasil, já que as primeiras investidas para a povoação do lugar datam os meados do século XVI. No que tange a localização geográfica, o distrito do Monte Recôncavo está posicionado no ponto mais alto da Baía de Todos os Santos. No passado, o lugar serviu como ponto estratégico para as sinalizações das guerras e conflitos na luta pela Independência da Bahia.

Nas imagens a seguir podemos observar o posicionamento geográfico e a disposição do Quilombo

**Imagem 1** - Entrada do Monte Reconcavo



Fonte: acervo da autora.

**Imagem 2** - Território Expandido



Fonte: acervo da autora.

A comunidade Quilombola do Monte Recôncavo é rica em cultura local e como bem menciona Andrade (2022), a história está ligada diretamente as tradições e crenças baseadas na cultura negra. A comunidade que ali se formou não buscou apenas a aquisição de terras e conceitos, mas almejou também ganhar visibilidade e preservar a memória ancestral.

Diante da história de pessoas que foram excluídas, invisibilizadas, que possamos olhar de forma cuidadosa o contexto alimentar das crianças dos anos iniciais do Ensino Fundamental, que frequentam a escola, campo deste estudo.

#### **4 O CONTEXTO METODOLÓGICO DO ESTUDO**

A metodologia empregada na pesquisa foi uma abordagem qualitativa, utilizando entrevistas e revisão bibliográfica de artigos sobre a temática. A coleta de dados foi feita por meio de questionário e os resultados dos dados foram dados por meio de gráficos. A análise dos dados, embora inclua a apresentação de gráficos para ilustração, baseia-se na interpretação do conteúdo das respostas.

Nas pesquisas qualitativas busca-se a compreensão do significado que as pessoas atribuem a algum problema específico”. Destaca-se o caráter subjetivo da análise e interpretação dos dados. Trabalha-se com informações não traduzíveis em números, mas em sentimentos ou percepções. O papel do pesquisador como intérprete é central nas pesquisas qualitativas. Outro aspecto é que tais pesquisas possuem caráter descritivo, que, aqui, faz referência ao fato de que os pesquisadores qualitativos têm o propósito de descrever e compreender fenômenos por meio das interpretações e dos significados gerados a partir do ponto de vista dos sujeitos da pesquisa. Em comparação, a pesquisa quantitativa busca descrever (e prever, sempre que possível) relações de causa e efeito dos fenômenos. Bueno (2018, p. 24)

Na fala de Bueno (2018), podemos ver o quão complexo se torna o conhecimento humano, que muitas vezes não pode ser capturado por abordagens quantitativas. De modo que ao dar ênfase à compreensão dos significados que as pessoas atribuem às suas experiências, as pesquisas qualitativas valorizam a subjetividade, reconhecendo que sentimentos, percepções e contextos sociais desempenham um papel importante na construção do conhecimento. O pesquisador, como intérprete, torna-se uma figura central nesse processo, contribuindo com sua própria perspectiva para a análise dos dados.

A coleta de dados foi realizada por meio de dois questionários contendo questões de múltipla escolha, aplicados em dias distintos: o primeiro constando de 07 questões, com o gestor, e a merendeira, e o segundo com 05 questões, aplicado a estudantes dos anos iniciais do Ensino

Fundamental. O estudo foi realizado na escola Duque de Caxias, respeitando os direitos éticos de elaboração da pesquisa. Assim, foi encaminhado aos participantes o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) a fim de que fossem informados quanto a finalidade do trabalho e que estariam participando de forma voluntária. Cientes de que as informações seriam incluídas em uma pesquisa de trabalho de conclusão de curso da presente pesquisadora. O TCLE foi preenchido pelos profissionais entrevistados e pelos responsáveis pelas crianças/estudantes, colaboradoras/es participantes.

A Escola Municipal Duque de Caxias, está localizada na rua do Cemitério s/n, no quilombo Monte Recôncavo, São Francisco do Conde- BA. A instituição possui prédio próprio, e inicialmente foi construída para acolher estudantes do Ensino Fundamental anos iniciais nos turnos matutino e vespertino e a Educação de Jovens e Adultos EJA no período noturno. A escola dispõe em seu corpo estudantil de 154 alunos, atendidos por uma equipe formada por: direção, vice-direção, secretária escolar, assistente administrativo, cozinheiras, vigias, auxiliares de limpeza, monitor de ônibus, professores e coordenação pedagógica.

**Imagens 3 e 4** - Escola Duque de Caxias



Fonte: acervo da autora.

Quanto a sua estrutura física, dispõe de 19 salas no total, incluindo banheiros, sala de vigia, recepção/coordenação, sala da direção, secretaria e a cozinha, local em que ocorre o preparo da merenda escolar. Uma alimentação adequada é fundamental para o desempenho escolar dos estudantes, contribuindo para a concentração, a energia e o bom funcionamento do organismo. Na imagem 5 de avental vermelho estão as duas merendeiras e no meio o gestor ambos fazem parte da equipe escolar.

**Imagem 5** - Equipe escolar



Fonte: foto da autora.

A equipe responsável pela alimentação escolar, busca preparar com muito afeto, refeições saudáveis e balanceadas, para as crianças, orientando-as sempre que podem, na formação de hábitos alimentares, para que tenham uma boa saúde, aproveitando a cultura alimentar local.

## **5 APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS**

A partir da aplicação dos questionários, cujo objetivo foi verificar a percepção do gestor, da merendeira e das/os estudantes acerca da importância da merenda escolar para uma alimentação saudável. O questionário demonstrou rigor ao privilegiar a confidencialidade e o respeito às opiniões peculiares de cada profissional e de cada criança, valorizando suas

expertises e perspectivas individuais. Após a leitura, as respostas foram organizadas, com vistas a construção de gráficos ilustrativos e posterior análise dos dados. A imagem 6 ilustra o momento em que as/os participantes estão respondendo o questionário.

**Imagem 6** - Participantes da pesquisa respondendo o questionário



Fonte: foto tirada pela autora.




Neste momento tive a oportunidade de dialogar um pouco com o gestor, as merendeiras e os alunos antes da aplicação do questionário sobre a merenda escolar. A partir daí entreguei o questionário, expliquei a obtenção da recolha das respostas, enquanto eles liam e respondiam com atenção.

A pergunta inicial. **Como é composta a merenda escolar oferecida aos alunos?** foi direcionada ao gestor e a merendeira, e ambos responderam que “*a merenda é composta por alimentos variados, incluindo frutas, grãos e proteínas*”. Já as/os estudantes, afirmaram que o principal objetivo da merenda é *oferecer alimentos saudáveis que ajudam no crescimento*. Observamos nas respostas obtidas que há uma concordância quanto ao valor nutricional dos alimentos e a variedade; o que indica uma percepção positiva do propósito da alimentação escolar.

As Diretrizes da Alimentação Escolar – Resolução do Fundo Nacional de Desenvolvimento Escolar (FNDE), em seu Art 5º, inciso I – propõe que: o emprego da alimentação saudável e adequada, compreendendo o uso de alimentos variados, seguros, que respeitem a cultura, as tradições e os hábitos alimentares saudáveis, contribuindo para o crescimento e o desenvolvimento dos alunos e para a melhoria do rendimento escolar, em conformidade com a sua faixa etária e seu estado de saúde, inclusive dos que necessitam de atenção específica.

CARDÁPIO - EDUCAÇÃO INTEGRAL QUILOMBOLA (Escola Duque de Caxias)					
DEZEMBRO - 2025					
SEMANA 03	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DATA	15/12/2025	16/12/2025			
DESJEJUM	Melancia e Maçã	Melancia e Melão			
LANCHE DA MANHÃ	Vitamina de manga e Pão de leite com manteiga Fruta: <u>Banana da terra</u>	Vitamina de goiaba e Biscoito maisena Fruta: <u>Laranja</u>			
ALMOÇO	Feijão cariquinho, Arroz, Ensopado de frango (peito) com cenoura e chuchu Fruta: Laranja	Feijão cariquinho, Arroz, Carne cozida (coxão mole), Salada cozida de abóbora e batata Fruta: Maçã			
LANCHE DA TARDE	Suco de acerola e Bolo de milho	Suco de umbu e Pão de leite com ovo mexido			

Observação: *mele* *maçã*  
Os alimentos que estão sublinhados são fornecidos pela Agricultura Familiar.

    
**Caruana Mateus** **Janile Rafaela Barreto** **Juliano Borges**  
 Nutricionista Nutricionista Nutricionista  
 CRP 05 4897 CRP 05 9099 CRP 05 4666  
 Quadro Técnico Responsável Técnico

**CARDÁPIO - EDUCAÇÃO INTEGRAL QUILOMBOLA (Escola Duque de Caxias)**  
**DEZEMBRO - 2025**

SEMANA 02	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DATA	08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
DESJEJUM ( )	<b>Ponto Facultativo</b> (Dia de Nossa Senhora da Conceição da Praia)	Melão e Melancia	Maçã e Laranja	Mamão e Manga	Banana e Manga
LANCHE DA MANHÃ ( )		Suco de goiaba e Pão de leite com ovo mexido <u>Fruta: Banana da terra</u>	Café com leite e Banana da terra cozida	Suco de acerola e Bolo simples <u>Fruta: Melancia</u>	iogurte de morango e Pa (min. 100g) <u>Fruta: Laranja</u>
ALMOÇO ( )		Feijão cariquinho, Arroz, Frigideira de carne (coxão mole), Salada cozida de abóbora e chuchu Fruta: Laranja	Feijão cariquinho, Arroz branco, Moqueca de peixe (filé), Salada cozida de cenoura e batata Fruta: Melancia	Feijão cariquinho, Arroz, Isca de frango acebolada (peito), Salada crua de alface com beterraba ralada Fruta: Melão	Arroz, Purê misto (abóbora e batata), Carne assada (coxão mole), Salada crua de couve fat repolho Fruta: Maçã
LANCHE DA TARDE ( )		Vitamina de manga e Biscoito rosquinha sabor chocolate	Suco de umbu com leite e Pão de leite com manteiga	Salada de frutas (laranja, goiaba, maçã e banana)	Vitamina de goiaba e Pão com queijo

Observação: Os alimentos que estão sublinhados são fornecidos pela Agricultura Familiar.


**NUTRICIONISTAS DA SEDUC:**  
 Caroline Mats Nutricionista CRP-5 4197 Quadro Técnico  
 Jéssica Telada Santos Nutricionista CRP-5 9099  
 Juliana Borges Nutricionista CRP-5 4666 Responsável Técnico

**CARDÁPIO - EDUCAÇÃO INTEGRAL QUILOMBOLA (Escola Duque de Caxias)**  
**DEZEMBRO - 2025**

SEMANA 02	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DATA	08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
DESJEJUM ( )	<b>Ponto Facultativo</b> (Dia de Nossa Senhora da Conceição da Praia)	Melão e Melancia	Maçã e Laranja	Mamão e Manga	Banana e Manga
LANCHE DA MANHÃ ( )		Suco de goiaba e Pão de leite com ovo mexido <u>Fruta: Banana da terra</u>	Café com leite e Banana da terra cozida	Suco de acerola e Bolo simples <u>Fruta: Melancia</u>	iogurte de morango e Panetone (min. 100g) <u>Fruta: Laranja</u>
ALMOÇO ( )		Feijão cariquinho, Arroz, Frigideira de carne (coxão mole), Salada cozida de abóbora e chuchu Fruta: Laranja	Feijão cariquinho, Arroz branco, Moqueca de peixe (filé), Salada cozida de cenoura e batata Fruta: Melancia	Feijão cariquinho, Arroz, Isca de frango acebolada (peito), Salada crua de alface com beterraba ralada Fruta: Melão	Arroz, Purê misto (abóbora e batata), Carne assada (coxão mole), Salada crua de couve fatiada e repolho Fruta: Maçã
LANCHE DA TARDE ( )		Vitamina de manga e Biscoito rosquinha sabor chocolate	Suco de umbu com leite e Pão de leite com manteiga	Salada de frutas (laranja, goiaba, maçã e banana)	Vitamina de goiaba e Pão de leite com queijo

Observação: Os alimentos que estão sublinhados são fornecidos pela Agricultura Familiar.




**NUTRICIONISTAS DA SEDUC:**  
 Caroline Mats Nutricionista CRP-5 4197 Quadro Técnico  
 Jéssica Telada Santos Nutricionista CRP-5 9099  
 Juliana Borges Nutricionista CRP-5 4666 Responsável Técnico


**PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO FRANCISCO DO CONDE**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO**  
**GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR**  
**2025**

**CARDÁPIO - EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS - EJA (QUILOMBOLA) - (Escola Duque de Caxias)**  
**DEZEMBRO - 2025**

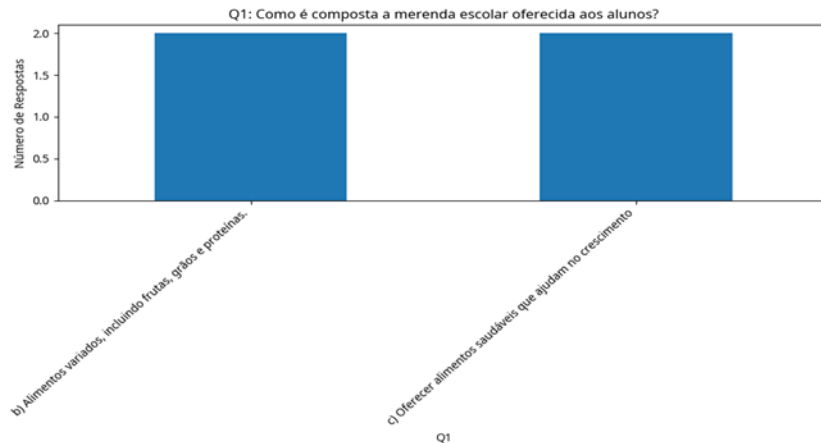
SEMANA 01	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DATA	01/12/2025	02/12/2025	03/12/2025	04/12/2025	05/12/2025
LANCHE 1 (...)	Melancia e <u>Laranja</u>	Melão e <u>Banana da terra</u>	Mamão e <u>Banana da prata</u>	Laranja e <u>Manga</u>	Manga e <u>Melancia</u>
LANCHE 2 (...)	Café com leite e Cuscuz de milho com carne cozida (cozão mole)	Sopa de legumes (cenoura, batata e chuchu) com frango (peito) Fruta: Maçã	Dobradinha saudável (feijão branco, peito de frango e cenoura), Arroz, Salada crua de couve fatiada e tomate Fruta: Goiaba	Vitamina de banana e Biscoito maisena	Feijão cariquinho, Arroz, Carne cozida (cozão mole), Salada crua de beterraba ralada e repolho fatiado Fruta: Melão
SEMANA 02	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DATA	08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
LANCHE 1 (...)	Ponto Facultativo (Dia de Nossa Senhora da Conceição da Praia)	Melão e <u>Melancia</u>	Laranja e <u>Banana da terra</u>	Banana	Goiaba e <u>Banana da prata</u>
LANCHE 2 (...)		Café com leite e Arroz doce de corte com coco seco ralado	Arroz com milho verde, Purê de abóbora, Isca de carne cozida (cozão mole), Salada cozida de batata e chuchu Fruta: Melancia	Suco de goiaba com leite e Panetone (min. 100g) + <u>Salada de frutas (melancia, manga, mamão e laranja)</u>	Feijão cariquinho, Macarrão (parafuso) ao molho, Frigideira de frango (peito de frango) Salada crua de alface e cenoura ralada Fruta: Manga
SEMANA 03	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
DATA	15/12/2025	16/12/2025			
LANCHE 1 (...)	Laranja e <u>Banana da terra</u>	Melão e <u>Melancia</u>			
LANCHE 2 (...)	Café com leite e Batata doce com frango cozido (peito de frango)	Vitamina de manga e Pão de leite com ovo mexido			

Observação:  
Os alimentos que estão sublinhados são fornecidos pela Agricultura Familiar.



  
**Caroline Matos**     **Jania Inês de Barros**     **Juliana Borges**  
Nutricionista     Nutricionista     Nutricionista  
CPF: 4197     CPF: 909     CPF: 466  
**NUTRICIONISTAS DA SEDUC:**  
 Quadro Técnico      Responsável Técnico

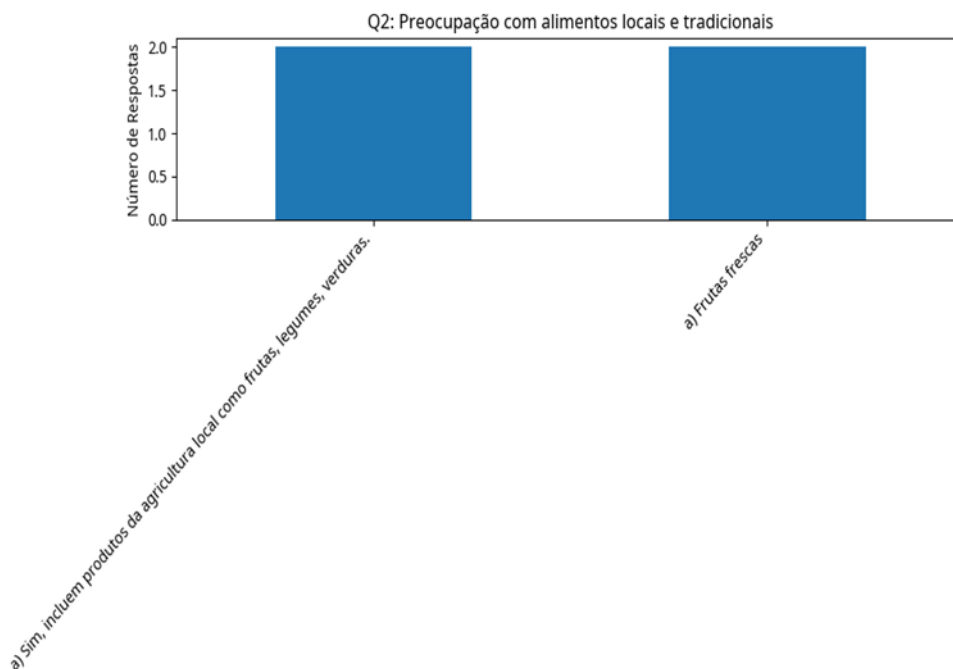
Para compreender a construção do cardápio da merenda escolar é fundamental conceituar o que são hábitos alimentares. Segundo Fisberg (2023), os hábitos alimentares podem ser definidos como “o resultado de um comportamento mais ou menos consciente, coletivo e repetido, que leva os indivíduos a selecionar, preparar, consumir e utilizar determinados alimentos”. Essa definição reforça que a alimentação vai além da simples ingestão de nutrientes, sendo um ato social e cultural. A formação de hábitos alimentares saudáveis na infância é crucial, pois eles tendem a se perpetuar na vida adulta, influenciando diretamente a saúde e a prevenção de doenças. No contexto escolar, a merenda assume um papel pedagógico, contribuindo para a formação desses hábitos.

Vale salientar que a ausência da perspectiva do nutricionista no presente estudo foi uma limitação, dada a dificuldade de contato com o profissional responsável, mas seu papel na elaboração do cardápio é indubitável, é fundamental na tradução das diretrizes nutricionais para o prato do aluno. Um outro fator de destaque é o papel intermediário da escola para a composição desse cardápio com a comunidade escolar e a responsabilidade da escola em integrar o cardápio ao currículo.



Quanto a questão: Existe uma preocupação com a inclusão de alimentos locais e tradicionais na merenda? Se sim quais?, Tanto o gestor, quanto a merendeira afirmaram que os produtos da agricultura local como frutas, legumes, verduras de forma a respeitar a diversidade de alimentos naturais presentes na comunidade como aipim, abobora, batata doce, são inclusos na merenda escolar. As crianças confirmaram a opção por frutas frescas no cardápio, reforçando a importância da inclusão destes alimentos.

Ficou evidente nesta questão que as respostas demonstram um esforço consciente por parte da escola em incorporar alimentos frescos e locais, o que é benéfico tanto para a nutrição dos alunos quanto para o apoio à economia do local. , foram observados que os alunos relatam preferência por frutas frescas e reforça a aceitação dessa prática durante o jejum, algo que acontece logo quando os alunos chegam a unidade escolar recebem um alimento antes do horário da merenda, este projeto é uma lei orgânica do município de São Francisco do conde que entrou em vigor neste ano de 2025 pensado nas crianças que ainda em dias atuais vão para a escola sem uma alimentação e dessa forma impacta negativamente no desempenho escolar dos estudantes.

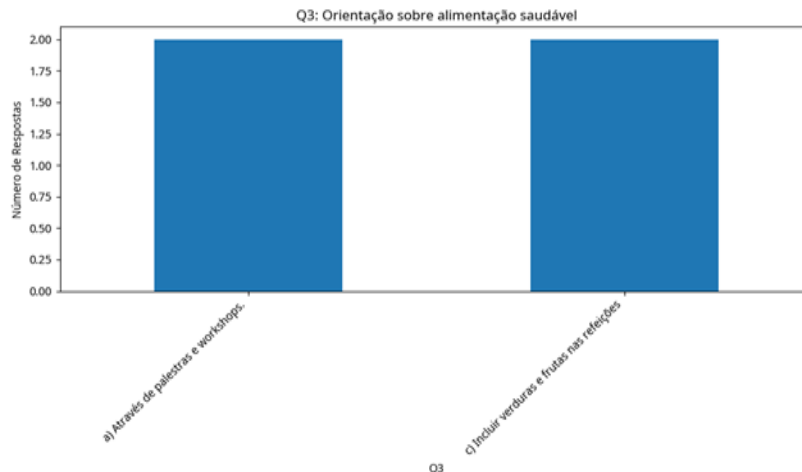


Q2

### Questão 3: Que tipo de orientação é dada aos alunos sobre a importância de uma alimentação saudável?

Questões destinada a merendeira e gestor: ambos indicaram que a orientação é feita através de palestras e formação de workshops. Os alunos sugeriram incluir verduras e frutas nas refeições como forma de ter hábitos alimentares saudáveis na escola.

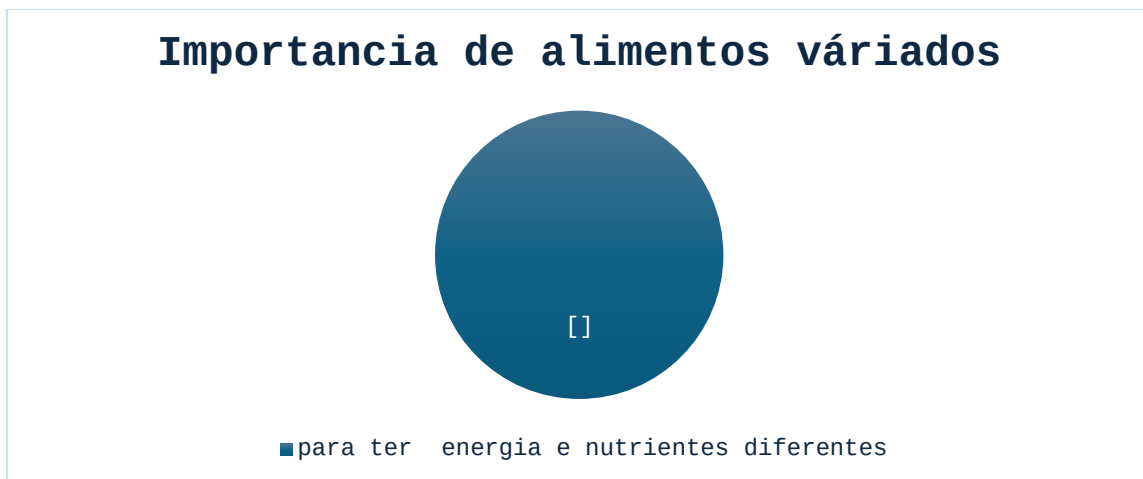
Foi observado nas respostas obtidas nessa questão que há uma clara indicação de que a escola utiliza métodos educativos formais, como reuniões e formação, para estimular a alimentação saudável, porem a respostas dos alunos na questão 3 a qual questionasse o que pode ser feito para ter hábitos saudáveis na escola ambos os alunos sugere que ainda sim que contenha a uma necessidade de se fazer dessa alimentação saudável algo continuo mostrando que eles compreendem a importância da inclusão de alimentos específicos em suas refeições.



#### Questão 4: Por que é importante comer alimentos variados na merenda escolar?

Esta questão foi destinada aos alunos e eles responderam para ter energia e nutrientes diferentes. A resposta dos alunos demonstra uma compreensão necessária e fundamental sobre a importância da variedade alimentar para a obtenção de energia e diversos nutrientes essenciais ao desenvolvimento e claro para um bom desempenho escolar.

#### Quadro 1 - Importância de alimentos variados



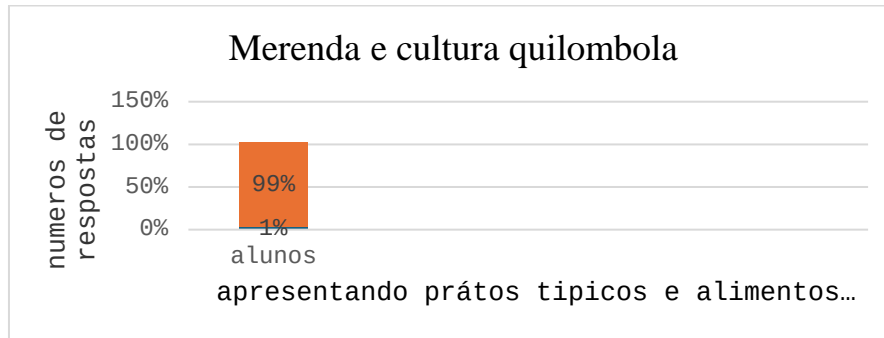
Fonte: elaborado pela autora.

#### Questão 5: Como a merenda escolar pode ajudar a aprender sobre a cultura quilombola?

Esta questão foi destinada aos alunos, ambos os alunos sugeriram apresentando pratos típicos e ingredientes locais, dos 5 alunos que responderam o questionário somente um divergiu na resposta mostrando não ter clareza e entendimento sobre cultura quilombola. Os alunos

demonstraram uma percepção clara de como a merenda pode ser um veículo para o aprendizado cultural, sugerindo a inclusão de pratos e ingredientes típicos da cultura quilombola.

**Quadro 2** - Merenda e cultura quilombola



Fonte: elaborado pela autora.

## 6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante das reflexões apresentadas no texto e análise do questionário aplicado podemos afirmar que de modo geral, a Escola Duque de Caxias demonstra um compromisso com a oferta de uma merenda escolar variada e saudável, seguindo o cardápio alimentar da secretaria de educação do município o qual integra produtos locais e a promoção de hábitos alimentares saudáveis através de orientações. É importante fazer uma ressalva a percepção das crianças em relação a merenda como um fator importante para seu crescimento e desenvolvimento, e também como uma oportunidade de aprendizado cultural.

Partindo dos dados da pesquisa, e em conversas informais com demais profissionais da instituição é possível avaliar que é ainda que a instituição siga rigorosamente respeitosa o cardápio alimentar é necessário uma atenção especial a necessidade de garantir aos estudantes o entendimento quanto a importância da sua cultura local enquanto quilombolas atrelados a uma alimentação saudável, uma vez que grande parte dos alunos que responderam o questionário demonstra saber a importância da integração da cultura quilombola através da merenda, precisamos compreender essa resposta como uma representação ou mesmo oportunidade para enriquecer o programa alimentar e educacional da escola.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, Thaís Oliveira. **Memórias e Tradições Orais da Comunidade Quilombola do Monte Recôncavo**. p. 3 - 100, 2022. Dissertação (Mestrado) – Universidade do Estado da Bahia, 2022.

BRASI. **Resolução/CD/FNDE nº 26, de 17 de junho de 2013**. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE. Disponível em: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/legislacao/resolucoes/2013/resolucao-cd-fnde-no-26-de-17-de-junho-de-2013>. Acesso em 09 de dez 2025.

BUENO, J de F. **Métodos, qualitativos e mistos de pesquisa**. Rio de Janeiro: Departamento de Biblioteconomia. UFRJ, 2018.

FISBERG, M. (2023). Transgenerational transmission of eating habits. **Jornal de Pediatria**, 99(Suppl. 1), S1-S2.

SANTOS, Simone Batista dos. **Alimentação escolar: construção de hábitos alimentares saudáveis**. – João Pessoa: UFPB, 2017.