



Governo do Distrito Federal
Secretaria de Estado de Educação
Subsecretaria de Apoio às Políticas Educacionais
Diretoria de Alimentação Escolar



CONCURSO SABOR DE ESCOLA

Melhor Receita da Alimentação Escolar da
Secretaria de Estado de Educação do DF - 2ª edição

Manual informativo para Comissão Julgadora



AS COMISSÕES JULGADORAS DEVERÃO ANALISAR OS SEGUINTE CRITÉRIOS DE VOTAÇÃO EM CADA UMA DAS ETAPAS DO CONCURSO:

A) O primeiro desses critérios é a **viabilidade**, que é a possibilidade de todas as escolas da rede pública de ensino do DF reproduzirem a receita apresentada. Ou seja, para avaliar a viabilidade de uma preparação, deve-se levar em consideração algumas questões, como por exemplo:

- **Todas as escolas possuem os ingredientes, equipamentos e utensílios necessários para preparar a receita?**
- **A receita exige um método de preparo muito difícil e leva um longo tempo para ser preparada?**
- **Seria possível preparar essa receita para centenas ou milhares de estudantes?**

B) Outro aspecto a ser considerado, é a utilização de **alimentos presentes no cardápio do PAE** (Programa de Alimentação Escolar), valorizando preparações de hábitos do local, e utilizando como maior parte dos ingredientes alimentos in natura e minimamente processados.

- Os **alimentos in natura** são aqueles que são obtidos diretamente de plantas ou de animais, sem passar por nenhum processamento industrial, como frutas, legumes, raízes, tubérculos e ovos;
 - Os **alimentos minimamente processados** são aqueles obtidos diretamente de plantas ou de animais, mas que passaram por processos mínimos, como limpeza, secagem, embalagem, congelamento e fermentação, por exemplo. Ainda assim, são alimentos que não contém adição de sal, açúcar ou óleos. Entre esses alimentos estão: carnes, leite, arroz, feijão, farinhas de mandioca, milho, iogurte natural etc.
-

C) Além disso, para a avaliação, é importante levar em conta que cada alimento possui **características próprias**. Nosso corpo funciona como uma máquina para analisar essas características, por meio dos nossos sentidos de **olfato, paladar, visão e tato**. Esses sistemas avaliam as características dos alimentos, ou seja, suas propriedades sensoriais, que incluem: **cor, sabor, odor e textura**. Assim, é importante conhecer cada um deles para melhor avaliação.

- **Cor:** Geralmente é a primeira característica observada, pois é com a apresentação visual da preparação que tiramos a primeira impressão, observando principalmente a aparência e a cor do alimento. Sendo assim, podemos considerar se as tonalidades dos alimentos estão atraentes e tornam o prato apetitoso e também se há variedade de cores no prato, por exemplo.
 - **Sabor:** O paladar é responsável por identificar o sabor, reconhecendo as características básicas dos alimentos, ou seja, os gostos ácidos, amargos, doces e/ ou salgados, e também se são agradáveis ao paladar.
 - **Odor:** É o aroma característico do alimento, sendo percebido pelo olfato. O aroma também compõe o sabor do alimento, e assim como a cor, tende a despertar nosso apetite por um alimento. Podemos considerar se o odor está agradável ou não, ou por meio dele, entender se um alimento está saboroso ou não, por exemplo.
 - **Textura:** É percebida assim que mordemos, cortamos ou pressionamos o alimento. Por meio da textura, podemos avaliar a consistência, se um alimento está macio, elástico ou crocante, por exemplo, e se essas características são agradáveis ao nosso paladar e tato.
-

D) Por fim, a utilização dos **Frutos do Cerrado** ou **ingredientes produzidos a partir deles** também será um critério adotado para pontuar as receitas avaliadas. Entre os **Frutos do Cerrado** estão:



JATOBÁ:

Nomes populares: jatozá-verdadeiro, jatozázeiro, jatozá, jatozá-capão, jatozá-da-casca-fina, jatozá-açu, jatobeiro, jatozá-do-campo, jataí-de-piauí, jatobai, jitaé, jutaé, jutaí e jutaicica.



BURITI:

Nomes populares: miriti, mauritia flexuosa, palmeira-do-brejo, buriti-do-brejo, carandá-guaçu, moriti, moriche (Venezuela), palmier bâche (Guiana), aguaje, achual (Peru).



CAJU:

Nomes populares: acajaíba, acaju, acajuíba, caju-manso, caju-banana, caju-manteiga, caju-da-praia e caju-de-casa



MARACUJÁ:

Existem várias espécies de maracujá, porém as mais conhecidas são: maracujá-mirim, maracujá-melão, maracujá-guaçu, maracujá-doce e maracujá-do-igapó.



MANDIOCA AMARELA:

Nomes populares: Mandioca, macaxeira, aipim. Diversas receitas culinárias utilizam o alimento como ingrediente, em preparações doces ou salgadas.



AVALIAÇÃO DA RECEITA PELA COMISSÃO JULGADORA

Data: _____ Nome da preparação: _____

CRE: _____ Merendeiro: _____

Critérios		Excelente (3 pts)	Bom (2 pts)	Regular (1 pt)	Ruim (0 pt)
Aspectos sensoriais	Cor				
	Odor				
	Sabor				
	Textura				

Critérios		Excelente	Bom	Regular	Ruim
Criatividade	Originalidade e inovação na preparação				

Critérios		Excelente	Bom	Regular	Ruim
Viabilidade	É possível reproduzir a receita em qualquer escola da rede pública de ensino do Distrito Federal?				

Critérios		Excelente	Bom	Regular	Ruim
Priorizou-se alimentos in natura e minimamente processados?					

Critérios		Sim (3 pts)	Não (0 pt)
Tem em sua composição ingredientes derivados dos Frutos do Cerrado, ou o próprio Fruto do Cerrado?			

Critérios		Sim (3 pts)	Não (0 pt)
Foram seguidas as normas das Boas Práticas de Fabricação?			

Pontuação Total: