



Publicado em 17/02/2025 - 14:03

## São Caetano é referência em alimentação saudável e sem ultraprocessados nas escolas



*Murilo da Silva Croce/PMSCS*

Há mais de cinco anos o cardápio dos estudantes não possui nenhum item ultraprocessado – aqueles produtos que passam por série de transformações em sua fabricação, com adição de diversos aditivos, corantes e fórmulas para realçar o sabor de forma artificial.

Na EMEF Professor Vicente Bastos, no Bairro São José, os 442 alunos do 1º ao 5º anos estudam em período integral.

Tanto os lanches quanto o almoço são compostos por alimentos in natura, dando prioridade para frutas, verduras e legumes.

Na última quinta-feira (13), por exemplo, o café da manhã foi composto por pão com manteiga – havia opção sem manteiga para os intolerantes à lactose – e leite com cacau.

O almoço continha arroz, feijão, frango assado, ravioli ao molho sugo, alface, suco de abacaxi e melão de sobremesa.

As filas, os pratos limpos e a cara de felicidade das crianças não escondiam a satisfação com a refeição balanceada.

“A gente percebeu que a retirada dos ultraprocessados trouxe muitos benefícios. Além de fazer com que a criança tenha uma alimentação mais saudável, há a redução do açúcar, que proporciona melhora da concentração de redução da obesidade”, avaliou Débora Mello de Almeida, diretora da EMEF Professor Vicente Bastos.

Anúncio

Outro ponto positivo observado pela educadora está no conhecimento das crianças. “Alguns alimentos que a gente oferta o aluno não come em casa ou nunca teve contato. Quando a gente serviu caqui, muitos acharam que era tomate. Eles aprenderam sobre uma fruta nova e, ao verem o colega comendo, perderam a resistência e experimentaram. Isso enriquece a diversidade no prato deles.”

Um diferencial da rede municipal é a divulgação antecipada do cardápio. As famílias sabem, com antecedência, qual alimento será oferecido aos filhos e, assim, ajudam na construção de um cronograma de alimentação saudável nas escolas.

<https://abcemoff.com.br/sao-caetano-e-referencia-em-alimentacao-saudavel-e-sem-ultraprocessados-nas-escolas/>

**Veículo:** Online -> Site -> Site ABC em OFF

**Seção:** Agora em Off