



EDITAL

REGULAMENTO

1.	DA ORGANIZAÇÃO
1.1.	O CONCURSO MELHORES RECEITAS será realizado pela Secretaria Municipal de Educação, por meio do Setor de Alimentação e Nutrição Escolar.
2.	DO OBJETO
2.1.	O presente concurso consiste na eleição, premiação e divulgação de receitas culinárias elaboradas pelos Preparadores de Alimentação Escolar.
3.	DO CONCURSO
3.1.	O objetivo do concurso é valorizar o papel dos Preparadores de Alimentação Escolar, promovendo a alimentação saudável e adequada no âmbito escolar, bem como promover a mobilização escolar para a temática da sustentabilidade.
3.2.	Estarão habilitadas a participar do concurso, as receitas elaboradas pelos participantes que se inscreverem e entregarem suas receitas nos termos e critérios deste regulamento.
3.3.	Para inscrição das receitas, os participantes deverão, no período definido no item 5.1, se inscrever observando as seguintes informações:
3.3.1.	Preencher a ficha técnica de inscrição, com o nome dos integrantes da equipe escolar que irá participar, os motivos pelos quais decidiu participar do concurso e o porquê da escolha da receita inscrita (Anexo I);
3.3.2.	Preencher a ficha técnica da receita (Anexo II), a ser inscrita no concurso: nome da receita, ingredientes, medidas caseiras, descrição do modo de preparo, tempo de preparo, rendimento em número de porções e inclusão de fotos. O preenchimento deve ser realizado conforme exemplo disponível no Anexo III. O cálculo dos pesos e medidas pode ser realizado utilizando a lista de medidas caseiras e gramaturas (Anexo IV).
3.4.	Somente poderão ser inscritos Preparadores de Alimentação Escolar (Cozinheira, ASE e Frente de Trabalho, Serventes).
3.5.	A inscrição está confirmada mediante entrega de comprovante de inscrição e protocolação na Secretaria Municipal de Educação.
3.6.	As receitas deverão caracterizar-se como preparação salgada ou doce, exceto bebidas.
3.7.	As receitas deverão conter ingredientes importantes para uma alimentação saudável e ao menos um dos estocáveis adquiridos em 2024: amido de arroz, amido de milho, amido de polvilho azedo, amido de polvilho doce, amido de tapioca, ervilha seca, grão de bico, trigo



	<p>para quibe e os estocáveis de pouca saída em algumas unidades: farinha de mandioca, farinha de milho, farinha de rosca e fubá.</p> <p>3.8. Observar a restrição dos alimentos citados como de aquisição proibida, conforme o artigo 22 da Resolução Nº 06 de 08/05/2020, sendo estes “refrigerantes e refrescos artificiais, bebidas ou concentrados à base de xarope de guaraná ou groselha, chás prontos para o consumo e outras bebidas similares, cereais com aditivo ou adoçados, bala e similares, confeito, bombom, chocolate em barra e granulado, biscoito ou bolacha recheada, bolo com cobertura ou recheio, barra de cereal com aditivo ou adoçadas, gelados comestíveis, gelatina, temperos com glutamato monossódico ou sais sódicos, maionese e alimentos em pó ou para reconstituição.</p> <p>3.9. Somente serão aceitas as receitas nas quais os alimentos que as compõem estejam em unidade de peso e medida, conforme o Anexo V deste regulamento.</p> <p>3.10. O participante deverá preencher todos os campos do formulário com as informações cadastrais e da receita para que sua inscrição seja válida.</p> <p>3.11. Cada receita poderá ser inscrita pela equipe da escola, e cada equipe participante poderá inscrever apenas uma receita.</p> <p>3.12. A inscrição da receita implica ao participante a sua total e inequívoca concordância com todas as regras contidas neste regulamento.</p> <p>3.13. Os participantes do concurso assumem desde já serem os legítimos e exclusivos titulares (autores) das receitas por eles inscritas, sendo que estas não poderão ser cópias integrais (100%) de receitas encontradas em publicações de gastronomia e culinária, sites da internet, cardápios de restaurantes e estabelecimentos gastronômicos e outros meios/ ambientes públicos.</p>
4.	<p>DA ESCOLHA DA RECEITA</p> <p>4.1. Haverá uma Comissão Avaliadora apta a votar, após degustação e a receita com maior pontuação média será a vencedora.</p> <p>4.2. CRITÉRIOS DE PARTICIPAÇÃO</p> <p>A escolha das receitas deverá considerar os seguintes critérios, pontuando-os de 1 (um) a 5 (cinco), sendo 1 (um) a menor pontuação e 5 (cinco) a maior pontuação:</p> <p>4.2.1. Viabilidade no PNAE: possibilidade de replicação da receita no contexto da Alimentação Escolar.</p> <p>4.2.2. Valorização dos hábitos locais: utilização de alimentos regionais.</p> <p>4.2.3. Criatividade, inovação e originalidade.</p> <p>4.2.4. Inclusão de alimentos saudáveis: prioritariamente alimentos in natura ou minimamente processados [1], conforme o Guia alimentar para a População Brasileira (MS, 2014).</p> <p>4.2.5. Aproveitamento integral dos alimentos.</p> <p>4.3. No dia do concurso, cada participante levará a preparação para apresentação à Comissão Avaliadora e posterior degustação. A comissão elegerá a melhor receita, de acordo com os critérios do item 4.2.</p> <p>4.4. A comissão julgadora será formada por: nutricionistas das Secretarias Municipais de Educação e Saúde, um membro do Conselho de Alimentação Escolar.</p> <p>4.5. Cada equipe deverá levar sua receita preparada com porcionamento de aproximadamente 1 kg;</p> <p>4.6. Em caso de empate serão utilizados os seguintes critérios:</p> <p>4.6.1. Aproveitamento integral dos alimentos;</p> <p>4.6.2. Criatividade.</p> <p>4.7. Caso permaneça o empate, caberá a comissão decidir a receita campeã.</p> <p>4.8. Os votos serão apurados após a degustação e divulgados no momento da cerimônia de premiação.</p>



**PREFEITURA MUNICIPAL DE EMBU-GUAÇU
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

Rua Arlete Aparecida de Moraes Lopes, 210. Centro. Embu Guaçu/SP. Cep.: 06900-000
www.embuguacu.sp.gov.br – alimentacaoescolar@embuguacu.sp.gov.br – Tel.: (11) 4662-9110

1] São considerados alimentos *in natura* aqueles obtidos diretamente de plantas ou de animais e não sofrem qualquer alteração após deixar a natureza. Os alimentos minimamente processados são os alimentos *in natura* que foram submetidos a processos de limpeza, remoção de partes não comestíveis ou indesejáveis, fracionamento, moagem, secagem, fermentação, pasteurização, refrigeração, congelamento e processos similares que não envolvam agregação de sal, açúcar, óleos, gorduras ou outras substâncias ao alimento original. São alguns exemplos: Legumes, verduras, frutas, batata, mandioca e outras raízes e tubérculos *in natura* ou embalados, fracionados, refrigerados ou congelados; arroz branco, integral ou parboilizado, a granel ou embalado; milho em grão ou na espiga, grãos de trigo e de outros cereais; feijão de todas as cores, lentilhas, grão de bico e outras leguminosas; cravo, canela, especiarias em geral e ervas frescas ou secas; farinhas de mandioca, de milho ou de trigo e macarrão ou massas frescas ou secas feitas com essas farinhas e água; carnes de gado, de porco e de aves e pescados frescos, resfriados ou congelados; leite pasteurizado, ultrapasteurizado ('longa vida') ou em pó, iogurte (sem adição de açúcar); ovos (MS, 2014).

5.	DO CRONOGRAMA DO CONCURSO								
5.1.	O cronograma do concurso obedecerá ao disposto no quadro abaixo:								
	<table border="1"><thead><tr><th>ETAPAS</th><th>PERÍODO</th></tr></thead><tbody><tr><td>Lançamento do Concurso</td><td>18/06/2026</td></tr><tr><td>Inscrições</td><td>18 à 27/06/2024</td></tr><tr><td>Concurso</td><td>31/07/2024</td></tr></tbody></table>	ETAPAS	PERÍODO	Lançamento do Concurso	18/06/2026	Inscrições	18 à 27/06/2024	Concurso	31/07/2024
ETAPAS	PERÍODO								
Lançamento do Concurso	18/06/2026								
Inscrições	18 à 27/06/2024								
Concurso	31/07/2024								
5.2.	O concurso será realizado às 14 horas na EM Etelvina Delfim Simões, na Rua Davi Farah, 45 – Vila Louro – Embu-Guaçu - SP								
6.	DA PREMIAÇÃO								
6.1.	Os participantes receberão um certificado e para classificação de 1º, 2º e 3º lugar, um kit surpresa.								
7.	DA DESCRIÇÃO DOS PRÊMIOS								
7.1.	Os prêmios serão entregues no momento da divulgação do resultado final durante o concurso.								
7.2.	O organizador não assumirá responsabilidade em decorrência de informações incorretas, imprecisas ou incompletas prestadas pelo participante do concurso, que possam acarretar em sua desclassificação e/ou que impossibilitem contato com o participante. Nessas hipóteses, o vencedor perderá o direito do prêmio.								
8.	DAS CONDIÇÕES GERAIS								
8.1.	Os participantes serão integral e irretiritamente responsáveis pela veracidade das informações prestada à organização do concurso, eximindo o organizador ou qualquer parceiro, desde já de qualquer hipótese de responsabilização, judicial ou não.								
8.2.	Todo e qualquer material entregue pelos participantes ao organizador deverá ser totalmente isento de qualquer restrição relativa aos direitos autorais, de imagem e conexos, tanto de terceiros quanto de profissionais eventualmente envolvidos em seu desenvolvimento.								
8.3.	No ato da adesão ao concurso e anuênci a presente regulamento, por meio da sua inscrição, o participante autoriza gratuitamente, em caráter exclusivo, irrevogável, irretiratável, definitivo e universal a divulgação de seu nome e imagem e respectivo material enviado (receita/prato) no site da Secretaria Municipal de Educação de Embu-Guaçu/SP, bem como, autoriza ao organizador ou a qualquer outro parceiro o uso da receita inscrita, da sua imagem e voz, em quaisquer obras ou mídias por ele produzidas, podendo o organizador (ou qualquer outro parceiro) utilizar as referidas obras livremente.								
8.4.	Nenhuma dessas utilizações previstas anteriormente tem limitação de tempo ou de número de vezes, sem que seja devido ao participante qualquer remuneração ou compensação.								



**PREFEITURA MUNICIPAL DE EMBU-GUAÇU
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

Rua Arlete Aparecida de Moraes Lopes, 210. Centro. Embu Guaçu/SP. Cep.: 06900-000
www.embuguacu.sp.gov.br – alimentacaoescolar@embuguacu.sp.gov.br – Tel.: (11) 4662-9110

8.5.	O organizador detém o direito de encerrar e /ou modificar pontos específicos do presente concurso em caso de fraude, dificuldade operacional ou qualquer outro fator que possa comprometer a segurança dos envolvidos e a integridade e licitude deste concurso.
8.6.	O participante que descumprir qualquer ponto deste regulamento ou que sua participação infrinja de forma direta ou indireta a legislação vigente e/ou a moral e os bons costumes poderá ter sua inscrição, de acordo com decisão do organizador, imediatamente cancelada, excluindo sua participação no concurso sem prejuízo de outras sanções eventualmente cabíveis.
8.7.	A ocorrência de qualquer outra hipótese de ato ou fato não previsto neste regulamento será decidida pelo próprio organizador.



ANEXOS DO EDITAL

ANEXO I – FICHA DE INSCRIÇÃO

PARTE 1: IDENTIFICAÇÃO PESSOAL (preencha os dados a seguir)

Escola Municipal:

Nome completo de cada membro da equipe:

Cozinheira (<input type="checkbox"/>) ASE (<input type="checkbox"/>) Frente de trabalho (<input type="checkbox"/>) Servente (<input type="checkbox"/>)	Turno: M (<input type="checkbox"/>) T (<input type="checkbox"/>) N (<input type="checkbox"/>)
---	---

Telefone:	e-mail:
-----------	---------

PARTE 2: IDENTIFICAÇÃO DA RECEITA CULINÁRIA (preencha os dados a seguir)

MOTIVO PELO QUAL PARTICIPA DO CONCURSO:
--

TIPO DE RECEITA (ASSINALAR 1 ITEM): (<input type="checkbox"/>) SALGADA DOCE (<input type="checkbox"/>)
--

NOME DA RECEITA:

MOTIVO PELO QUAL ESCOLHEU ESTA RECEITA:
--

PARTE 3: Concordância aos itens do edital e titularidade da receita (assinale o item a seguir)

Assinatura de um dos participantes da equipe

Recebido pelo servidor: _____ em: _____ / _____ /2024.



Os participantes do concurso de receita declaram desde já serem legítimos e exclusivos titulares (autores) das receitas por eles inscritos, sendo que estas não poderão ser cópias integrais (100%) de receitas encontradas em publicações de gastronomia e culinária, sites da internet, cardápio de restaurante e estabelecimentos gastronômicos e outros meios/ambientes públicos. Declaro ainda estar DE ACORDO e CIENTE de todos os termos do Edital do Concurso de Melhores Receitas.

ANEXO II – FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO

Nome da preparação:		
Participante 1:		
Participante 2:		
Ingredientes (listar 1 ingrediente por linha)	Unidade de Peso e Medidas: miligramas (mg), gramas (g), quilo (kg), mililitro (ml), litro (l)	Medida caseira (copo, xícara, colher...)
Rendimento em números de porções*:	Tempo de preparo:	
Modo de preparo:		



ANEXO III – EXEMPLO DE FICHA TÉCNICA DE PREPARAÇÃO PREENCHIDA

Nome da preparação: Cupcake de Banana com aveia		
Participante 1: Ana Paula Souza		
Participante 2:		
Ingredientes (listar 1 ingrediente por linha)	Unidade de Peso e Medidas: miligramas (mg), gramas (g), quilo (kg), mililitro (ml), litro (l)	Medida caseira
Banana prata	300g	3 unidades
Aveia em flocos ou flocos finos	200g	2 xícaras de chá
Mel de abelha	75g	½ xícara
Ovo de galinha	50g	1 unidade
Fermento químico em pó	10g	1 colher de sopa
Óleo de coco	50 ml	4 colheres de sopa
Rendimento em números de porções*: 6 unidades		Tempo de preparo: 2 horas
Técnica de preparo: Em um liquidificador adicione a banana, a aveia, o mel, o óleo e o ovo. Bata tudo até que se transforme em uma massa homogênea. Acrescente o fermento químico e bata suavemente na função pulsar. Coloque forminhas de cupcake dentro das forminhas de silicone e adicione a massa. Ponha para assar em forno pré-aquecido em fogo médio ou baixo por 30 minutos. Desenforme da forma de silicone. Sirva em temperatura ambiente.		



PREFEITURA MUNICIPAL DE EMBU-GUAÇU
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Rua Arlete Aparecida de Moraes Lopes, 210. Centro. Embu Guaçu/SP. Cep.: 06900-000
www.embuguacu.sp.gov.br – alimentacaoescolar@embuguacu.sp.gov.br – Tel.: (11) 4662-9110

Foto da Preparação:



*Porção é quantidade da preparação indicada para o consumo de 01 pessoa. Exemplo: um determinado bolo rende 10 porções.

Ana Paula

Assinatura participante 1

Assinatura participante 2 (se houver)

Recebido pelo servidor: _____ em: ____/____/____



DICAS DE PESOS E MEDIDAS

Use os recipientes de medidas adequados. Para obter bons resultados na execução de uma receita, é fundamental que as medidas estejam corretas.

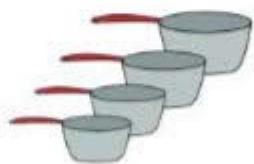


Para medir líquidos, use recipientes graduados.

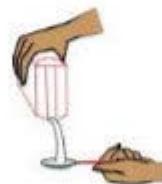


Para ingredientes secos e líquidos, use um jogo de colheres que vai de 1/8 de colher de chá a 1 colher de sopa.

Como medir líquidos. Ao medir líquidos em um recipiente graduado, verifique sempre o nível do líquido na altura dos olhos.



Para ingredientes secos, use um jogo de medidas com capacidade de 1/4, 1/3, 1/2 e 1 xícara.



Quando usar colheres para medir líquidos, encha-as até a borda, sem derramar.

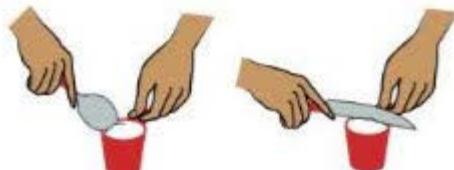


Ponha o recipiente graduado em superfície plana e, lentamente, despeje o líquido até que alcance a marca desejada.

Referência: Serviço Social da Indústria. Departamento Nacional. Cozinha Brasil: orientações e receitas para uma alimentação saudável / Serviço Social da Indústria. – Brasília: Sesi/DN, 2013. 140 p.

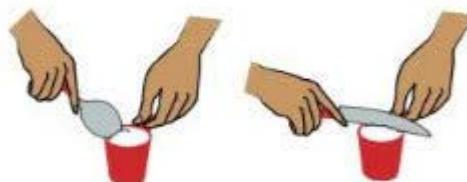


Como medir açúcar: com uma colher, coloque o açúcar na xícara e retire o excesso, alisando a superfície com o lado não cortante de uma faca.

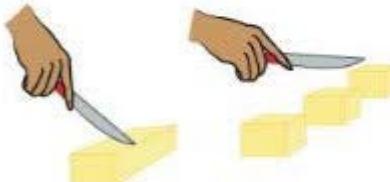


Como medir farinhas: encha a xícara usando uma colher, sem comprimir a farinha. Não sacuda ou bata nos lados da xícara. Alise, então, a superfície com a parte não cortante de uma faca, para eliminar o excesso.

Como medir gorduras: para medir gorduras líquidas, use a mesma técnica indicada para os líquidos. para medir gorduras sólidas, como banha, gordura vegetal, manteiga ou margarina, siga as instruções abaixo:



Encha até a borda a xícara ou a colher, comprimindo bem. Alise a gordura com o lado não cortante de uma faca ou espátula, para eliminar o excesso.



Para medir margarina, divida com uma faca o tablete no número de colheres desejado. Para margarina não embalada em tabletes, use o mesmo método indicado para gorduras sólidas.

Referência: Serviço Social da Indústria. Departamento Nacional. Cozinha Brasil: orientações e receitas para uma alimentação saudável / Serviço Social da Indústria. – Brasília: Sesi/DN, 2013. 140 p.



ANEXO V – UNIDADES DE PESOS E MEDIDAS

Unidades de Peso e Medidas
Miligramas (mg)
Gramas (g)
Quilo (kg)
Mililitro (ml)
Litro (L)

Carlos A. F. Marques Junior

CRN-3 – N° 68319