



## ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

Nota Técnica Nº 009/2026, de 22/05/2026

### **Desaconselhamento da oferta de frituras na Alimentação Escolar no âmbito das Unidades Escolares Municipais de Embu-Guaçu/SP.**

1

**Interessados:** Diretores Escolares, Equipe Gestora, Equipe de Cozinha/Manipuladores de Alimentos e demais servidores envolvidos na execução do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE).

#### **1. OBJETIVO**

Orientar as Unidades Escolares da Rede Municipal de Ensino de Embu-Guaçu quanto ao **desaconselhamento da realização de frituras na alimentação escolar**, visando à promoção da alimentação adequada e saudável, formação de hábitos alimentares saudáveis e atendimento às diretrizes do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), priorizando preparações culinárias mais saudáveis e nutricionalmente adequadas ao público escolar.

#### **2. FUNDAMENTAÇÃO LEGAL E TÉCNICA**

Considerando:

- A Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação, por meio da Resolução CD/FNDE nº 04, de 26 de fevereiro de 2026, que dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE), reforçando a promoção da alimentação saudável, adequada e sustentável;
- A Lei nº 11.947/2009, que estabelece diretrizes para a alimentação escolar, com foco na segurança alimentar e nutricional dos estudantes;
- O Ministério da Saúde, por meio do **Guia Alimentar para a População Brasileira**, que recomenda a priorização de alimentos **in natura** e minimamente processados, bem como a limitação do consumo de alimentos ricos em gorduras, sódio e açúcar;
- O **Guia Alimentar para Crianças Brasileiras de 2 a 10 anos**, que reforça a importância da formação de hábitos alimentares saudáveis desde a infância, com incentivo às preparações culinárias saudáveis e redução da exposição frequente a alimentos ricos em gorduras;



### ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

- A responsabilidade técnica do nutricionista no planejamento e supervisão da alimentação escolar, conforme as diretrizes do PNAE e da alimentação adequada e saudável.

2

### 3. JUSTIFICATIVA TÉCNICA

A alimentação escolar desempenha papel essencial na formação dos hábitos alimentares das crianças e adolescentes, sendo o ambiente escolar um espaço estratégico para a promoção da saúde e da educação alimentar e nutricional.

As **frituras por imersão em óleo** apresentam maior teor de gorduras totais e saturadas, podendo contribuir, quando ofertadas frequentemente, para o aumento do consumo energético excessivo e para o desenvolvimento de hábitos alimentares inadequados.

Além disso, o consumo excessivo e frequente de alimentos fritos está associado ao aumento do risco de:

- Excesso de peso e obesidade infantil;
- Alterações metabólicas, incluindo dislipidemias;
- Desenvolvimento precoce de doenças crônicas não transmissíveis;
- Redução do consumo de preparações mais saudáveis, como alimentos cozidos, assados, ensopados e preparações com hortaliças.

No contexto escolar, recomenda-se que as refeições ofertadas tenham como princípio a **qualidade nutricional, segurança alimentar, equilíbrio e incentivo ao consumo de alimentos saudáveis**, favorecendo o desenvolvimento integral dos estudantes.

### 4. ORIENTAÇÕES ÀS UNIDADES ESCOLARES

Fica **desaconselhada a realização de frituras por imersão em óleo nas unidades escolares municipais**, especialmente como prática rotineira no preparo das refeições da alimentação escolar.

Dessa forma, as unidades escolares deverão:

#### 4.1 Priorizar métodos de preparo mais saudáveis, tais como:

- Preparações assadas;
- Cozidas;
- Ensopadas;





---

### ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO ESCOLAR

- Refogadas com quantidade mínima de óleo;
- Preparações ao forno;
- Outras técnicas culinárias que preservem a qualidade nutricional dos alimentos.

**4.2 Utilizar os gêneros alimentícios conforme o cardápio planejado pela equipe técnica de nutrição, evitando adaptações que impliquem aumento excessivo de gordura nas preparações.**

**4.3 Seguir rigorosamente as orientações técnicas da Divisão de Alimentação Escolar, respeitando os princípios da alimentação saudável previstos no PNAE.**

**4.4 Em situações excepcionais, quaisquer adequações de preparo deverão ser previamente discutidas e autorizadas pela equipe técnica de nutrição responsável.**

---

## **5. DISPOSIÇÕES FINAIS**

O desaconselhamento das frituras no ambiente escolar visa fortalecer as ações de promoção da saúde, educação alimentar e nutricional e prevenção de agravos relacionados à alimentação inadequada, contribuindo para a formação de hábitos alimentares mais saudáveis entre os estudantes da Rede Municipal de Ensino de Embu-Guaçu.

As equipes gestoras e de cozinha deverão atuar em consonância com esta Nota Técnica, adotando boas práticas alimentares e culinárias que favoreçam refeições nutricionalmente equilibradas, seguras e adequadas ao público escolar.

---

Elaine Witt Motoda  
CRN-3 – Nº 8490 – RT

---

Carlos A. F. Marques Junior  
CRN-3 – Nº 68319

