



CARTILHA

PROGRAMA MAIS NUTRIÇÃO: OPERACIONALIZAÇÃO E BOAS PRÁTICAS

2025





SECRETÁRIA DA PROTEÇÃO SOCIAL

Onélia Maria Moreira Leite de Santana

SECRETÁRIO EXECUTIVO DA INFÂNCIA, FAMÍLIA E COMBATE À FOME

Caio Garcia Correia Sá Cavalcanti

SECRETÁRIO EXECUTIVO DA PROTEÇÃO SOCIAL

Paulo Rogério Santos Guedes

SECRETÁRIO EXECUTIVO DE PLANEJAMENTO E GESTÃO INTERNA

Sandro Camilo Carvalho

SECRETÁRIA EXECUTIVA DE CIDADANIA E POLÍTICAS SOBRE DROGAS

Lidiane Nogueira Rebouças

COORDENADORIA DA SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL

Regina Angela Sales Praciano

ELABORAÇÃO

Iracema de Oliveira Lima

Simone Helena Façanha de Oliveira

REVISÃO

Antônio David dos Santos da Silva

Dayana Deyse dos Santos

Dayana de Alencar Mesquita Lima

Débora Wanderley de Melo

Maiara Mota de Andrade

Maria Beatriz Basilio de Andrade

Patrícia Abreu Barbosa

Simone Helena Façanha de Oliveira

2025





SUMÁRIO

04 Apresentação

05 Operacionalização: Caminho do Mais Nutrição as Entidades.

07 Linhas de atendimento do Programa Mais Nutrição

10 Quais as informações necessárias para as Entidades receber os produtos

15 O alimento chegou à Entidade, e agora, o que fazer?

22 Para garantir que o alimento continue em boas condições para o consumo

24 Armazenamento

31 Higiene das instalações equipamentos e utensílios





APRESENTAÇÃO

O Programa Mais Nutrição (PMN) é um programa social de integração Público-Privada e Cooperada na captação, no beneficiamento e na distribuição de alimentos saudáveis **para pessoas que se encontram vulnerabilidade social.**

O Programa apresenta como:

Missão: contribuir com a segurança alimentar e nutricional de pessoas em situação de vulnerabilidade social, prioritariamente crianças e adolescentes, por meio do acesso à alimentação complementar, reduzindo o desperdício de alimentos, incorporando os princípios de sustentabilidade ambiental, social e de governança.

Visão: ser referência na Política de Segurança Alimentar e Nutricional com foco na redução do desperdício de alimentos.

Valores: a ética, transparência, sustentabilidade social e ambiental, governança, intersetorialidade, proatividade e controle de qualidade.





Operacionalização: Caminho do Mais Nutrição às Entidades

O Programa Mais Nutrição encontra-se estruturado em três linhas de atendimento:

- Banco de Alimentos;
- Mix de Legumes Desidratados (sopa) e
- Polpas de Frutas.

A equipe do Mais Nutrição busca nos permissionários/ Lojistas nas Centrais de Abastecimentos do Ceará e em parceiros da iniciativa privada os alimentos que seriam desperdiçados ao longo da cadeia produtiva, mas que permanecem adequados ao consumo humano, estes são doados para as Entidades atendidas pelo Mais Nutrição visando complementar as refeições já ofertadas, proporcionando uma alimentação mais saudável e agregando valor nutricional.



The image shows two men in the foreground, wearing white t-shirts with a logo, focused on sorting through a large green plastic bin filled with various fruits, including oranges and mangoes. In the background, other people in white uniforms and hairnets are visible, suggesting a professional kitchen or food processing environment. The overall scene is brightly lit and conveys a sense of active food preparation.

**Linhas de
atendimento do
Programa Mais
Nutrição**

1

Busca de doações dos alimentos excedentes nos permissionários e em outros parceiros

2

Transporte para a Fábrica do PMN

3

Seleção e Triagem

Polpas e mixes

Banco de alimentos



Minimamente processados



IN NATURA

As doações de frutas, verduras e legumes são coletadas diariamente junto aos permissionários da Ceasa e em outros parceiros da iniciativa privada, grandes parceiros do Programa Mais Nutrição.

1.



2. MIX DE LEGUMES

Os legumes que compõem o Mix (mandioca, cenoura, batata inglesa, abóbora e beterraba) são selecionados e desidratados, possibilitando o aumento do prazo de validade e mantendo o teor nutricional.

POLPA DE FRUTAS

São nove sabores: abacaxi, acerola, caju, goiaba, mamão, manga, melão, maracujá e ciriguela. A seleção considera frutas mais maduras e que não podem aguardar pela doação In natura.

3.





**Quais as Informações
Necessárias para
Entidade Receber os
Produtos?**

Ao receber as doações do Mais Nutrição, faz-se necessário conhecer os “Procedimentos Operacionais” de funcionamento do Programa.

Devem ser respeitados os seguintes critérios no Recebimento e Transporte:

- Cumprir os dias e horários de recebimento;
- Apresentar o crachá de identificação no ato do recebimento dos alimentos;
- Conferir a qualidade dos produtos na entrega;
- Observar as condições das embalagens e conferir a data de validade e fabricação dos produtos recebidos;
- Verificar as condições sensoriais: cor, odor, aparência, textura;
- Justificar e comunicar a Equipe do Programa Mais Nutrição antecipadamente as possíveis faltas ou mudanças, por exemplo, caso a entidade entre de férias ou passe muitos dias sem funcionar.



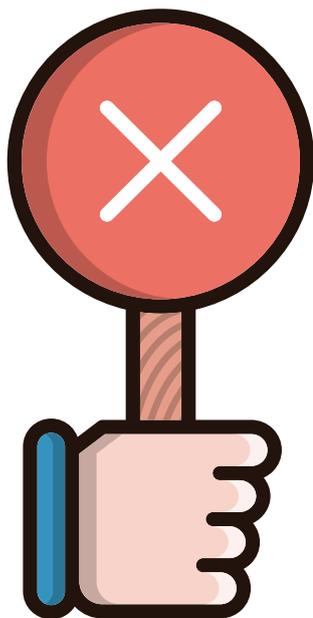
O que é necessário para receber os produtos?



- Caixas de plástico vazadas limpas e conservadas para frutas e legumes;
- Isopor limpo e conservado para transportar polpas de frutas;



Não absorve umidade e não é porosa, impedindo a proliferação de microrganismos nocivos à saúde.



- Nunca transportar em sacos plásticos (sacos pretos);
- Nunca transportar em caixas de papelão e madeira.



MANUTENÇÃO E LIMPEZA DAS CAIXAS E ISOPORES



Lave com água e sabão neutro, enxague bem e seque completamente **ANTES** e **APÓS** sua utilização.



- Passe um pano úmido até que não se perceba nenhum resíduo;
- Limpe com vinagre e bicarbonato de sódio
- Aplique com esponja macia ou pano úmido, deixe agir por 20 minutos, enxague e seque



ESSES CUIDADOS REDUZEM O RISCO DO ALIMENTO ESTRAGAR NO DESLOCAMENTO ATÉ A ENTIDADE

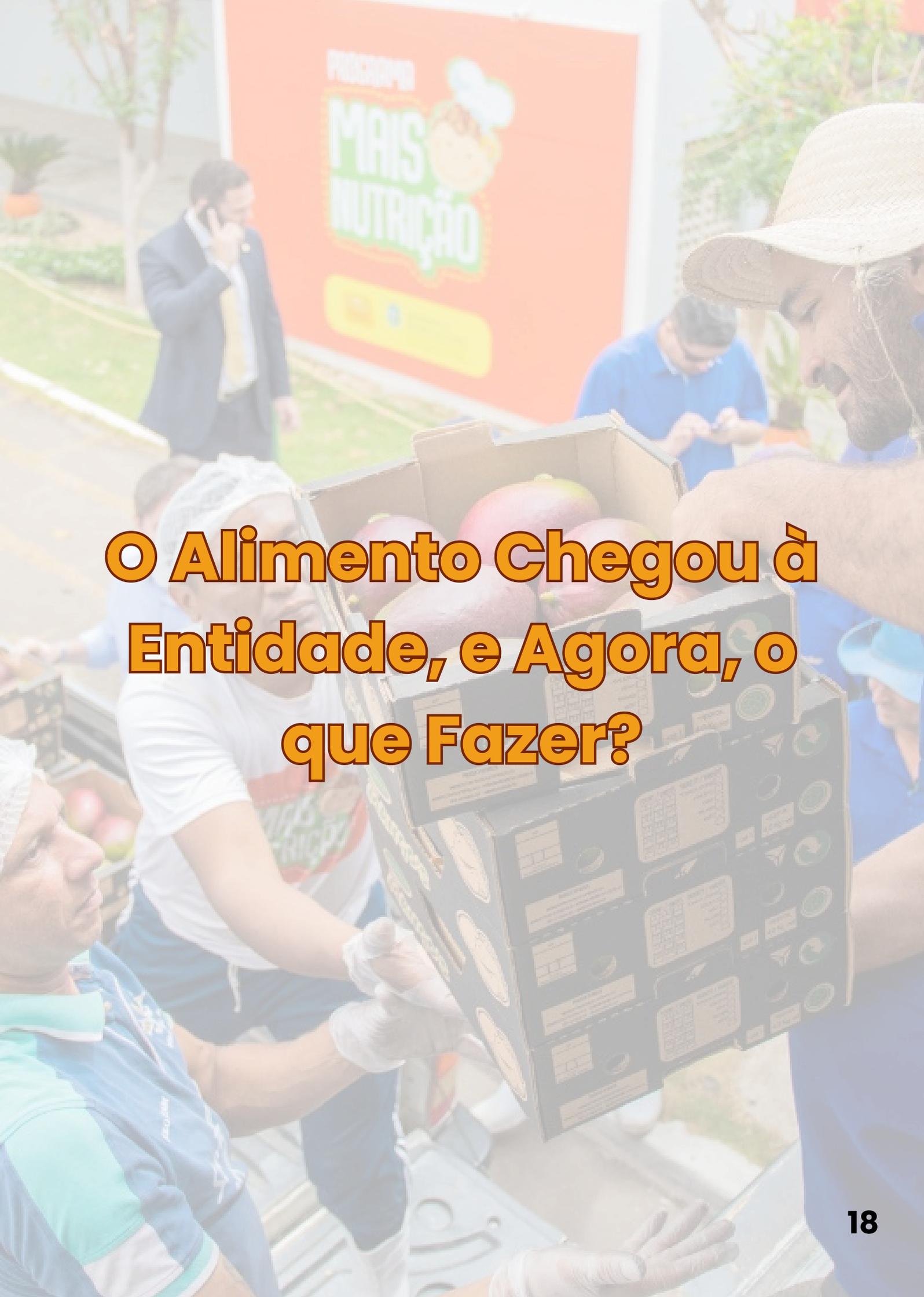
Transporte da entidade



Deve garantir a integridade e a qualidade dos produtos, a fim de impedir sua contaminação e deterioração.

1. O transporte de alimentos pode ser refrigerado ou não;
2. O veículo deve estar limpo e com cobertura para proteção do produto caso não seja refrigerado;
3. Circular com o alimento somente o tempo necessário entre o local da doação e o local onde será entregue;
4. Ausência de vetores e pragas urbanas;
5. Não é permitido transportar alimentos com produtos de limpeza, químicos, entre outros, por conta do risco de contaminação.





O Alimento Chegou à Entidade, e Agora, o que Fazer?

Boas Práticas

As Boas Práticas na Manipulação de Alimentos são as práticas de organização e higiene necessárias para garantir alimentos seguros, envolvendo todas as etapas: seleção dos fornecedores, compra, recebimento, pré-preparo, preparo, embalagem, armazenamento, transporte, distribuição e exposição à venda para o consumidor final.



Higiene dos Manipuladores

Manipulador de Alimentos

QUEM TRABALHA COM ALIMENTAÇÃO:
produz, transporta, recebe, prepara e
distribui o alimento.



Como deve ser a aparência do manipulador de alimentos?



- Tomar banho todos os dias;
- Escovar os dentes todos os dias;
- Unhas cortadas, limpas e sem esmaltação;
- Cabelos protegidos por toucas;
- Sem uso de maquiagem;
- Não utilizar nenhum tipo de perfume e loção nas mãos;

Como deve ser a aparência do manipulador de alimentos?

- Retirar todos os adornos antes de entrar nas áreas de manipulação;
- Manter a barba feita;
- O uniforme deve ser usado somente na área de preparo dos alimentos, e de forma completa: sapato fechado, calça, blusa de manga e avental;
- Retirar o avental antes de ir ao banheiro;
- Higienizar as mãos de maneira correta e na frequência ideal.





Na cozinha: é obrigatório o uso de toucas!

1.2 Higienização das mãos



1

Abra a torneira e molhe as mãos e antebraços, evitando encostar na pia.



2

Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido.



3

Ensaboe as palmas das mãos friccionando-as entre si.



4

Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda (e vice-versa) entrelaçando os dedos.



5

Friccione as pontas dos dedos e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita e vice-versa.



6

Esfregue o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda e vice-versa.



7

Esfregue o punho esquerdo com o auxílio da palma da mão direita e vice-versa. Não esquecer do antebraço.



8

Enxague as mãos em água abundante.



9

Seque as mãos com papel toalha descartável.



A person wearing a yellow protective suit is holding a blue plate with two slices of mango and one slice of kiwi. The background is a light, neutral color. The text is overlaid on the image in a bold, orange font with a black outline.

**Para Garantir que o
Alimento Continue em
Boas Condições para
o Consumo**

É NECESSÁRIA A HIGIENIZAÇÃO DAS FRUTAS, VERDURAS E LEGUMES:



Lave bem as mãos antes de manipular os alimentos



Retire as partes "machucadas" e estragadas



Lave o alimento em água corrente



Deixe de molho em uma solução de água e hipoclorito de sódio ou água sanitária apropriada por pelo menos 15 minutos. Essa solução deve ser de 200ppm (uma colher de sopa para um litro de água)



Enxague em água corrente



Seque bem frutas e legumes em papel toalha





Armazenamento

1. Armazenamento na temperatura ambiente



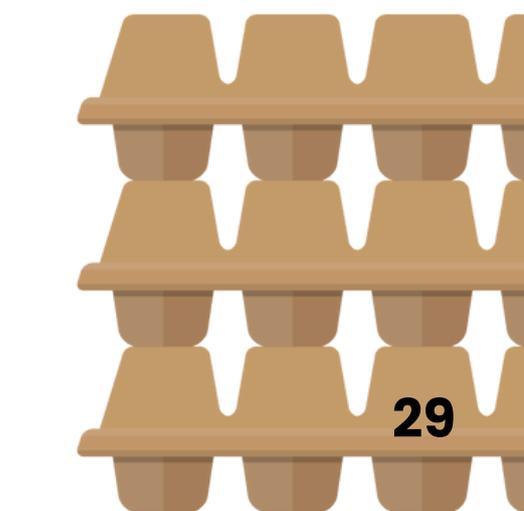
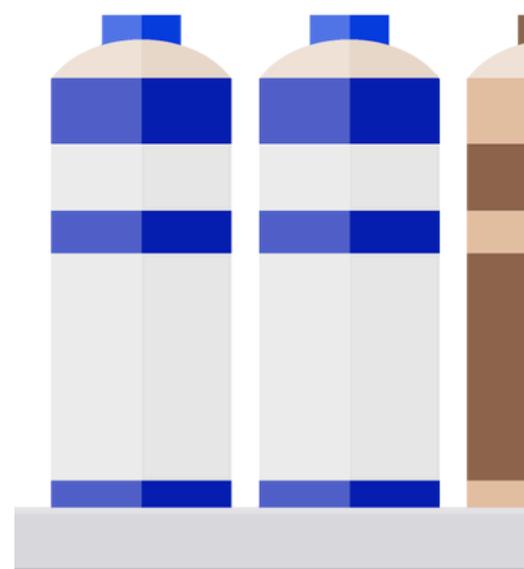
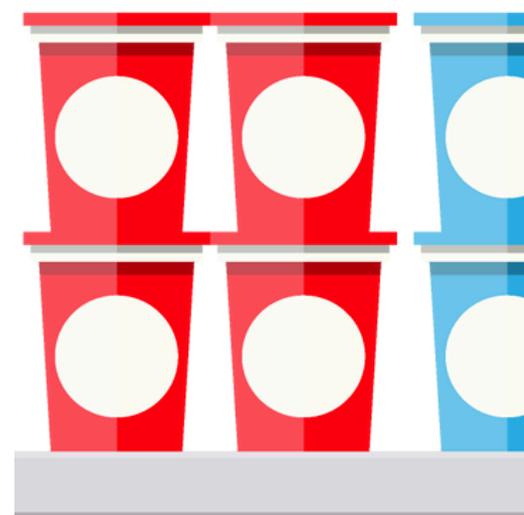
Desde que não esteja em estado de maturação!

Pois nessa etapa o resfriamento já seria a condição mais apropriada para maior tempo de conservação.

Devemos evitar armazenamento de frutas e verduras já maduras próximo as que ainda não estão maduras, pois algumas frutas e verduras possuem uma substância que poderá amadurecê-las mais rapidamente. Ex.: banana, pimentão, folhas.



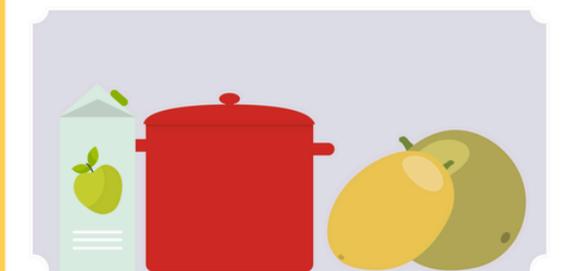
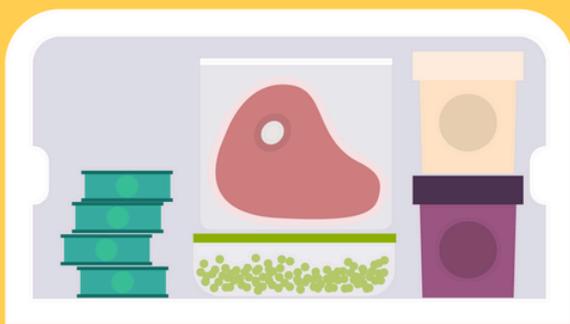
1. O ambiente deve ser seco, limpo, iluminado e bem ventilado;
2. Pisos e paredes devem ser limpos e desinfetados regularmente;
3. As janelas devem ser teladas e as portas bem vedadas para evitar entrada de animais e insetos;
4. Os alimentos ou caixas não devem ficar em contato com o chão. Devem ser guardados em estrados e prateleiras afastadas pelo menos 25 cm do solo e 10 cm das paredes;
5. Colocar caixas ou produtos em prateleiras sem encostar na parede, deixando espaço entre eles para facilitar a limpeza e a circulação do ar;
6. Os alimentos não devem ser armazenados juntos de materiais de limpeza e/ou produtos e higiene pessoal, pois as embalagens podem se romper e contaminá-los. Até mesmo o odor forte desses produtos pode contaminar os alimentos.
7. Não é recomendado armazenar caixas de papelão.



2. Armazenamento na temperatura em refrigeração

Frutas e verduras devem ser mantidas em uma temperatura de 0 a 10 graus

1. Devem ficar na parte inferior da geladeira;
2. Quando estiverem fracionadas devem ficar na parte superior e em caso da polpa deve estar em temperatura de ponto de congelamento;
3. Verduras precisam respirar, por isso não as guarde em sacos completamente fechados;
4. É importante que a geladeira não esteja com excesso de produtos, pois isso afeta a capacidade de resfriamento, prejudicando a conservação dos alimentos e causando perdas;
5. Frutas e hortaliças mofadas devem ser descartadas para que não fiquem perto dos alimentos que ainda estão aptos para o consumo. O bolor pode passar de um alimento para outro.



3. Armazenamento na temperatura em congelamento

- É considerado um dos mais eficientes sistemas de conservação por maior período de tempo, mantendo-os mais próximo de seu estado natural e assegurando as qualidades organolépticas e as propriedades nutritivas.
- Para congelar o alimento é necessário que a temperatura esteja pelo menos a -18°C e ao tempo que os produtos ficam no freezer. Esse tempo depende do tipo de alimento;
- Congelar frutas e legumes no pico da maturação é essencial para manter o teor nutritivo dos alimentos.

Sempre coloque etiquetas nos recipientes, identificando o tipo de alimento, porções e data de armazenamento. Isso irá ajudá-lo a administrar seu alimento.





Não guarde em geladeira potes abertos com sobras de alimentos. Se sobrar produtos nas suas embalagens originais, retire e coloque-o em outro recipiente com tampa e refrigere.

Resumindo o Armazenamento

ARMAZENAMENTO EM TEMPERATURA AMBIENTE

- BATATA (dentro de um saco de papel)
- CEBOLA
- ALHO
- ABÓBORA
- BANANA
- MAMÃO
- MANGA
- MARACUJÁ (se estiver verde)
- ABACAXI (com casca)

ARMAZENAMENTO EM GELADEIRA

- MANDIOQUINHA / BATATA BAROA
- MILHO VERDE
- BRÓCOLIS RAMOSO
- ASPARGO
- ALFACE LISA
- RÚCULA
- AGRIÃO
- MAÇÃ (embalada)
- PERA (embalada)
- ABACAXI (somente depois de descascado)
- LARANJA
- LIMÃO
- MARACUJÁ (se estiver maduro)
- AMEIXA
- PÊSSEGO
- FRUTOS DE CAROÇO
- MORANGOS

ATENÇÃO!

COUVE, ALFACE AMERICANA, BRÓCOLIS NINJA, COUVE-FLOR, REPOLHO, BERINJELA, JILÓ, PEPINO, QUIABO, PIMENTA, PIMENTÃO, CENOURA, BETERRABA, MANDIOCA, BATATA DOCE podem ser armazenados tanto dentro quanto fora da geladeira (por poucos dias)

Para conservar o tomate por mais tempo a dica é colocar fora da geladeira!





Higiene das Instalações, Equipamentos e Utensílios

1. O que é higienização?

HIGIENIZAÇÃO



LAVAGEM + DESINFECÇÃO

Remoção física de sujidades e restos de comida.

Envolve a utilização de água e sabão ou detergente.

LAVAGEM

Operação por método físico ou químico de redução parcial do número de microrganismos patogênicos ou não.

Ex: Água sanitária, álcool 70% e etc.



2. Como deve ser o local de trabalho?

- A cozinha e os objetos usados para preparar alimentos precisam ser rigorosamente limpos!
- O chão deve ser limpo diariamente, e a limpeza deve ser feita principalmente após o uso da cozinha.
- A geladeira deve ser mantida organizada, limpa e com alimentos tampados, verificando sempre o que precisa ser retirado e descartado.
- Após usar a pia, lave a bancada e a parte interna com esponja e sabão. **E lembre-se, a esponja não é a mesma esponja que se lava os utensílios, pratos e panelas.**
- **IMPORTANTE!** Jamais deixe comidas dentro das panelas sobre o fogão! Retire as sobras de alimentos das panelas e coloque-as em vasilhas tampadas, dentro da geladeira.



Sujeira atrai baratas, ratos e outras pragas para o ambiente.

- **Não é permitido o uso de panos de prato** para a limpeza de móveis, bancadas, utensílios, equipamentos, secagem de mãos. Devem ser utilizados aqueles constituídos de materiais descartáveis.
- É proibido o uso de produto clandestino, sem identificação e sem regularização na ANVISA.

QUANDO FAZER A HIGIENIZAÇÃO?

TODO DIA: pisos, rodapés, ralos, as áreas de lavagem e produção, maçanetas, lavatórios, sanitários, cadeiras, mesas e recipiente de lixo;

TODO DIA OU QUANDO USAR: equipamentos, utensílios, bancadas e superfícies de manipulação;

TODA SEMANA: teto, paredes, portas, janelas, prateleiras, coifas e geladeiras **e freezers**

A CADA 15 DIAS: estrados ou similares e depósitos

TODO MÊS: luminárias, interruptores, tomadas e telas

É proibido ter animais domésticos na cozinha e estoque!

Eles podem contaminar as áreas de manipulação, equipamentos e utensílios.



2.1 Observe a cena:

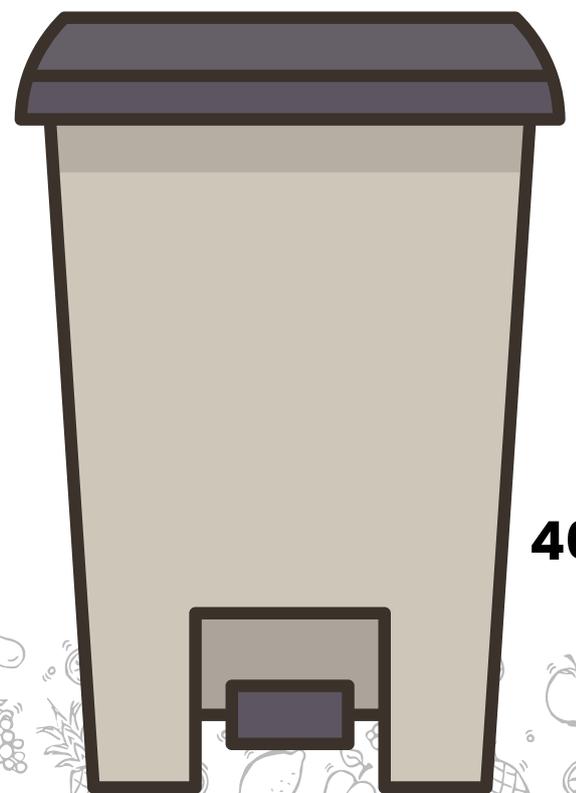


Quais os riscos de manipular alimentos neste local?

O que fazer com o lixo?

Primeiramente, as lixeiras devem ter sacos de lixo, tampa e pedal, permanecendo sempre fechadas. Devem estar afastadas das mesas, pias, utensílios e alimentos para evitar a contaminação!

1. As lixeiras devem ser lavadas diariamente;
2. A retirada do lixo deve ser feito em outro local, e não na cozinha para evitar contaminação;
3. Troque o saco de lixo com frequência e antes que fique cheio para que possa ser fechado com facilidade, evitando o mau cheiro e as pragas;
4. A pessoa responsável pelo lixo não pode ser a mesma que está manipulando o alimento.





Referências

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Gerência Geral de Alimentos. **Cartilha sobre Boas Práticas para Serviços de Alimentação**: Resolução-RDC nº 216/2004. Disponível em: <<http://portal.anvisa.gov.br/documents/33916/389979/Cartilha+Boas+Pr%C3%A1ticas+para+Servi%C3%A7os+de+Alimenta%C3%A7%C3%A3o/d8671f20-2dfc-4071-b516-d59598701af0>>. Acesso em: 20 jun. 2024.

BRASIL. Resolução da Diretoria Colegiada nº 52, de 29 de setembro de 2014. Altera a Resolução RDC nº 216, de 15 de setembro de 2004, que dispõe sobre o Regulamento Técnico de Boas Práticas para os Serviços de Alimentação. **Resolução da Diretoria Colegiada – RDC Nº 52, de 29 de setembro de 2014**.

Brasília, DF: DOU, 01 out. 2014. n. 189, Seção 1, p. 51. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/3637614/RDC_52_2014_.pdf/ca9f2f97-a99a-4e77-8ed0-302f19faa714>. Acesso em: 20 jun. 2024.

BRASIL. Resolução da Diretoria Colegiada nº 216, de 15 de setembro de 2004. Dispõe sobre Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. **Resolução da Diretoria Colegiada – RDC Nº 216, de 15 de setembro de 2004**: Regulamento Técnico de Boas Práticas para Serviços de Alimentação. Brasília, DF: DOU, 16 set. 2004. n. 179, Seção 1, p. 25. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents/10181/2718376/RDC_216_2004_COMP.pdf/66f5716e-596c-4b9d-b759-72ce49e34da0>. Acesso em: 20 jun. 2024.

EMBRAPA. **Recomendações Para Compras, Armazenamento e Consumo de Frutas e Hortaliças**. São Paulo: COGESP, 2020. Cartilha. Disponível em: <https://ainfo.cnptia.embrapa.br/digital/bitstream/item/213469/1/P-Recomendacoes-para-compras-armazenamento-e-consumo-....pdf>. Acesso em: 20 de junho de 2024.





CEARÁ
GOVERNO DO ESTADO
SECRETARIA DA PROTEÇÃO SOCIAL