



PREFEITURA MUNICIPAL DE PIRASSUNUNGA
Estado de São Paulo

SME SECRETARIA
MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO

ALIMENTAÇÃO INFANTIL (0 A 3 ANOS)



Setor de Alimentação Escolar

Revisão 2026



ALEITAMENTO MATERNO

Recomendações do Ministério da Saúde

**EXCLUSIVO
ATÉ OS 6
MESES**



**COMPLEMENTAR
ATÉ 2 ANOS OU
MAIS**





INTRODUÇÃO ALIMENTAR

Recomendações do Ministério da Saúde

INÍCIO AOS
6 MESES

Introdução lenta e gradual



Atenção a reações alérgicas



ALIMENTOS
SEPARADOS
POR GRUPO.



A alimentação apropriada na infância requer cuidados relacionados aos aspectos sensoriais:



Formatos
atrativos



Cores



Apresentação
visual



Texturas,
formas de preparo
e consistência

IDADE	QUANTIDADE
A partir dos 6 meses	Iniciar com 2 a 3 colheres de sopa e aumentar a quantidade conforme aceitação
Entre 7 e 8 meses	3 a 4 colheres de sopa no total
De 9 a 12 meses	4 a 5 colheres de sopa no total
De 1 a 2 anos	5 a 6 colheres de sopa no total

minsaudef

Porções adequadas à
capacidade gástrica

Esses fatores devem ser considerados, visando a satisfação de necessidades não só nutricionais da criança, mas também emocionais e sociais.



INTRODUÇÃO ALIMENTAR

Geralmente, no início, algumas crianças tendem a rejeitar os novos alimentos que lhe são oferecidos. Tal atitude não significa aversão permanente aos mesmos e, por isso, são necessárias no mínimo 10 a 15 exposições a um novo alimento para que ele seja aceito. Não desistir! Não colocar rótulos tipo “ele não gosta disso”.



Evolução da Consistência



Oferecer a comida na consistência espessa o suficiente para não “escorrer” da colher. No início amassar os alimentos apenas com garfo e picar muito bem os alimentos mais duros, como as carnes. Não bata no liquidificador e nem peneire os alimentos. Nos meses seguintes, amasse cada vez menos, e gradativamente, aumentar a consistência até chegar à alimentação da família. A mastigação estimula o desenvolvimento da face e dos ossos da cabeça.

Usar quantidades MINIMAS de sal e óleo.



Evolução da Consistência



**Consistência
pastosa**

(papas/purês)

Alimentos sem pedaços
e amassados com o garfo
. Respeitando a
aceitação e capacidade
digestiva da criança



**Pequenos
pedaços**

**Consistência Macia
para criança aprender a
mastigar**

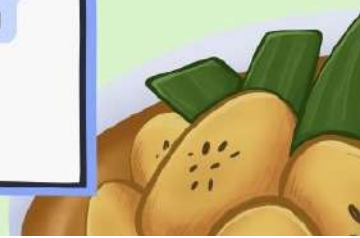
Diferentes
apresentações
(raspado, desfiado,
cortado em cubos e
filetes)



**Alimentação
da família**

**Incluir pedaços
maiores**

Respeitar a aceitação e
capacidade digestiva
da criança





Planejamento De Cardápios na Alimentação escolar

É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças até 03 anos de idade

Alimentos açucarados pode causar dificuldades em aceitação de alimentos in natura como as frutas, legumes, verduras, além de aumentar a chance da criança apresentar doenças crônicas como obesidade infantil.

Também é proibida a oferta de:

-  refrigerantes, groselhas, suco artificial em pó ou suco concentrado;
-  bolo recheado;
-  bombons, chocolates;
-  balas e confeitos;
-  biscoitos ou bolachas recheadas;
-  gelatinas e sorvete.



Mesmo em dias comemorativos a oferta desses itens é proibida

Alimentação Nas Creches

Zelar para que a hora da alimentação da criança seja um momento de experiências positivas, lúdico, aprendizado e afeto: comer deve ser prazer e não momentos de terror, angústia e ansiedade.

Estimule a criança a comer, mas sem forçá-la, nem mesmo quando ela estiver doente.

Nos casos em que a criança apresentar atestado do pediatra com esquema alimentar, este deve ser respeitado e seguido.

Equipe de Nutrição – Setor de Merenda Escolar

Aline Loureiro Dickfeldt Vilas Bôas - CRN3: 28.443

Andreza Aparecida Teodoro - CRN3: 22.009

Juliana Soriani Huerta Spinelli - CRN3: 32.285

Paula Andréa Sacco Evangelista - CRN3: 11.235



Referências Bibliográficas

- Manual de Alimentação: orientações para alimentação do lactente ao adolescente, na escola, na gestante, na prevenção de doenças e segurança alimentar. Sociedade Brasileira de Pediatria - Departamento Científico de Nutrologia. 4ª. ed.- São Paulo: SBP, 2018;
- Guia Prático de Alimentação da Criança de 0 a 05 anos - Departamento Científico de Nutrologia/Pediatria Ambulatorial. Sociedade Brasileira de Pediatria - São Paulo: SBP, 2021;
- Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 02 anos/Ministério da Saúde, Secretária de Atenção Primária à Saúde, Departamento de Promoção à Saúde. - Brasília: Ministério da Saúde, 2019;
- Fundo Nacional do Desenvolvimento da Educação/Nota Técnica nº 1879810/2020/COSAN/CGPAE/DIRAE – Alterações dos Aspectos de Alimentação e Nutrição e de Segurança Alimentar e Nutricional da Resolução CD/FNDE nº 6, de 08 de maio 2020;
- Fundo Nacional do Desenvolvimento da Educação/Nota Técnica nº 1894784/2020/COSAN/CGPAE/DIRAE – Atualização das recomendações para o planejamento de cardápios das Creches atendidas pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE.

