

Grupo Trabalho Alimentação

Reunião 12.03.19

Objectivo:

tomar decisões sobre a estrutura das refeições e oferta a partir de 2019/2020 tendo por base :

1. As recomendações oficiais
2. Os resultados de inquérito de opinião
3. As conclusões do grupo trabalho 12.03.2019

Contexto:

Concurso concessionário:

Preocupações ecológicas, ambientais e sociais

Ampliação Instalações (obras verão 2020)

Fator crítico de sucesso:

Cumprir os **objetivos** definidos,
No **contexto** existente,

Assegurando a **melhor relação qualidade-preço**

Agenda

1. Refeições (40 mins)

- Pressupostos e recomendações legais
- Resultados inquérito mais relevantes
- Decisões

2. Cafetaria (20 mins)

- Pressupostos e recomendações legais
- Resultados inquérito mais relevantes
- Decisões

3. Lanches (10 mins)

- Resultados inquérito mais relevantes
- Decisões

1. Refeições

Pressupostos e recomendações legais:

Princípios gerais:

- Refeitório como espaço pedagógico, experiência saudável e sustentável, saborosa e agradável, calma, social, integradora e equitativa
- Promoção da dieta mediterrânica (incluindo promoção da sopa e do peixe, redução de açúcares, gorduras e sal, este sempre iodado e limitado)
- Obrigatoriedade opção de dieta e de opção vegetariana

1. Refeições

Pressupostos e recomendações legais:

Sopa:

- Incentivo consumo de sopa
- Limitação sopas passadas

1. Refeições

Pressupostos e recomendações legais:

Prato principal:

- Princípio geral da alternância de proteínas, dando preferência a carnes brancas e cumprindo a lista de peixes permitidos. Ovos como proteína principal duas vezes por mês.
- Restrições: máximo dois pratos de carne ou peixe fracionados por semana, máximo fritos uma vez por mês, máximo salsicharia uma vez por mês. Puré de batata instantâneo só na ausência de condições físicas de segurança alimentar.
- Mínimo três variedades saladas e hortícolas diariamente, as hortícolas sempre no prato.

1. Refeições

Pressupostos e recomendações legais:

Prato principal:

- Inserção gradual de estufados leves típicos da dieta mediterrânea até atingir frequência semanal.
- Vegetariano: Presença de uma fonte de proteínas, idealmente leguminosas, alternativamente proteínas de origem vegetal (soja, tofu, seitan, etc). Garantir combinação com cereais, mas também frutas, frutos gordos, sementes e hortícolas, preferencialmente verde escuras. Cuidado com excesso de fibras e com a composição de alguns cremes vegetais.

1. Refeições

Pressupostos e recomendações legais:

Sobremesa:

- Fruta crua da época, mínimo três espécies.
- Fruta cozida ou assada no máximo uma vez por semana.
- Complementarmente, em dia não coincidente com fruta cozinhada, no máximo duas vezes por mês: iogurte, gelado de leite, sobremesa láctea (arroz doce/pudim/leite creme) ou gelatina de origem vegetal.

Bebida:

- Água de rede, em abundância, distribuída gratuitamente, em jarros ou bebedouros.
- Proibição venda/consumo outras bebidas.

1. Refeições – Inquéritos

Inquiridos

O inquérito foi preenchido por 462 pessoas: 246 pais, 151 alunos e 65 colaboradores.



● Pais ● Alunos ● Colaboradores

Pais inquiridos

75 dos inquiridos tinham filhos no Jardim de Infância, 98 na Escola Primária e 143 no liceu (102 do 5º ao 9º ano e 41 do 10º ao 12º ano).

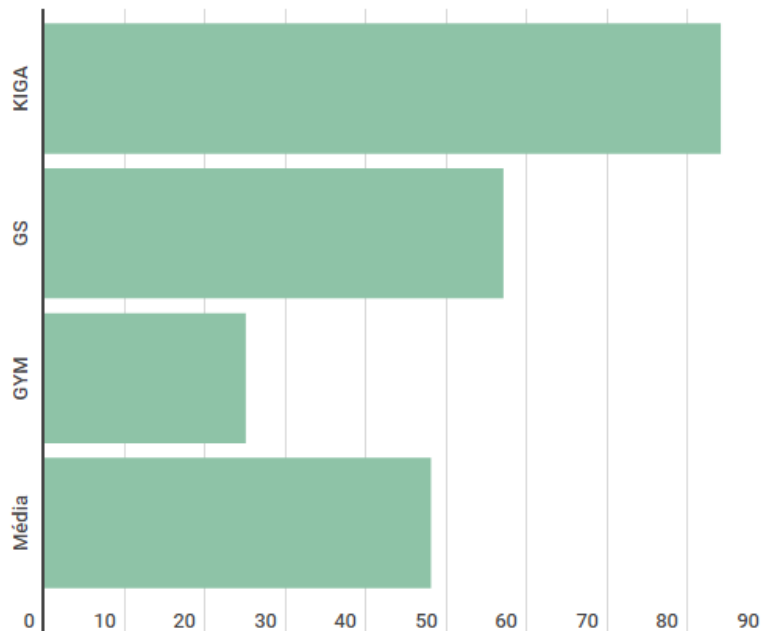


● Pais KIGA ● Pais GS ● Pais GYM 5-9 ● Pais GYM 10-12

1. Refeições – Inquéritos

Usufruto da cantina

Percentagem de educandos que comem sempre na cantina, de acordo com os seus pais.

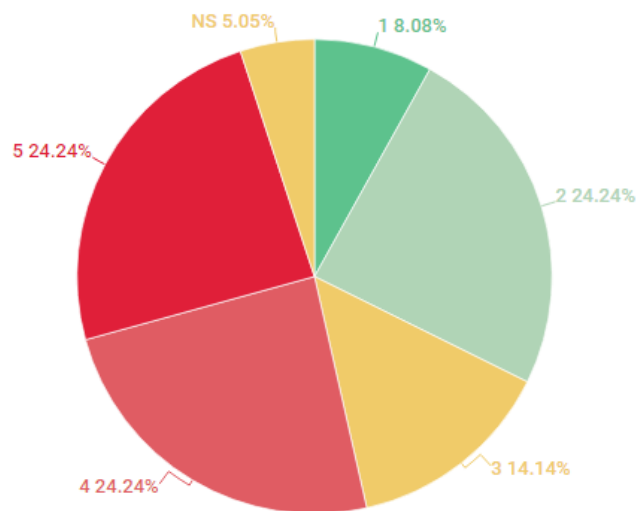


- Percentagem utilizadores diários da cantina desce com a passagem de ciclo.
- Maioria dos colaboradores utiliza a cantina, ou sempre (23%) ou ocasionalmente)

1. Refeições – Inquéritos

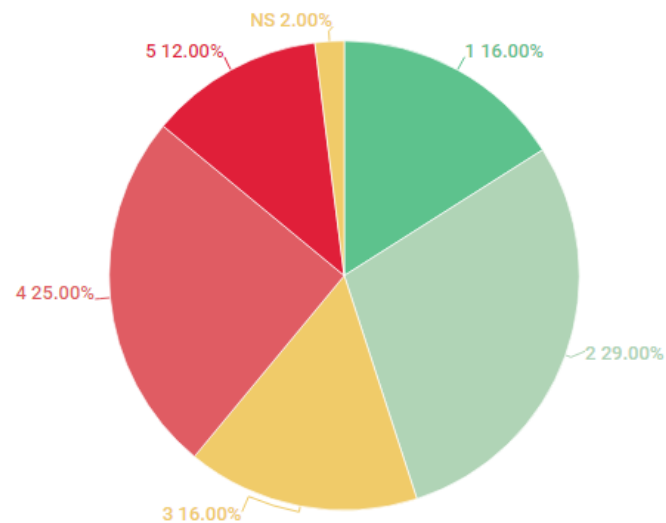
Satisfação média qualidade da cantina

Satisfação média dos inquiridos com a qualidade da oferta da cantina.



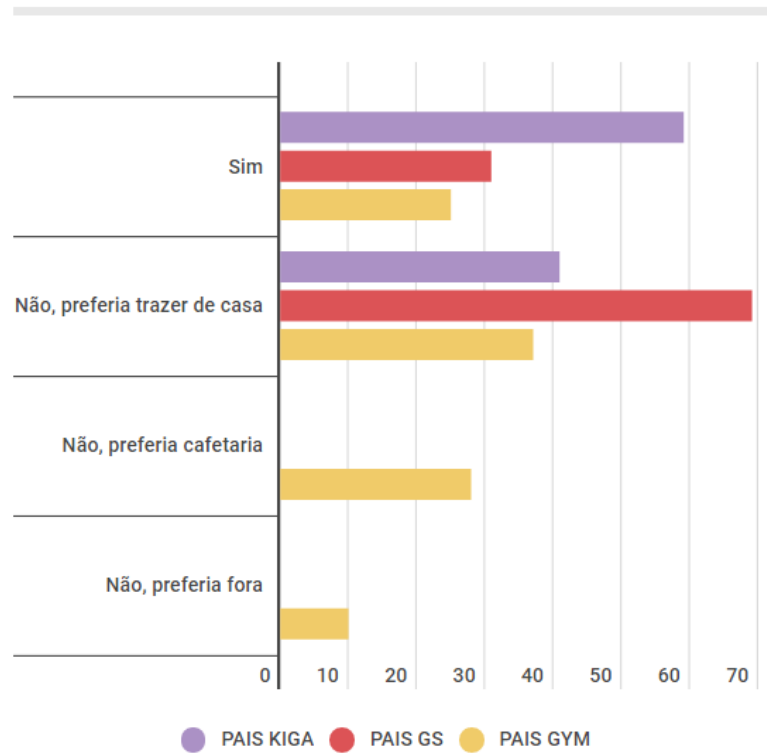
Satisfação média variedade da cantina

Satisfação média dos inquiridos com a variedade da oferta da cantina.



1. Refeições – Inquéritos

Educando gosta de comer na cantina

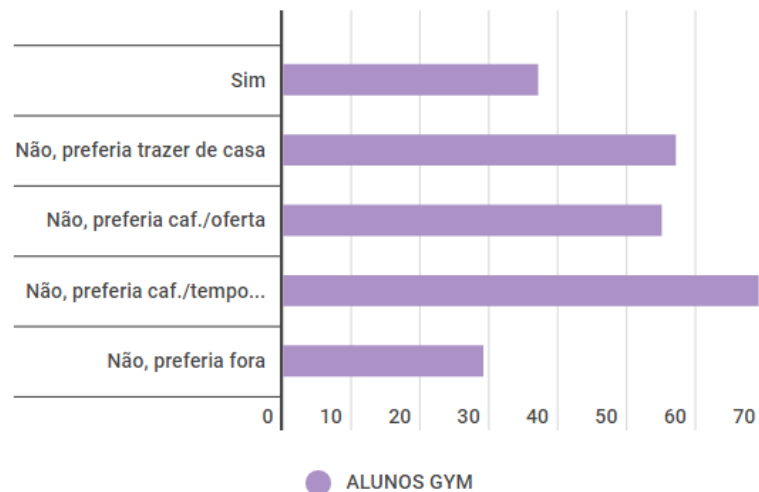


- Percentagem de alunos que gostam de comer na cantina desce à medida que passam de ciclo
- Dos alunos da Primária que preferiam trazer comida de casa, 76% são crianças que comem sempre na cantina.

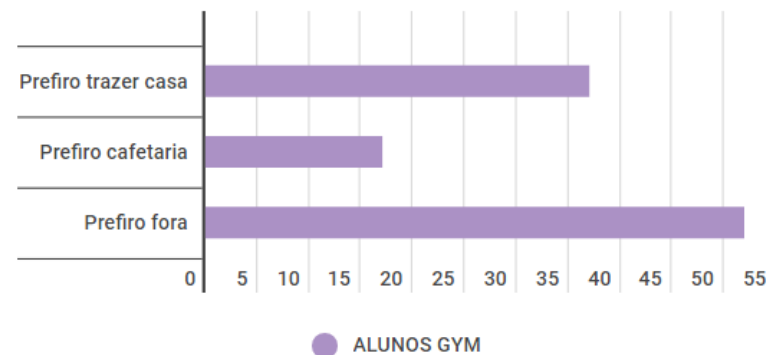
1. Refeições – Inquéritos

Aluno gosta de comer na cantina

Percentagem combinada de alunos que concordam com as seguintes respostas:



Alunos que não comem na cantina

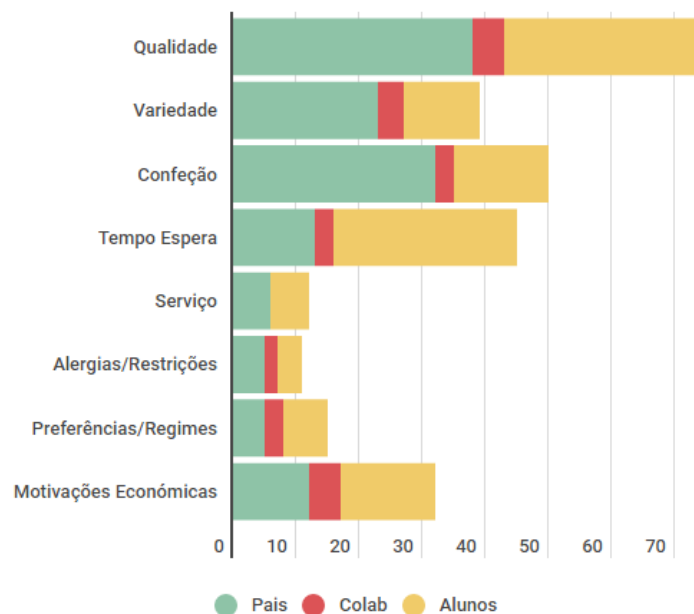


58% dos alunos que preferem comer fora da escola são alunos do 10º ao 12º.

1. Refeições – Inquéritos

Motivos insatisfação cantina

Motivos dados pelos elementos da comunidade escolar que não frequentam a cantina para essa escolha:



Entre os elementos da comunidade escolar que não usam a cantina, a qualidade dos alimentos, a confeção e os tempos de espera são os motivos principais.

De acordo com os seus pais, todos os seus educandos voltariam a comer na cantina, em caso de aumento da variedade (KIGA) e da qualidade (GS; GYM).

A única exceção são seis alunos do liceu que não o fariam, dos quais cinco são 10º-12º.

1. Refeições – Inquéritos

Comentários sobre a satisfação com a oferta da cantina:

Críticas à quantidade: Insuficiente (Pais KIGA/GS); Excessiva (Pais Liceu, Alunos, Colaboradores)

Críticas à qualidade dos ingredientes: Qualidade fraca, especialmente da carne e do peixe, , variedade insuficiente, excesso couve/feijão (pais KIGA/GS); Repetidas sugestões biológico (fruta e legumes, geral noutros casos), cereais integrais e da comida mediterrânicax

1. Refeições – Inquéritos

Comentários sobre a satisfação com a oferta da cantina:

Críticas à confeção: Refeições mais simples, alimentos identificáveis, produtos frescos cozinhados no momento, menos produtos processados (ex. carne picada, puré, douradinhos, nuggets) (Pais KIGA/GS); Qualidade da confeção, especialmente vegetariano, molhos, pratos de peixe e massa (menos gordura, sal, pontos de cozedura ultrapassados ou comida crua); Comida fria (Geral)

Críticas à diversidade: Ementa pouco diversa (Sugestões: cozinha criativa, cozinha asiática); Oferta pouco internacional, oferta alemã reduzida a salsicha com couve cozida; Excesso de massa

1. Refeições – Inquéritos

Críticas à estrutura das ementas: Vegetariano corre muito mal, devia ser opção; Possibilidade da existência de mais opções como no liceu (Pais KIGA/GS). Falta de opções para veganos e para dietas especiais, por ex. intolerâncias combinadas, muitas coisas misturadas (ex: saladas) dificultam em caso de alergias.

Comida de casa: Crianças que trazem comida de casa não podem sentar-se junto dos colegas (pais GS); tempos de espera longos para aquecer comida no liceu (GYM)

1. Refeições – Inquéritos

Colaboradores ITAU: Comentários muito diversos, muitos elogios ao atendimento personalizado, e especialmente no caso dos alunos também a colaboradores específicos, mas também muitas críticas à eficiência e organização.

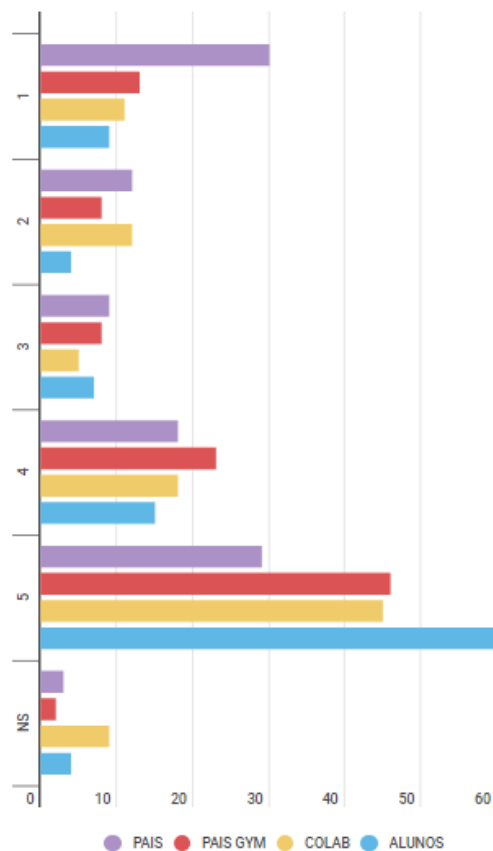
Filas/Tempos de espera/ Não abertura segunda linha

Excesso Plástico

1. Refeições – Inquéritos

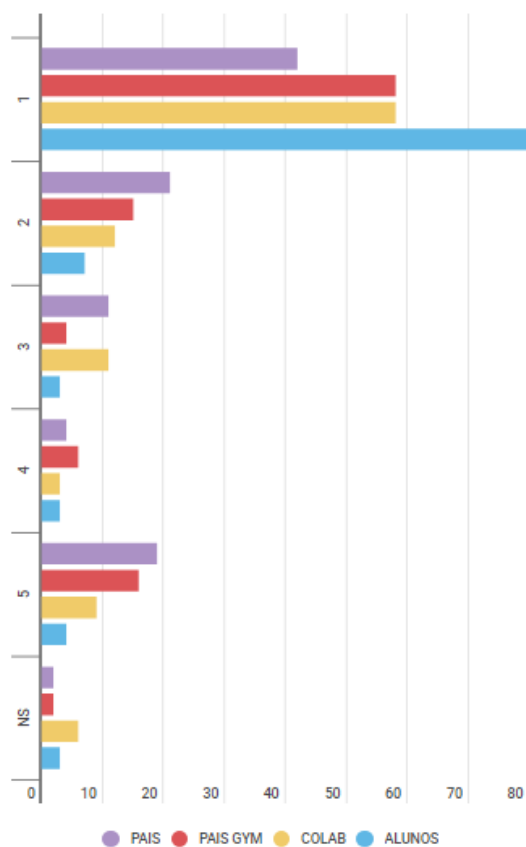
Obrigatoriedade tabuleiro completo

A maioria dos pais do liceu, dos colaboradores e dos alunos defende o fim da obrigatoriedade de comprar um tabuleiro completo.



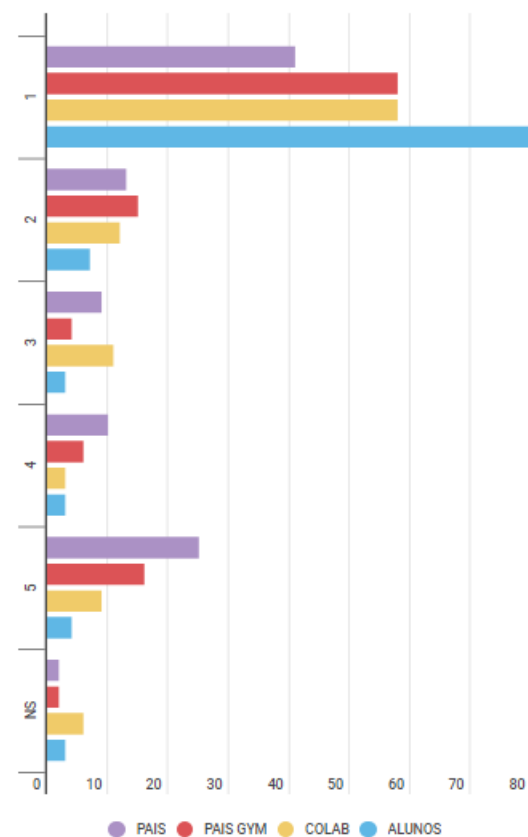
Possibilidade comprar prato e sopa

A maioria dos pais, dos colaboradores e dos alunos defende que se possa comprar só o prato principal e uma sopa.



Possibilidade de comprar unicamente prato principal

A maioria dos pais, dos colaboradores e dos alunos defende que se possa comprar só o prato principal.



1. Refeições – Inquéritos

- No que diz respeito à possibilidade de abolir a obrigatoriedade da compra de tabuleiro completo para os alunos do liceu, a maioria da comunidade escolar é a favor.
- No caso dos pais, a opção com mais adeptos é a do prato + sopa (63% de concordância combinada).

1. Refeições – Inquéritos

- Todos os inquiridos concordam de forma muito expressiva com a importância de ter três pratos (carne/peixe/vegetariano) à escolha no liceu, com especial incidência nos alunos (91% de concordância combinada).
- A discordância da possibilidade de ter apenas dois pratos à escolha não é tão expressiva, situa-se em média nos 42%.

1. Refeições – Inquéritos

Comentários dos inquiridos sobre a variedade de pratos a oferecer:

- Desejabilidade da manutenção dos três pratos (Pais Liceu/Alunos)
- Defesa alternância carne/peixe, sob pena de as crianças nunca comerem peixe (Pais Liceu)
- Alargar escolha entre três pratos ao KIGA/GS
- Sugestão de vários inquiridos de que existisse também a opção de um Salatbar, buffet de saladas variado, incluindo fontes de proteínas, a partir do qual fosse possível compor um prato

1. Refeições – Inquéritos

DECISÕES:

Composição tabuleiro / refeição completa:

Abolir obrigatoriedade tabuleiro completo no liceu?

Manter KIGA/GS, ou abolir também?

Como incentivar a sopa em caso de eliminação da obrigação de compra?

Variedade de escolha:

Manter três pratos mais dieta?

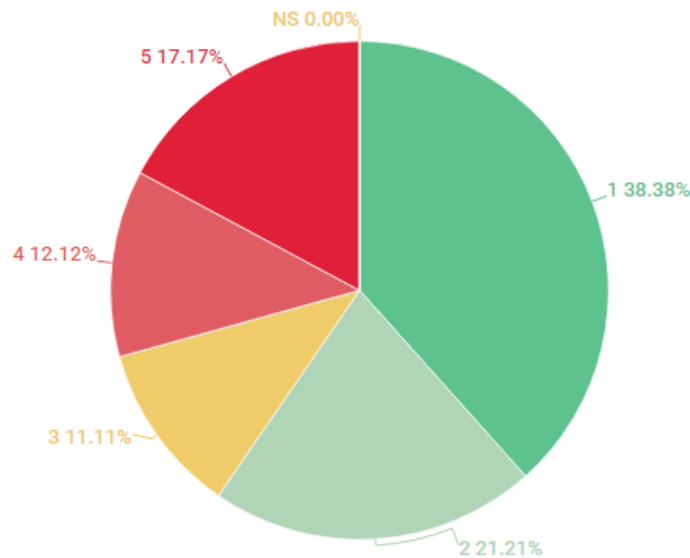
Reduzir para dois pratos mais dieta e acrescentar bar de saladas?

Outra opção?

1. Refeições – Inquéritos

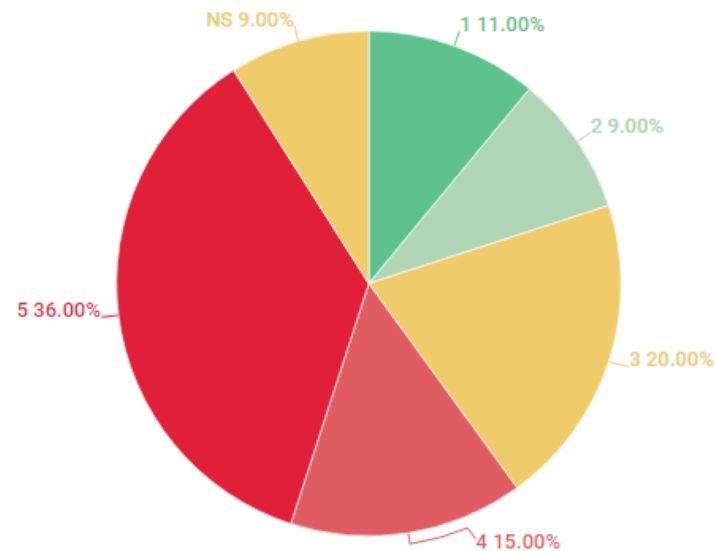
Sobremesa Fruta (pais)

Opinião média dos pais sobre a possibilidade de reduzir a oferta de sobremesas a fruta.



Sobremesa Fruta (alunos)

Opinião dos alunos sobre a possibilidade de reduzir a oferta de sobremesas a fruta.



1. Refeições – Inquéritos

Comentários sobre sobremesas:

- Posições muito polarizadas, da necessidade de não diabolizar açúcar à proibição total.
- Sugestão de sobremesa doce só uma vez por semana /por mês
- Excluir iogurte como sobremesa
- Sobremesas doces mas mais saudáveis.
- Abolir doces no total, açúcar branco no total (Pais KIGA/GS)
- Fruta como sobremesa é pouco saudável. (Pais KIGA/GS)

1. Refeições – Inquéritos

DECISÃO:

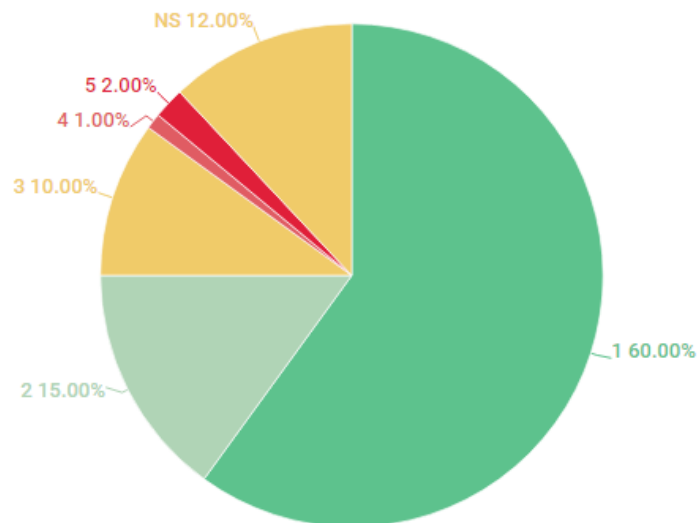
Abolir sobremesas doces?

Seguir recomendação do ME, permitindo sobremesas só duas vezes por mês e/ou em dias temáticos?

1. Refeições – Inquéritos

Comer sem reserva

Opinião média dos inquiridos sobre a importância de poder sempre comer na cantina sem ter feito reserva.



Não existe consenso em nenhum dos grupos de inquiridos sobre a possibilidade de reserva e a percentagem de respostas neutras é expressiva.

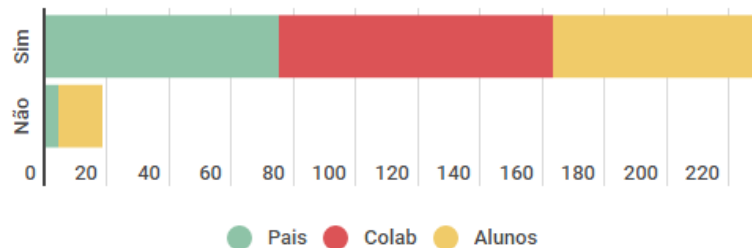
Mas todos os inquiridos são claros sobre a necessidade de poder continuar a comer na cantina sem reserva prévia.

DECISÃO: Equacionar propostas em função das modalidades e condições do apresentado pelas empresas a concurso?

1. Refeições – Inquéritos

Cafetaria deve oferecer alternativas saudáveis para almoço?

Percentagens agregadas:

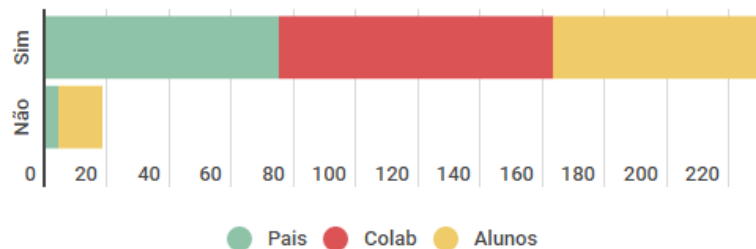


Contrariamente às recomendações do Ministério da Educação, todos os grupos da comunidade escolar gostariam que existissem alternativas saudáveis para o almoço na cafeteria

1. Refeições – Inquéritos

Cafetaria deve oferecer alternativas saudáveis para almoço?

Percentagens agregadas:



Comentários utilizadores: Muito

polarizados, da valorização da ideia de ter sopas/saladas/sandes e tostas saudáveis na cafetaria à convicção de alguns pais de que as crianças não devem comer na cafetaria e a oferta não deve incentivá-lo, talvez proibir antes do 10º ano.

DECISÃO:

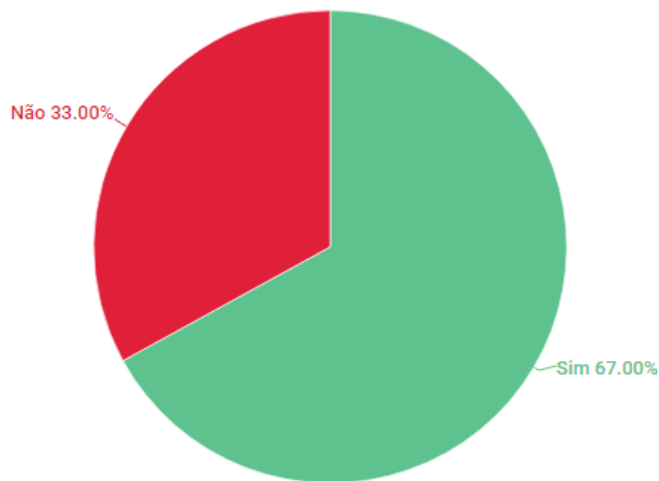
Implementar oferta?

Substituir opções mais ligeiras na cantina (ex: saladas)?

1. Refeições – Inquéritos

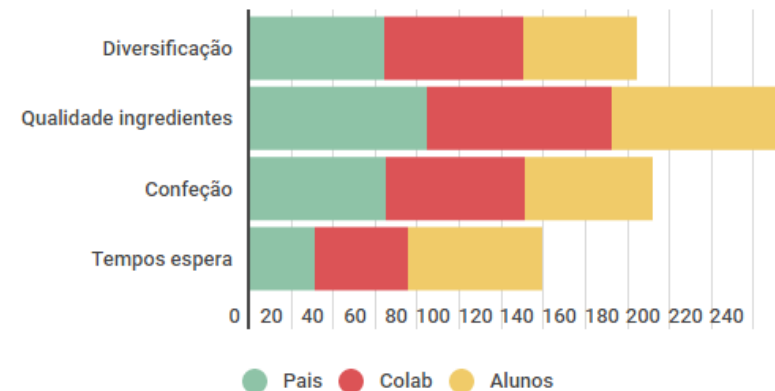
Possibilidade Aumento de Preços

Percentagem de pais que defendem a possibilidade de equacionar um aumento de preços, caso esse aumento seja condicionante de uma maior qualidade.



Que melhorias justificariam um aumento?

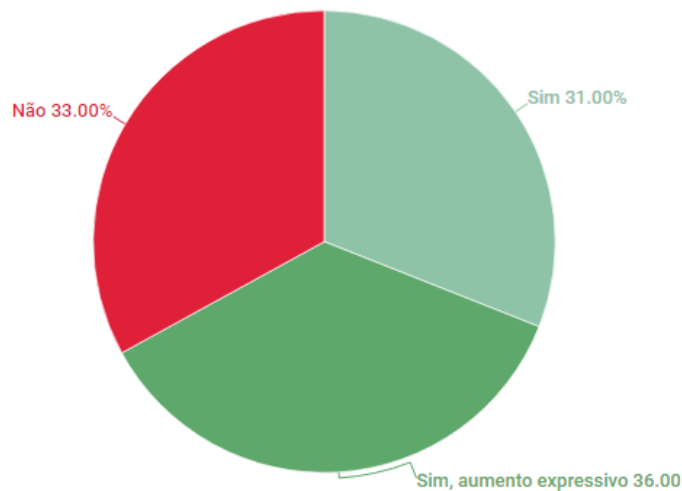
Pergunta colocada a todos os que equacionavam aumento, várias respostas possíveis:



1. Refeições – Inquéritos

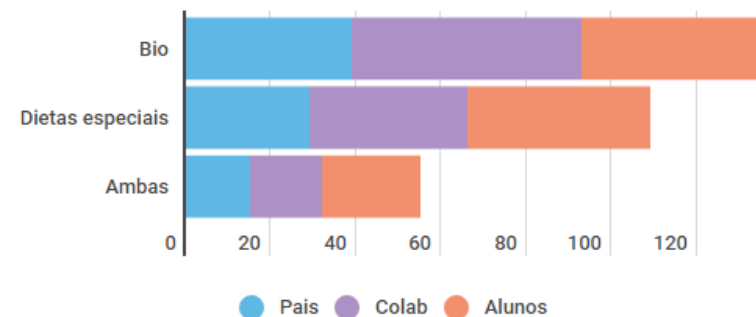
Possibilidade Aumento de Preços Expressivo

Percentagem de pais que defendem a possibilidade de equacionar um aumento de preços significativo, caso esse aumento seja condicionante da oferta de opções específicas.



Que melhorias justificariam um aumento expressivo?

Pergunta colocada a todos os que equacionavam aumento, várias respostas possíveis:



A possibilidade de menus para dietas especiais excluía prescrições médicas.

1. Refeições – Inquéritos

Resultados:

- Em média, cerca de dois terços dos pais e colaboradores inquiridos concordam com a possibilidade de um aumento caso ele seja necessário para corresponder a um aumento da qualidade.
- No entanto, a percentagem de utilizadores que não concordam com um aumento, mesmo que a manutenção dos valores atuais implique a manutenção do status quo, é expressiva e não pode ser ignorada. No grupo dos alunos essa opção é maioritária (60%).
- A percentagem de pais que defende um aumento expressivo é significativa, mas semelhante à percentagem de pais que recusa qualquer aumento, pelo que de certa forma se anulam mutuamente.

1. Refeições – Inquéritos

Comentários sobre os preços a praticar

Manutenção valores: Manutenção valores e aumento da qualidade e variedade, preços já muito elevados para realidade portuguesa (Pais GYM/Alunos/Colaboradores);

Preços são equilibrados, em caso de aumento deixa de compensar (Pais KIGA/GS)

Aumento moderado: aumento máximo para 5.50/6 EUR (Alunos)

Biológico: Opiniões muito distintas, desde os pais que o exigem aos que consideram que poderia ser implementado só na fruta (parcerias outras escolas com supermercados?), aos que consideram que devia ser preferencial mas não absoluto (Pais)

DECISÃO: Qualidade é um factor mais importante que o preço? Existe mandato para aumento ligeiro, se necessário para melhorar qualidade? Existe mandato para aumento expressivo?

1. Refeições – Inquéritos

Outras sugestões:

- Críticas à construção do questionário
- Questão política de base: A Escola deve promover uma alimentação saudável ou só disponibilizá-la? (Pais/Alunos)
- Go Natural como Estoril/outras escolas (mas também comparações hospitais e outras instituições, algumas com ITAU/Gertal)

1. Refeições – Inquéritos

Outras sugestões:

- Inscrição anual não faz sentido (Pais KIGA/GS)
- Devia ser possível adquirir senhas só para refeição, que não pudessem ser convertidas em saldo de cafetaria
- Sugestões: alunos cozinham para alunos
- Decoração e ambiente devem contribuir para popularidade da cantina

2. Cafeteria

Pressupostos e recomendações legais:

Princípio geral – divisão dos géneros alimentares em três categorias:

- Alimentos a promover (visualmente mais presentes, em quantidade maior, podem ser vendidos também em máquinas de venda automática)
- Alimentos limitados
- Alimentos proibidos

2. Cafeteria

Pressupostos e recomendações legais:

Alimentos a promover:

- Lacticínios (dentro limitações específicas)
- Fruta / Fruta líquida nutricionalmente equivalente
- Hortícolas

2. Cafeteria

Pressupostos e recomendações legais:

Alimentos a promover:

- Pão
- Água (disponibilização gratuita e abundante água de rede)
- Sumos de frutas naturais feitos no momento; sumos 70-100% sem açúcares ou edulcorantes;
- Tisanas e infusões

2. Cafeteria

Pressupostos e recomendações legais:

Alimentos a limitar:

- Bolos à fatia, confeccionados na escola, e bolos com ou sem creme cujo teor de açúcar e gorduras, bem como o aporte calórico total, não é considerado excessivo (ex: bolo de arroz, croissant não folhado, pastel de nata, lanche/merenda, ferradura, caracol, etc.)
- Unidades cereais integrais
- Bolachas/biscoitos em doses individuais
- Manteiga e cremes para barrar

2. Cafeteria

Pressupostos e recomendações legais:

Alimentos a limitar:

- Marmelada e compotas (teor máx. açúcar limitado)
- Néctares de fruta
- Gelados de leite/fruta/sorvete
- Chocolates sem recheios e com elevado teor de cacau, num máximo de três variedades, embalagens de até 50g

NOTA: A legislação define características específicas ao nível da composição nutricional para estes alimentos, que se tornam alimentos proibidos caso os ultrapassem.

2. Cafeteria

Pressupostos e recomendações legais:

Alimentos a proibir:

- Refrigerantes
- Salgados
- Charcutaria (chouriço, chourição, salsicha)
- Bolos folhados , com cremes muito calóricos ou com elevado teor de gordura (Palmiers, jesuítas, mil folhas, bolas de Berlim, donuts, madalenas, etc)

2. Cafeteria

Pressupostos e recomendações legais:

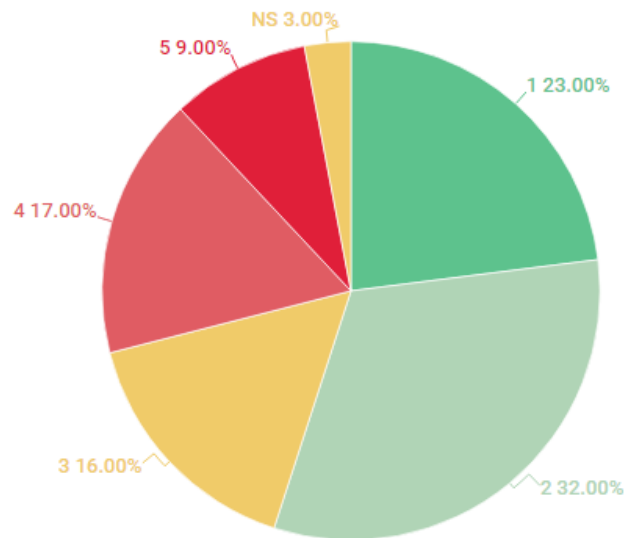
Alimentos a proibir:

- Guloseimas (rebuçados, caramelos, pastilhas, gomas)
- Snacks e aperitivos (batatas fritas, tiras de milho)
- Gelados de água
- Bolachas e biscoitos com cobertura, recheadas ou que ultrapassem os limites definidos

2. Cafeteria – Inquéritos

Satisfação Média Cafeteria

Satisfação média dos inquiridos sobre a oferta e serviço da cafeteria (variedade, qualidade e serviço).



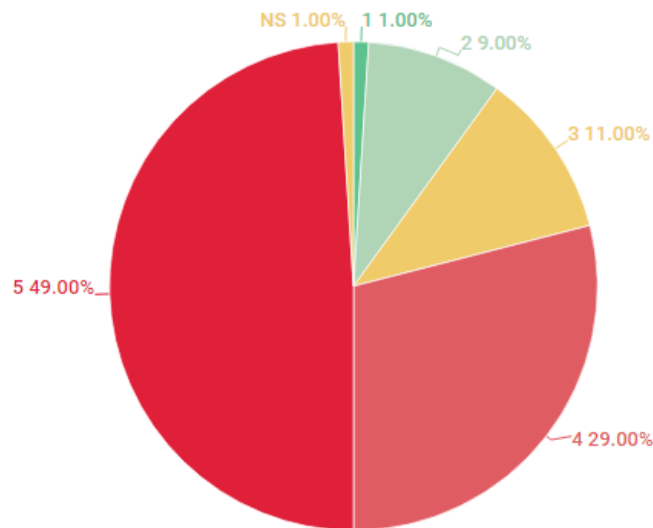
Maioria absoluta dos alunos e colaboradores utiliza a cafeteria (no caso dos pais, 52% dos inquiridos também a usam a título pessoal).

Níveis de satisfação não são muito diferenciados, mas os alunos estão mais satisfeitos que a média com a variedade e qualidade dos produtos oferecidos.

2. Cafeteria – Inquéritos

Satisfação Tempos Espera Cafeteria

Satisfação média dos alunos e colaboradores sobre os tempos de espera da cafeteria.



A insatisfação com os tempos de espera na cafeteria é geral.

Optou-se por retirar do gráfico os pais, cuja insatisfação era mais moderada nesta questão (42%).

Variedade: Todos os inquiridos concordaram com a necessidade de introduzir mais diversidade na oferta da cafeteria, especialmente aumentando o leque de opções saudáveis para pequenos almoços e snacks.

2. Cafeteria – Inquéritos

Comentários dos utilizadores

Críticas à falta de opções saudáveis/ excesso de opções não saudáveis: Oferta pouco saudável (fritos, doces, bolos, pão branco);

Mais opções saudáveis e mais opções vegetarianas (fruta não embalada, saladas, ovos cozidos, cereiais sem açúcar, iogurtes);

Preços opções saudáveis são mais caros , leite sem lactose excessivamente caro;

Qualidade produtos (café, bolos, pão)

2. Cafeteria – Inquéritos

Comentários dos utilizadores

Diversidade: elogios dos alunos ao aumento da diversidade;elogio alguns pais ao aproximar oferta/procura;

Pedido propostas veganas; pedido mais propostas alemãs;

Pedido alunos manutenção doces, Malteser e Snickers baratos

Redução Plástico

Aumento **higiene do espaço**

2. Cafeteria – Inquéritos

Críticas atendimento: Lento, ineficiente, mal organizado (mas também elogios, especialmente a colaboradores específicos); incapaz de responder à “fuga da cantina” e aos picos dos intervalos; rotação excessiva de funcionários.

Stock: Nada para comer no fim das aulas; não há pão durante a tarde

Reporting: Pais desejam conhecer consumos dos filhos

2. Cafeteria – Inquéritos

Extensão uso a crianças da Primária

Introdução máquina de café completamente automatizada

DECISÕES:

Implementar recomendações à letra, com alterações?

Acrescentar pedidos específicos (produtos veganos, alemães)?

Implementar outras sugestões?

3. Lanches

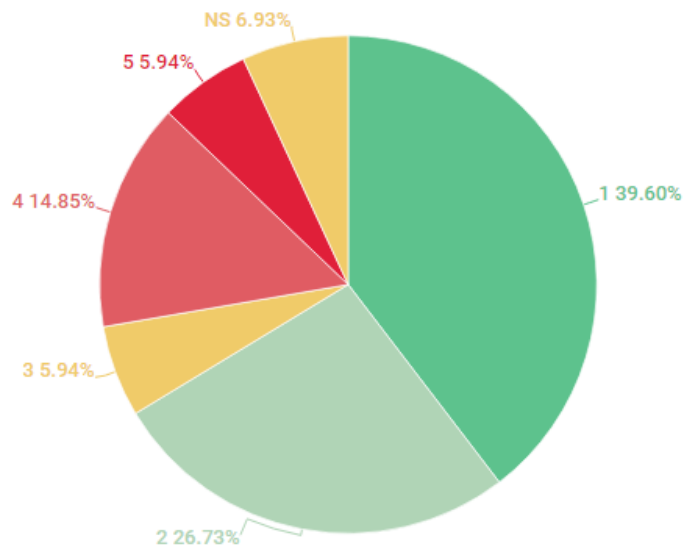
Pressupostos e recomendações legais:

- Uma vez que o serviço de lanches não é oferecido de forma standard pelas escolas públicas, não existem recomendações oficiais, excepto a recomendação de que as escolas incentivem os pais a enviarem lanches saudáveis.
- Consideramos que podem no entanto ser adaptadas para este efeito as listas de alimentos a promover, limitar e proibir das cafetarias escolares.

3. Lanches – Inquéritos

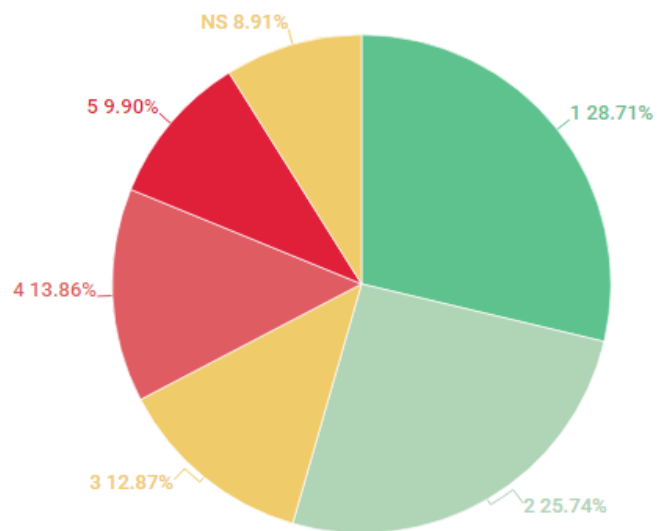
Satisfação Lanche Manhã

Satisfação média dos pais do Jardim de Infância e da Primária com os lanches da manhã.



Satisfação Lanche Tarde

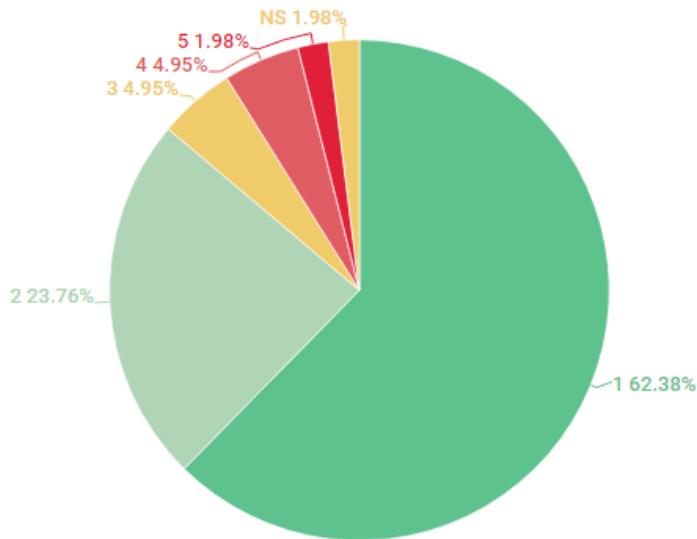
Satisfação média dos pais do Jardim de Infância e da Primária com os lanches da tarde.



3. Lanches – Inquéritos

Importância Lanches

Importância média atribuída pelos pais do Jardim de Infância e da Primária ao serviço de lanches.



A esmagadora maioria dos pais está satisfeita com a oferta de lanches e tira partido dela (80-90%).

Mais de dois terços das crianças leva no entanto um lanche adicional de manhã e muitas também à tarde (KIGA 24%; GS 54%).

3. Lanches – Inquéritos

Comentários lanches manhã:

Fruta: pouca quantidade, pouca variedade, deveria incluir legumes, fruta chega com mau aspecto por já estar partida, devia vir descascada e ser biológica.

Vem embalada (?)

Outros: Acrescentar sandes para alunos que não tomam o pequeno almoço de manhã. Disponibilizar mais cedo.

Trabalhar com fruta feia ou empresa análoga (Colab KIGA/GS).

3. Lanches – Inquéritos

Comentários lanche da tarde

Quantidade: Insuficiente (Pais); muito desperdício (Coolab KIGA/GS).

Composição: Abolir chourição, bolachas maria, bolo (mas muitos também que apreciam), iogurtes líquidos (açúcar e aromas, muito plástico) e leites individuais (desperdício, plástico). Menos açúcar no geral.

Incluir fruta e legumes ou sumo de fruta, alternativas sem lactose e sem glúten, queijo melhor, pão mais saudável e diversificado.

3. Lanches – Inquéritos

Comentários lanche da tarde

Horário: Lanche é muito cedo para quem fica (incluir segundo lanche no apoio da tarde?)

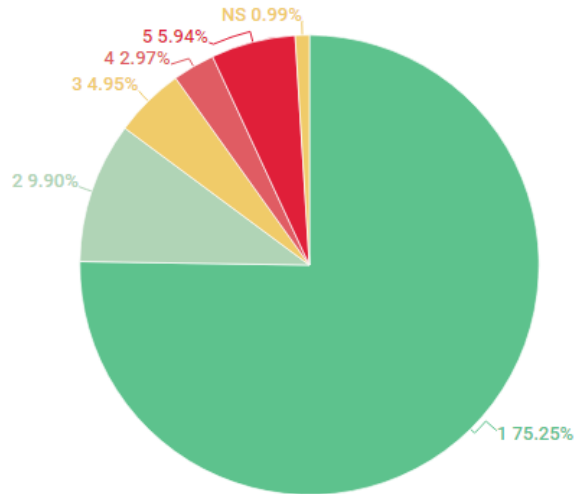
Autocarro devia sair depois de as crianças terem lanchado; ajuste horários à realidade portuguesa

Distribuição: Crianças deviam comer sentadas (mesas no pátio da Primária?), distribuição é confusa, devia controlar-se quem come o quê para evitar excessos.

3. Lanches – Inquéritos

Manutenção Lanches na Propina

Percentagem de pais que defendem a manutenção dos lanches nas propinas do Jardim de Infância e da Primária. Só cerca de 20% estaria disposto a pagar por mais qualidade ou quantidade.



A esmagadora maioria dos pais considera que os lanches devem continuar a ser cobrados como parte integrante da propina.

Só cerca de 20% estaria interessado em pagar para ter lanches mais substanciais ou de melhor qualidade.

3. Lanches – Inquéritos

Comentários lanche da tarde

DECISÕES:

Respeito Indicações M.E.?

Horário (recomendação)?

Redução plástico na distribuição bebidas

DECISÕES

Refeições: composição do tabuleiro / variedade

Sobremesas

Sistema de reservas

Alternativas almoço cafeteria

Valores praticados

Oferta da cafeteria

Lanches KIGA/GS

Obrigado!

12.03.19