

## Eco-escolas – Alimentação Saudável e Sustentável

Ano letivo 2022/2023

### Brigada das Cantinas - 2º escalão (2º ciclo)

#### Quais os temas que foram analisados pela Brigada da Cantina?

- Higienização das mãos pelos utentes do refeitório antes das refeições;
- Higienização da cantina e dos funcionários;
- Utilização de telemóveis, tablets, etc. durante a refeição;
- Cumprimento das regras de bom comportamento no refeitório;
- Quantidade de restos e sobras e o devido destino;
- Separação de resíduos;
- Consumo da totalidade da refeição e nível de desperdício alimentar;
- Satisfação coma refeição apresentada e sugestões de pratos para a ementa;
- Ementa saudável;
- Variedade da ementa e cores da refeição;
- Consumo de fruta, sopa e vegetais (cozinhados ou saladas)
- Níveis de ruído no refeitório;
- Organização da fila para o refeitório.

#### Qual o número de alunos envolvidos?

Esta atividade foi dinamizada pelos alunos das turmas do 6ºA, com 23 alunos.

Todos os alunos da escola do 1º, 2º e 3º ciclos (total de 202 alunos), foram envolvidos na dinâmica através dos inquéritos realizados à saída do refeitório, bem como na tarefa de incentivo ao consumo de sopa, salda e fruta.





## Quais a metodologia de monitorização?

As metodologias de monitorização a utilizar foram escolhidas pelos alunos do 6ºano e constaram no seguinte:

- *Check list*:
  - Critérios a avaliar escolhidos pelos mesmos;
  - Avaliação na cozinha, no refeitório e na higienização das mãos pelos alunos;
  - Foram distribuídos dois turnos, um para o 1º ciclo e outro para o 2º e 3º ciclos;
- Contagem do número de alunos que higienizaram as mãos;
- Inquérito de satisfação ao final da refeição e solicitação sugestões para sopas e pratos a inserir nas ementas do refeitório;
- Registo fotográfico:
  - Utilizaram a câmara fotográfica da escola;
  - Foram registando fotograficamente os critérios avaliados na *check list*, os pratos apresentados, os colegas a desenvolver as funções e outros aspetos que consideraram relevantes;
- Incentivo ao consumo do total da refeição (sopa, prato, salada e fruta) e promoção da diminuição do desperdício alimentar;
- Contabilização das refeições não reservadas, orientar a passagem dos cartões e da organização da fila.

## Estratégias de comunicação de divulgação da atividade e dos resultados, na escola (facebook, cartazes, informação para os pais,...)

Foram projetados os resultados da atividade na televisão da sala de convívio comum a toda a comunidade escolar. Foi também divulgado nas redes sociais e site do Agrupamento.

**Resultados da contagem do número de alunos que higienizaram as mãos:**

**Ano/turma: 6ºA**

Critérios a analisar	Data				
	15/03/2023	16/03/2023	20/03/2023	15/03/2023	20/03/2023
	1º ciclo			2º e 3º ciclos	
Quantidade de alunos que lavaram as mãos	40	15	34	28	0
Quantidade de alunos que não lavaram as mãos	10	31	27	17	44
Número total de alunos que almoçaram	50	46	61	45	44
% de alunos que lavaram as mãos	80%	33%	56%	62%	0%
% de alunos que não lavaram as mãos	20%	67%	44%	38%	100%
Brigada composta por:	Carolina e Melanie	Nádia	Carlota	Melanie	Íris

### Resultados da Check-list:

Brigada da Cantina composta por: Beatriz, Carlota, Íris, Diego Alunos presentes no refeitório: <b>1º ciclo</b>	Ano/turma: 6ºA
	Datas: 15, 16, 17, 20 e 21 de março de 2023
	Horas: 12h30 – 13h

Critérios a analisar	Respostas				Observações
	Muito bom	Bom	Satisfatório	Não Satisfatório	
Higienização mãos?			2	2	Lava muito pouca gente.
Higienização do espaço do refeitório?		2	2		A mesa do 4ºano fica sempre pior.
Higienização da cozinha?		4			
Higienização das funcionárias?	1	3			
Ruido no refeitório?		1	1	2	Há muito ruído/barulho
Educação por parte das funcionárias?	1	3			
Educação por parte dos alunos?	1	1	1	1	Levantam o tom de voz
Utilização de telemóveis durante a refeição?	3		1		
Separação de resíduos?			2	2	
Bom comportamento?		1	2	1	
Destino dos restos?			1	3	Lixo e animais
Destino das sobras?	3		1		Freiras e famílias carenciadas
Organização ao deixar o tabuleiro?		1	3		Às vezes atiram o tabuleiro
Consumo da totalidade da refeição (sopa, prato principal, fruta)?		1	3		
Cores do prato?			4		
Variedade da ementa?		3		1	Só alguns
Organização da fila?			3	1	

Brigada da Cantina composta por: Beatriz, Carlota Alunos presentes no refeitório: <b>2º ciclo</b>	Ano/turma: 6ºA
	Datas: 15, 16, 17, 20 e 21 de março de 2023
	Horas: 13h15 – 13h

Critérios a analisar	Respostas				Observações
	Muito bom	Bom	Satisfatório	Não Satisfatório	
Higienização mãos?		1		2	Alguns lavam. Poucos lavam.
Higienização do espaço do refeitório?		2	2		
Higienização da cozinha?		3	1		
Higienização das funcionárias?		4			
Ruido no refeitório?		1	2	1	Algum barulho. Muito barulho.
Educação por parte das funcionárias?		4			
Educação por parte dos alunos?		1	3		Algum desrespeito
Utilização de telemóveis durante a refeição?		3	1		
Separação de resíduos?		1		3	Só separam o cartão
Bom comportamento?		1	2	1	
Destino dos restos?		1		3	Lixo e animais
Destino das sobras?	1	1	2		Freiras e famílias carenciadas
Organização ao deixar o tabuleiro?			4		Mais ou menos
Consumo da totalidade da refeição (sopa, prato principal, fruta)?		2	2		
Cores do prato?		2	2		
Variedade da ementa?		4			
Organização da fila?		1	3		Má

## Resultado da contabilização das refeições não reservadas

Data	Brigada composta por	Nr de alunos que não reservaram a refeição	NR de alunos que pagaram a refeição	NR de alunos que não pagaram a refeição
15/03/2023	Lara Silva e Margarida	13	12	1
16/03/2023	Lara Pereira e Maria Francisca	6	4	2
17/03/2023	Maria Neves	6	5	1
20/03/2023	Luisa e Miguel	10	9	1
21/03/2023	Luisa	3	3	0

## Resultado do inquérito de satisfação

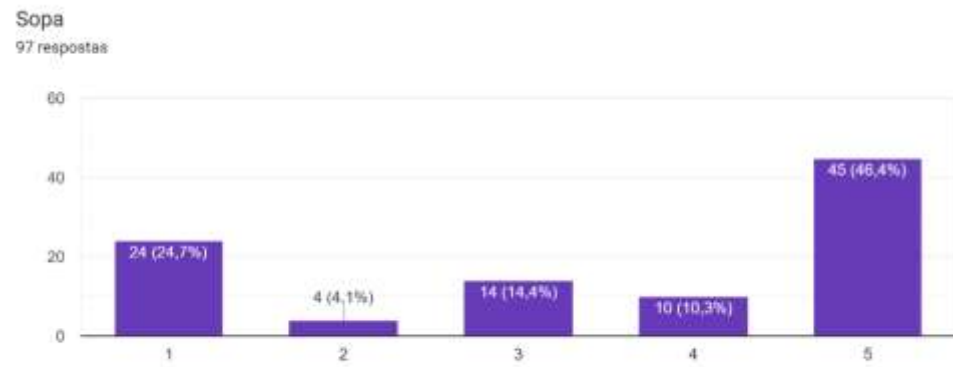
- **Número de respostas:**

- Dia 15 – 97 respostas
  - 1º ciclo - 63%
  - 2º ciclo - 24%
  - 3º ciclo - 13%
- Dia 16 – 138 respostas
  - 1º ciclo - 63%
  - 2º ciclo - 24%
  - 3º ciclo - 13%
- Dia 17 – 24 respostas
  - 1º ciclo – 0%
  - 2º ciclo – 46%
  - 3º ciclo – 54%
- Dia 20 – 17 respostas
  - 1º ciclo – 12%
  - 2º ciclo – 88%
  - 3º ciclo – 0%
- Dia 21 – 73 respostas
  - 1º ciclo – 53%
  - 2º ciclo – 26%
  - 3º ciclo – 21%

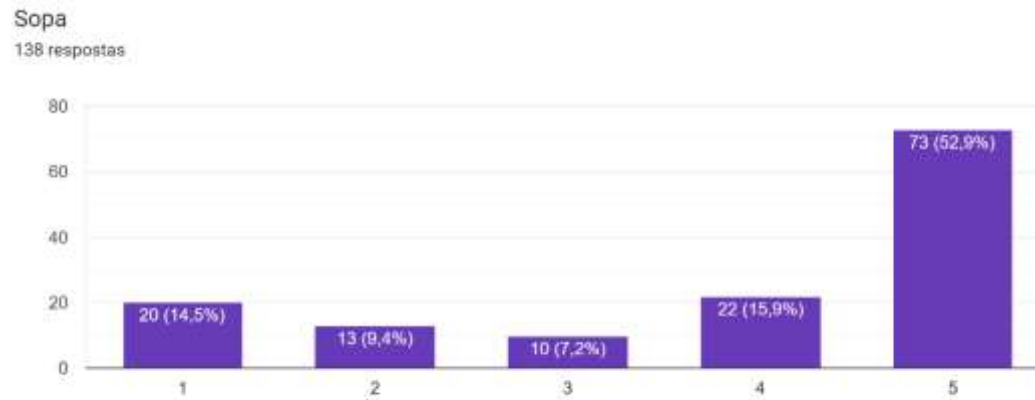


- **Avaliação da sopa:**

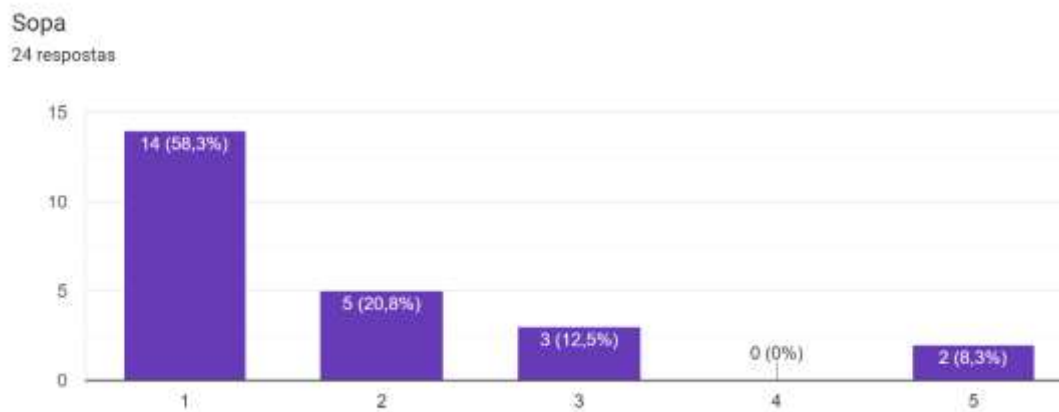
- Dia 15 – Agrião com grão de bico



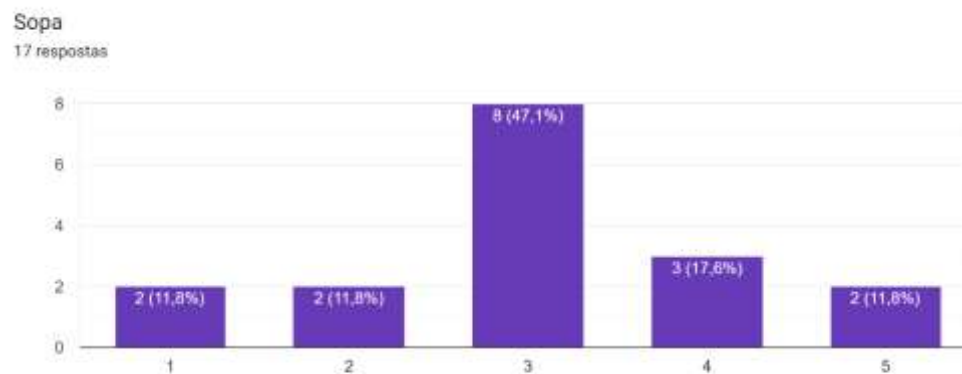
- Dia 16 – Espinafres



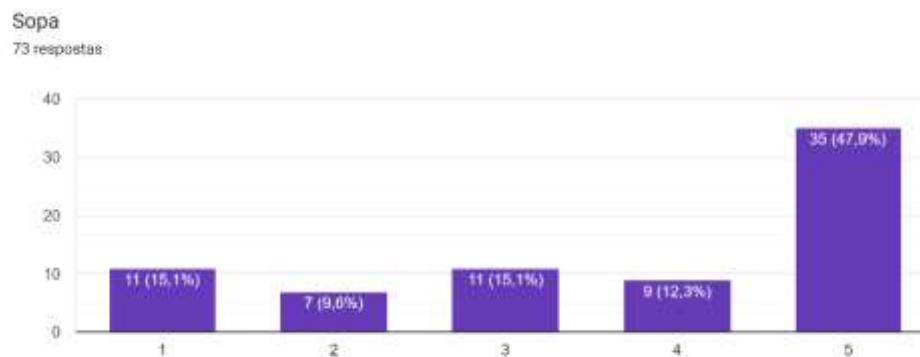
○ Dia 17 – Creme de peixe



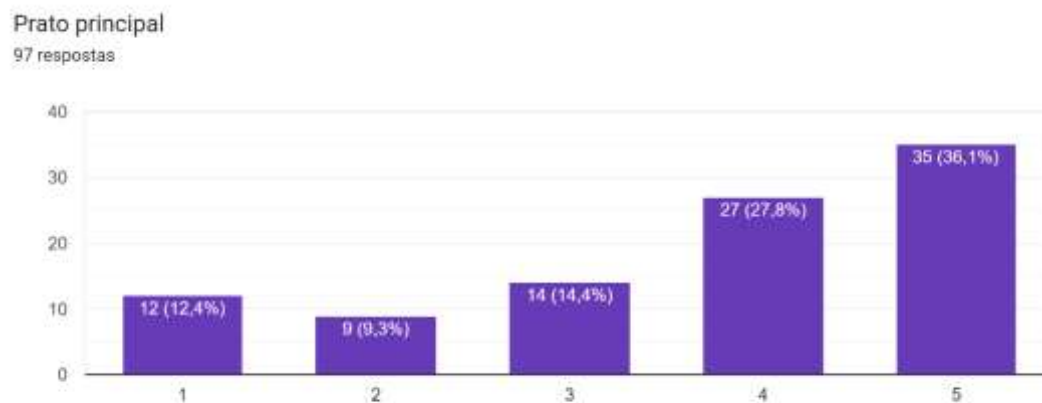
○ Dia 20 – Macedónia de legumes



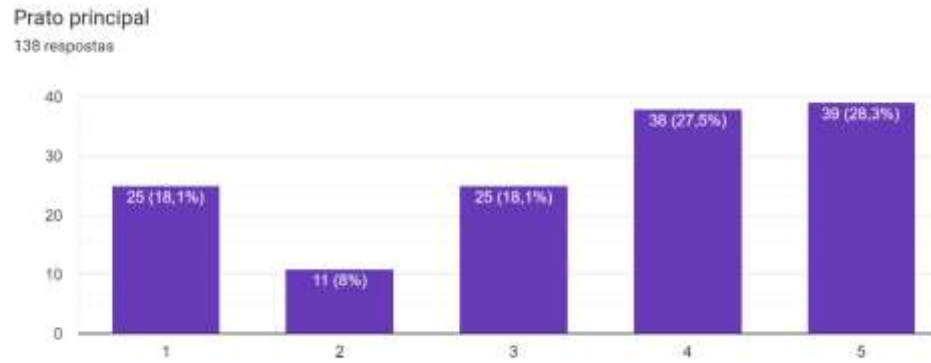
- Dia 21 – Creme de brócolos



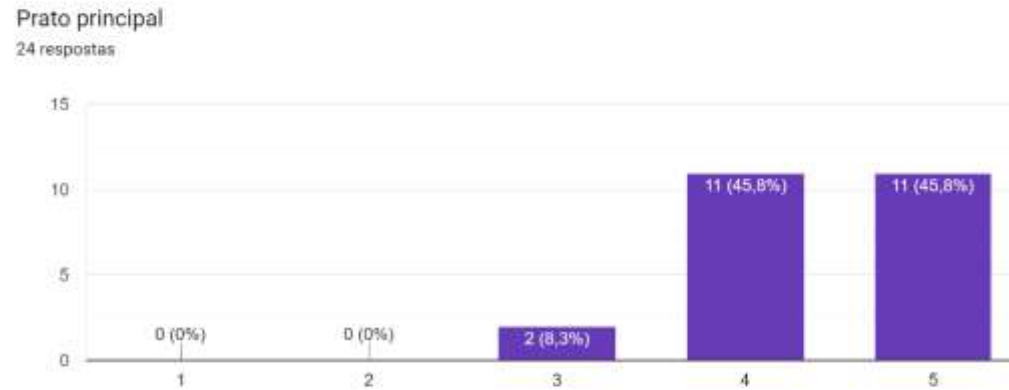
- Avaliação do prato principal:
  - Dia 15 – Massada de peixe



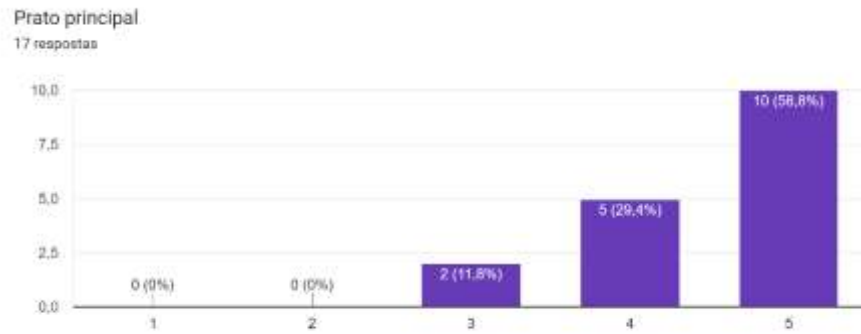
- Dia 16 – Rojões no tacho batatinhas assadas



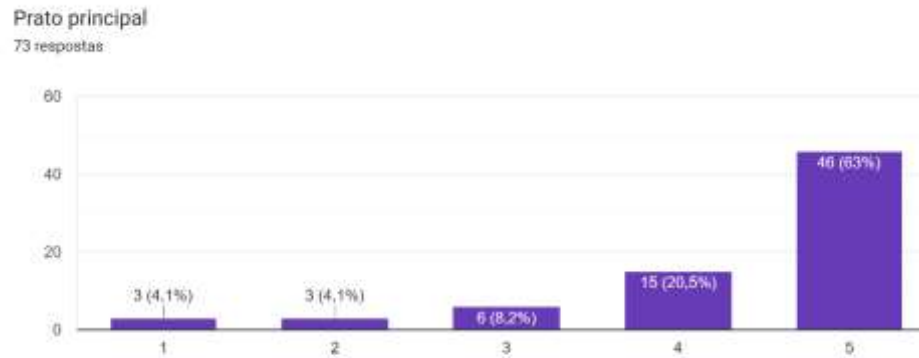
- Dia 17 – Arroz de bacalhau



- Dia 20 – Hambúrguer de aves com molho de cogumelos e esparguete



- Dia 21 – Pescada cozida com todos (ovo, batata, brócolos e cenoura)



## Resultados das sugestões de pratos

- Pizza
- Pizza de fiambre e queijo
- Hambúrguer
- Frango assado
- Frango à Brás
- Lasanha
- Almôndegas
- Bolonhesa
- Rolo de carne
- Feijoada de carnes brancas
- Francesinha
- Nuggets
- Cachorro
- Massa chinesa
- Noodles
- Salmão com puré
- Bacalhau à Brás
- Atum á Brás
- Salada de atum
- Douradinhos com puré
- Sushi
- Massa com queijo
- Couves com feijão
- Bife com puré
- Ovo estrelado com batatas fritas
- Batatas fritas
- Canja
- Tortas
- Gelado
- Arroz doce
- Sumo
- Sumo natural
- Menos sal nas batatas
- Menos barulho

## Registo fotográfico

- Contabilização das refeições não reservadas, orientar a passagem dos cartões e da organização da fila



- *Check list.*



- Promoção da diminuição do desperdício alimentar:



- Incentivo ao consumo do total da refeição (sopa, prato, salada e fruta):



- Inquérito de satisfação ao final da refeição e solicitação sugestões para sopas e pratos a inserir nas ementas do refeitório



- Contagem do número de alunos que higienizaram as mãos



- Registo fotográfico:





- Linha de servir:



- Pratos/tabuleiros



Crato, 27 de abril de 2023



Alunos do 6ºA com a colaboração da Técnica Superior de Nutrição humana e Qualidade Alimentar e a Professora de Cidadania e Desenvolvimento



REPÚBLICA  
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO



CRATO  
Ação Social e Educação

