

Janeiro de 2024



MANUAL DE
BOAS PRÁTICAS
NA COZINHA DA SESFA

SOCIEDADE DE EDUCAÇÃO E SAÚDE À FAMÍLIA





MANUAL DE **BOAS PRÁTICAS** **NA COZINHA**

DA SESFA



A culinária na SESFA é mais que uma arte, é uma expressão de cuidado e saúde. Este Manual de Boas Práticas tem como objetivo **orientar e garantir a qualidade, segurança e higiene em todas as etapas**, desde o armazenamento até o consumo dos alimentos.



O primeiro passo para ter uma alimentação saudável é começar a fazer **escolhas alimentares conscientes e equilibradas!**

De forma geral, devemos **priorizar o consumo de alimentos in natura, saudáveis e livres de agrotóxicos**, tais como frutas e vegetais.

Uma **alimentação equilibrada e nutritiva é fundamental** para o desenvolvimento físico, mental e emocional das crianças.

Para se alimentar melhor no dia a dia, **evitar o consumo excessivo de sal, açúcares, frituras e alimentos ultraprocessados em geral.**



Capítulo 1:

Higiene na Cozinha

1.1 Ambiente Limpo e Organizado:

Manter a cozinha sempre limpa e organizada é fundamental. Superfícies de trabalho, utensílios e equipamentos devem ser higienizados regularmente.

1.2 Manuseio Consciente de Produtos de Limpeza:

Utilizar produtos de limpeza adequados, seguindo as instruções de diluição e aplicação. Evitar o uso excessivo para prevenir contaminação dos alimentos.

1.3 Descarte Adequado de Resíduos:

Adotar práticas sustentáveis no descarte de resíduos, segregando adequadamente lixo orgânico e reciclável.



Capítulo 2:

Higiene nos Alimentos

2.1 Seleção Criteriosa de Ingredientes:

Escolher ingredientes frescos e de qualidade, verificando prazos de validade e condições de armazenamento.

2.2 Armazenamento Adequado:

Armazenar alimentos em locais apropriados, garantindo a temperatura correta e evitando a contaminação cruzada.

2.3 Controle de Pragas:

Implementar medidas preventivas para evitar a presença de pragas, como vedação de frestas, uso de telas e manutenção regular



Capítulo 3:

Higiene de Quem Prepara os Alimentos

3.1 Higiene Pessoal:

Todos os manipuladores de alimentos devem seguir rigorosos padrões de higiene pessoal, incluindo lavagem frequente das mãos, uso de toucas e uniformes limpos.

3.2 Treinamento Contínuo:

Promover treinamentos regulares sobre práticas seguras de manipulação de alimentos e atualizações nas normas de higiene.



Capítulo 4:

Boas Práticas Durante as Refeições

4.1 Controle de Temperatura:

Servir alimentos na temperatura adequada, garantindo que pratos quentes estejam quentes e pratos frios estejam frios.

4.2 Evitar o Desperdício:

Incentivar a utilização consciente dos alimentos, evitando desperdícios e adotando práticas sustentáveis.



Capítulo 5:

Boas Práticas para Consumidores Responsáveis

5.1 Higiene Pessoal:

Os consumidores desempenham um papel crucial na manutenção da segurança alimentar. Lave bem as mãos antes de consumir os alimentos, especialmente ao sair de ambientes externos.

5.2 Armazenamento Doméstico:

Ao levar alimentos para casa, armazene-os adequadamente em condições apropriadas de temperatura e evite a mistura de alimentos crus com prontos para o consumo.

5.3 Informações sobre Alergias e Restrições Alimentares:

Comunique claramente sobre alergias e restrições alimentares ao fazer pedidos ou participar de refeições coletivas. Isso auxilia na prevenção de possíveis reações adversas.

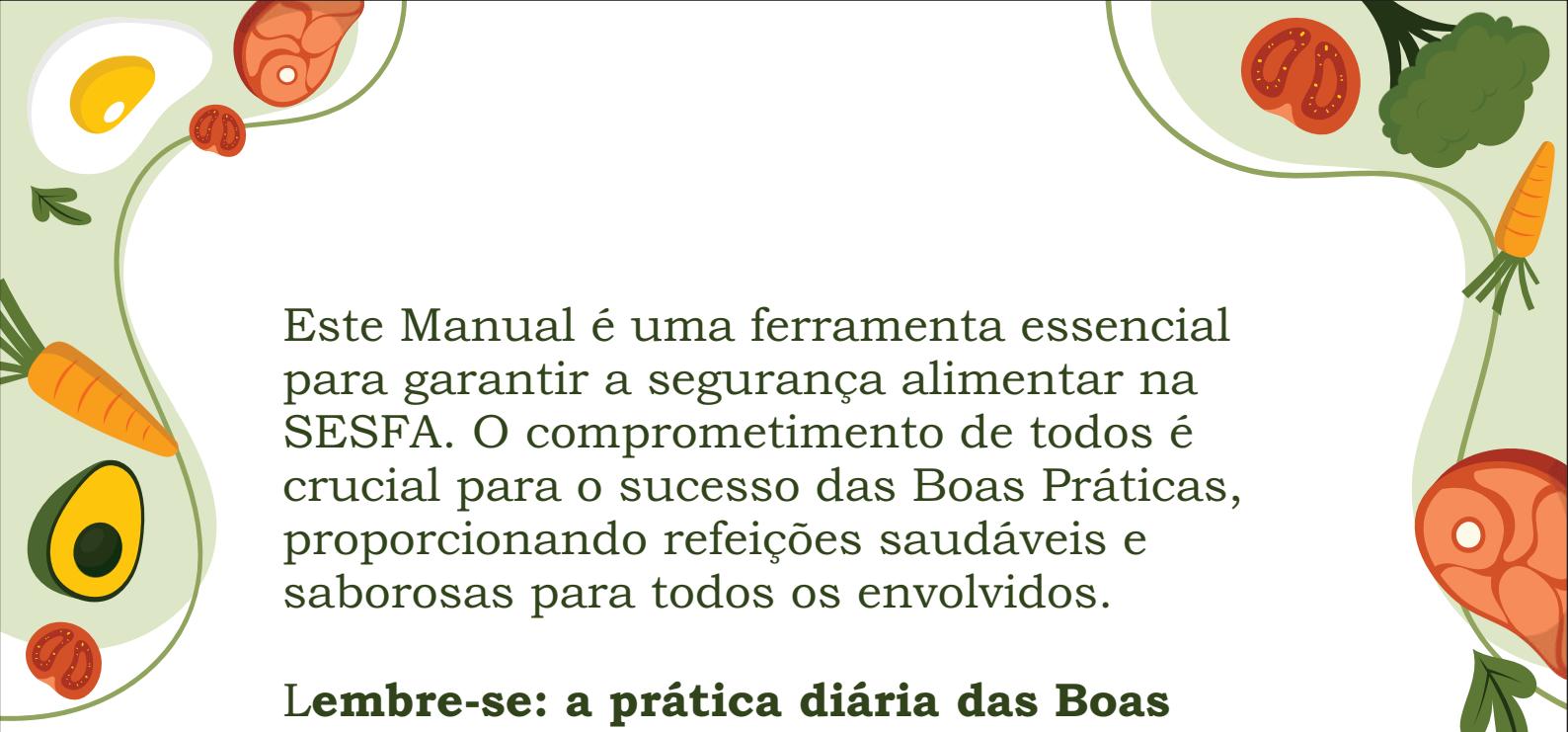
5.4 Consciência do Desperdício:

Evite o desperdício praticando porções conscientes. Seja ativo na redução do desperdício alimentar, levando para casa eventuais sobras para consumo posterior.

5.5 Feedback Construtivo:

Forneça feedback construtivo sobre as refeições. Comunique à equipe sobre qualquer preocupação com a qualidade, sabor ou segurança dos alimentos, promovendo uma melhoria contínua.





Este Manual é uma ferramenta essencial para garantir a segurança alimentar na SESFA. O comprometimento de todos é crucial para o sucesso das Boas Práticas, proporcionando refeições saudáveis e saborosas para todos os envolvidos.

**Lembre-se: a prática diária das Boas Práticas na cozinha é o ingrediente secreto para o sucesso de nossa missão.
Bom apetite!**





SOCIEDADE DE EDUCAÇÃO E SAÚDE À FAMÍLIA;
PRESIDENTE: CÍCERA CLEIDIANE SIMIÃO;
GESTORA: REGINA MARTA ROCHA BRASIL;
REDAÇÃO: CONSTRUÇÃO COLETIVA DOS COLABORADORES DA SESFA;
PROJETO GRÁFICO: FERNANDA GUEDES | AG. JANELA AMARELA.
EXPEDIENTE
CNPJ: 06.743.116.0001-05
RUA ALFREDO CORRÊA, 172, CIROLÂNDIA - BARBALHA/CE
FONE: (88) 3532-1800