



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul  
Pró-reitoria de Ensino

### **Composição dos Kits da Chamada Pública 24/2020**

**Arroz branco 5kg**, polido tipo 1, preferencialmente orgânico.

**Feijão - 3 Kg** de feijão (preto ou vermelho ou carioca), priorizando os alimentos orgânicos/livre de agrotóxicos e de matriz agroecológica.

**1 proteína de origem animal-** 1 dúzia de ovos ou 2 litros de leite ou 400 gr de leite em pó.

**Farinha de milho - 1 kg de farinha de milho ou farinha de mandioca ou alimentos que contenham PANC** (conforme abaixo citado em substituição a PANC in natura) - de preferência orgânica.

E ainda, o Kit deverá vir composto por exemplares dos alimentos abaixo classificados segundo os grupos alimentares. Lembrando que quanto mais diversificado o Kit melhor, variando vitaminas e minerais:

**Vegetal tipo C** - 1 kg de aipim ou Batata doce ( ou conforme lista de vegetais tipo C abaixo citados) ou ½ kg de cada ou mais diversificado possível dentro de 1kg ( podendo ser a batata e o aipim substituídos ou acompanhados de outros alimentos de mesmo grupo conforme lista de vegetais tipo C abaixo citados).

**Vegetal tipo B** - 1 unidade de moranga cabotiá pequena ou ½ unidade, 1/2 kg de cenoura e ½ de beterraba (podem variar os vegetais conforme lista de vegetais tipo B abaixo citados . em caso de escassez ou falta de vegetais tipo B, o KIT poderá ser composto por apenas um tipo na quantidade de 1 Kg de vegetal tipo B.

**Vegetal tipo A** - molho ou 1 unidade (conforme unidade de comercialização).

**Frutas** - 1 kg ou unidade de comercialização, dar preferência às frutas cítricas (sazonalidade). Podendo ser disponibilizado mais de uma unidade (limão mais bergamota , laranja, maçã, banana, mamão ) .

Poderá conter um ou mais exemplares de Plantas Alimentícias Não Convencionais (PANC) ou alimentos que os contenham, tais como biscoitos, pães , massas.

As farinhas podem ser substituídas por alimentos que contenham PANC, tais como massas, biscoitos, pães (com prazo de validade de no mínimo 5 dias após a entrega dos produto)



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul  
Pró-reitoria de Ensino

Disponibilizar receitas de como preparar as PANC disponibilizadas nos KITS.

### **Classificação dos alimentos:**

**Vegetais Grupo A:** Abobrinha, Acelga, Agrião, Alface, Berinjela, Brócolis, Chicória, Couve, Couve flor, Espinafre, Mostarda, Ora-pro-nobis, Rabanete, Repolho, Rúcula, Serralha, Pimentão, Pepino, Tomate, cebola, alho.

**Vegetais Grupo B:** Abóbora, moranga, Beterraba, Cenoura, Chuchu, Vagem .

**Vegetais Grupo C:** Batata Baroa, Batata inglesa, Batata doce, Inhame, Mandioca.

**Frutas** Abacaxi, Carambola, Goiaba, Laranja, Lima, Melão, Morango, Pêssego, Tangerina, Ameixa, Amora, Banana d'água, Banana Maçã, Banana Prata, Banana Caturra, Caqui, Figo, Fruta do Conde, Jaca, Jambo, Maçã, Mamão, Manga, Pêra, Maracujá, Pitanga.

**Plantas Alimentícias Não Convencionais – Optativas dentro dos KITS , mas não menos importante devido a disponibilidade maior de nutrientes.**

São muitas as variedades encontradas , citaremos alguns exemplos ,mas pedimos que utilizem as que forem mais incidente em sua região. e por vezes, diminuindo ações de combate às plantas consideradas “daninhas” a plantação convencional (são fontes de vitaminas e minerais).

Beldroega, maria gorda, maxixe , cará moela, cará, taioba, ora- pro- nobis, língua de vaca, flores comestíveis , bertalha, serralha, taioba, maxixe, pulmonaria ou peixinho de jardim , lambari de jardim etc.

Podem também disponibilizar flores comestíveis da época ( dalias, rosas, begônias, camélias, chaguinhas ).

### **Observações :**

A sazonalidade deverá ser respeitada para preservarmos o valor nutricional dos alimentos (maior quantidade de vitaminas e minerais), menor quantidade de herbicidas e menor impacto ambiental. Assim, os alimentos da estação são as mais indicadas para comporem o Kit PNAE.



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
Secretaria de Educação Profissional e Tecnológica  
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul  
Pró-reitoria de Ensino

Preferencialmente alimentos livres de agrotóxicos e de matriz agroecológica em todos os itens ou no mínimo 30% do Kit. Deverão ser apresentados o certificado de orgânico ou de estágio de transição de produção convencionais para orgânicos expedido por órgão competente e reconhecidamente habilitado para tal fim.

Os alimentos que compõe o Kit, devem ser o mais diversificado possível, contemplando o maior número de famílias da agricultura familiar beneficiadas e maior variedade de vitaminas e minerais.

Existindo diferenças de valores entre as possibilidades de proteínas, mas que devem ser compensadas nos valores dos vegetais, dando margem de valores para os possíveis custos com fretes e deslocamentos.

Por fim, os kits de uma mesma cooperativa ou produtor rural independente poderá ser diferente em um mesmo lote, desde de que sejam respeitadas as composições mínimas em que conste minimamente arroz, feijão , farinha, proteína, vegetal A + B+ C. Também que respeitem o mínimo de 30% de alimentos agroecológicos ( o que desejamos que sejam 100%).