CADERNO DE ENCARGOS
Ajuste Direto n.º 001/GR/2013

SERVIÇO DE REFEIÇÕES À ESCOLA TECNOLÓGICA E PROFISSIONAL DA SERTÃ

LISTA DE ALIMENTOS AUTORIZADOS

1 - CARNE DE VACA

Proveniente de rês bovina adulta aprovada para consumo público, em conformidade com o regulamento da Inspeção Sanitária dos animais de talho, das respetivas carnes e subprodutos, devidamente rotulada, em conformidade com a legislação em vigor, com identificação do animal, país de origem, de abate e de desmancha, apresentada em meia carcaça, quartos ou peças de talho, refrigerada ou congelada, limpa (sem gorduras e aponevroses).

1.1 - **Peça de talho para bifes** — carne de 1ª categoria, sem osso

- Vazia sem abas
- Alcatra (exceto ponta da alcatra)
- Pojadouro
- Rabadilha
- Acém redondo — sem cobertura

1.2 - **Peça de talho para assar/estufar** — carne de 2ª categoria, sem osso

- Chã de fora
- Pá
- Acém comprido
- Alcatra

1.3 - Peça de talho para guisar — carne de 2ª categoria, sem osso

- Chambão da perna
- Chambão da pá
- Chã de fora
- Acém comprido
- Pá
- Aba descarregada
- Cachaço

1.4 - **Peça de talho para cozer** — carne de 2ª categoria, sem osso

- Chambão da perna
- Chambão da pá
- Chã de fora
- Acém comprido
- Peito
- Cachaço
- Pá

1.5 - **Carne picada**

1.5.1. Os hambúrgueres e almôndegas a servir devem apresentar-se sob a forma de produto transformado ultracongelado e com os seguintes ingredientes:

- Hambúrgueres:

- Carne de bovino picada (70%)
- Proteínas vegetais hidratadas (25%)
- Fibras vegetais
- Pão ralado
- Sal
- Especiarias
- Aromatizante
- Taxa de gordura inferior a 15%.
- Percentagem de colagéneo nas proteínas de carne inferior a 22%.

- Almôndegas:

- Carne de bovino picada (60%)
- Proteínas vegetais hidratadas (23%)
- Ovo
- Tomate
- Aipo
- Cebolas
- Pão ralado
- Sal
- Condimento
- Plantas aromáticas
- Taxa de gordura inferior a 15%.
- Percentagem de colagéneo nas proteínas de carne inferior a 25%.

1.5.2. Os pratos a seguir indicados devem ser de fabrico industrial, ultracongelados, respeitando a legislação em vigor:

- Almofadinhas
- Croquetes
- Lasanha
- Canelones
- Ravioli
- Rissóis de carne

1.6 - **No caso de empadão, bolonhesa, chili e rolo de carne:**

1.6.1. A carne a utilizar poderá ser picada no refeitório, tendo obrigatoriamente de nele ser consumida, desde que se verifiquem as seguintes condições:

a) A existência de equipamento apropriado e exclusivo para picar carne, em perfeito estado de higienização e conservação, não sendo permitida, em caso algum, a utilização da descascadora de batatas, mesmo que possua os acessórios destinados para aquele fim, para evitar contaminações cruzadas.
b) A zona de preparação da carne picada tem de ser distinta das zonas de preparação de legumes e de peixe. Não é permitida a preparação da carne picada em simultâneo com outro tipo de carne, na mesma zona.
c) A peça de carne que será utilizada para picar, deverá obedecer aos parâmetros apresentados no número 1.1 - peças de talho para bifes e possuir as seguintes características:

- Isenção de gorduras;
- Isenção de aponevroses;
- Isenção de sinais de oxidação

1.6.2. No caso de não existirem as condições mencionadas nas alíneas a) e b) do número 1.6.1, a carne picada a utilizar terá de ser proveniente de um fornecedor licenciado e possuir as características de um produto pré-embalado, respeitando sempre os parâmetros indicados na alínea c) do número 1.6.1.

2 - CARNE DE PORCO

2.1 - Pernas ou pás

Limpas, refrigeradas ou congeladas provenientes de reses abatidas para consumo público, de acordo com o regulamento da inspeção sanitária dos animais de talho e respectivas carnes, subprodutos e despojos.

2.2 - Bife de porco

Refrigerado ou congelado, proveniente de perna limpa.

2.3 - Assar

- Perna limpa
- Pá limpa

2.4 - Costeletas

Deverão obedecer às seguintes características:

- Serem provenientes de porcos abatidos nos termos da legislação em vigor;
- Serem selecionadas do cachaço, lombo e perna em percentagem equitativa;
- Terem corte por processo estandardizado, ou manual correto, desde que tenham a parte óssea com os músculos correspondentes.

3 - CARNE DE CARNEIRO E/OU BORREGO

Só pernas e pás limpas provenientes de ovinos adultos (nunca caprinos).

4 - CARNE DE COELHO

Carcaças provenientes de matadouros oficialmente aprovados. Devem revelar sinais evidentes de uma perfeita e boa preparação. Em estado refrigerado ou congelado. Cada carcaça deverá ter uma etiqueta com a identificação do produto, nome da firma fornecedora, número do centro de abate, data da preparação e aprovação sanitária.

5 - CARNE DE PERU

5.1 - Peru inteiro

Deverá revelar sinais evidentes de uma sangria perfeita e boa preparação, isento de penas, penugens ou canudos e desprovido de cabeça, pescoço, vísceras e segmentos abaixo da linha tíbio-metatársica. A cloaca e a porção terminal do intestino não devem fazer parte da carcaça. O peso médio das carcaças limpas deve oscilar entre 5 e 8 Kg.

5.2 - Coxas de peru

Correspondem aos músculos da coxa e respetivo suporte ósseo, seccionados superiormente ao nível da articulação coxo-femural e inferiormente a 2 cm acima da articulação tíbio-társica. Apresentam-se no estado refrigerado ou congelado, devidamente rotulado.

5.3 - Bifes de peru
Obtidos exclusivamente por corte dos músculos peitorais, devendo assumir o aspecto laminado, sem fragmentos de ossos ou cartilagens. Apresentam-se no estado refrigerado ou congelado, devidamente rotulado.

5.4 - Espetadas de peru
Pedaços regulares de cerca de 3 a 4cm, perfurados por eixo metálico com características antioxidantes ou de madeira, sempre como tara perdida. Frescas, refrigeradas ou congeladas e devidamente rotuladas. Constituídas por 68% de carne de peru, isenta de gorduras e aponevroses, 20% de toucinho; 8% de pimento verde e 4% de cebola verde. Apresentação: unidades de **100g** no mínimo.

6 - PATO
Carcaças provenientes de aves abatidas, em boas condições de saúde em matadouros oficialmente aprovados. Devem revelar sinais evidentes de uma perfeita e boa preparação, isentas de penas, penugens ou canudos, desprovidas de cabeça, pescoço, vísceras e segmentos abaixo da linha tíbio-metatársica (patas). A cloaca e porção terminal do intestino não devem fazer parte da carcaça. Em estado refrigerado ou congelado. O peso médio unitário das carcaças limpas é de 3Kg. Cada carcaça deverá ter urna etiqueta com a identificação do produto, nome da firma fornecedora, número do centro de abate, data da preparação e aprovação sanitária.

7 - FRANGO
Carcaças provenientes de aves abatidas, em boas condições de saúde, em matadouros oficialmente aprovados. Devem revelar sinais evidentes de uma perfeita e boa preparação, isentas de penas, penugens ou canudos, desprovidas de cabeça, pescoço, vísceras e segmentos abaixo da linha tíbio-metatársica (patas). A cloaca e porção terminal do intestino não devem fazer parte da carcaça. Em estado refrigerado ou congelado; peso unitário médio é de 1 Kg. Cada carcaça deverá ter uma etiqueta com a identificação do produto, nome da firma fornecedora, número do centro de abate, data da preparação e aprovação sanitária.

8 - PRODUTOS DE SALSICHARIA
8.1 - Chouriço de carne
Constituído exclusivamente por carne e gordura de porco refrigerada, isento de fécula, em proporções de carne entre 80% para o tipo "extra" e 70% para o tipo "corrente", com margens de tolerância de 5%; gordura entre 20% para o tipo "extra" e 30% para o tipo "corrente", com margem de tolerância de 5%, devidamente fragmentadas e adicionadas de aditivos legalmente autorizados. Em forma de ferradura ou em "rosário", com sinais evidentes de cura perfeita, que nunca deverá ser inferior a 72 horas.

8.2 - Farinheira
Enchido corado pelo fumo, constituído por gorduras de porco frescas ou refrigeradas, picadas em proporção não inferior a 60% e por farinha de trigo de 1ª qualidade, adicionadas de certos condimentos e aditivos legalmente autorizados (sal, pimenta, colorau, vinho branco, etc.). Em forma de ferradura, de comprimento não superior a 35 cm.

8.3 - Paio
"Paio do lombo", constituído exclusivamente por carnes provenientes de lombo de porco, limpo de ponevroses e da maior parte de gordura que lhe é aderente, adicionado de certos condimentos e aditivos legais.

8.4 - Presunto
"Presunto limpo", desossado e sem courato.

8.5 - Mortadela
Percentagem de gordura máxima visível macroscopicamente de 30%. Constituída por carne de vaca (não deve exceder 50% da massa total) e de porco na proporção de 75% da massa.

8.6 - Fiambre
Da perna ou da pá, desentalado, envolvido em película plástica impermeável à água e ao vapor de água, aderindo totalmente ao fiambre ou "ensacado" em embalagens de matéria inócua aprovada legalmente e fechadas com prévia extração do ar, com peso de 3,5 a 5,5 Kg e isento de fécula.

8.7 - Salsichas
Devem ser de tipo "Frankfurt" e obedecer às características oficialmente normalizadas.

8.8 - Todos estes produtos deverão possuir rótulos com as seguintes indicações:

a) Designação do produto;
b) Ingredientes;
c) Tipo;
d) Nome do fabricante;
e) Localidade e origem do fabricante;
f) Data de fabrico / lote;
g) Modo de conservação;
h) Durabilidade mínima.

9 - OVOS

a) **Ovo pasteurizado** (aplicação geral) – ovo inteiro, gema e clara.
Os ovos pasteurizados devem estar armazenados à temperatura indicada pelo fabricante. Não podem permanecer nas caixas de transporte, devendo ficar bem visível o seu prazo de validade.

b) **Ovo em natureza só cozido**.
Ovos de galinha de categoria A e classe igual ou superior a **4** (NP 175/1986). Podem ser de uma ou mais marcas distintas, indicando:

- Categoria;
- Classe;
- O número correspondente à semana de inspeção e classificação;
- O número do centro de inspeção e classificação;
- O nome, a firma ou a denominação social e domicílio do centro de inspeção e classificação;
- A marca da empresa ou marca comercial.

As embalagens grandes (mais de 30 ovos), mesmo que contenham ovos acondicionados em embalagens pequenas, devem ter um rótulo que não seja inutilizado no ato de abertura da embalagem, contendo as indicações citadas anteriormente, em letras perfeitamente legíveis e visíveis.
Os ovos devem ser armazenados, dentro das suas caixas de transporte, em local bem ventilado, nunca perto de produtos que lhes possam transmitir cheiros, como, por exemplo, o bacalhau seco, fruta, etc.

10 - PESCADO

10.1 - Tipos de apresentação:

c) Inteiro eviscerado, com ou sem cabeça.
d) Em postas – quando seccionado em postas mais ou menos perpendiculares à coluna vertebral: as postas podem ser abertas ou fechadas, consoante a região anatómica de onde provêm.
e) Em filetes – quando o pescado é submetido à filetagem.

10.2 - Conservação:

a) Refrigerado;
b) Congelado – quando submetido à temperatura da ordem dos -35° C, de modo a que no interior das massas musculares a temperatura seja igual ou inferior a -18°C; a percentagem de vidrado para os filetes não pode ultrapassar os 30% e a do peixe inteiro ou em postas 10%.

10.3 - Espécie de pescado e fins culinários:

a) Cozer: Pescada (de n.° 3 a n.° 5); pargo legítimo, mero, corvina, cherne, polvo, maruca, abrótea, bacalhau e lulas;
b) Assar: Pargo legítimo e mulato, carapau, corvina, cherne, mero e peixe vermelho;
c) Grelhar: Solha, pregado, peixe-espada branco, carapau, besugo, dourada, lulas, chocos e bacalhau.
d) Fritar: Solha, pregado, peixe-espada branco, carapau, pescada n.° 3, pescadinhas, filetes de pescada, de corvina, de pampo e de rabeta.
e) Caldeirada: mistura de várias espécies, fragmentadas em pedaços, com um mínimo de 5 variedades.

11- BACALHAU SECO

Do tipo crescido.

12 - PASTÉIS DE BACALHAU

Devem ser de fabrico industrial, ultracongelados, respeitando a legislação em vigor.

13 - ATUM

Atum em pedaços, em azeite ou óleo vegetal, em latas individuais ou de 2 quilos, de utilização imediata, sendo proibido armazenar qualquer lata depois de aberta.

14 - ARROZ

a) Do tipo agulha.
b) De tipo carolino - apenas para a confeção de arroz doce.

15 - MASSAS ALIMENTÍCIAS

a) Cotovelos de primeira qualidade
b) Esparguete de 1ª qualidade
c) Massinhas

16 - LEGUMINOSAS SECAS

De boa qualidade.

16.1 - Feijão

a) Feijão branco
b) Feijão catarino
c) Feijão-frade

d) Feijão encarnado

16.2 – Grão

16.3 - Favas (frescas ou congeladas)

16.4 – Lentilhas

16.5 - Ervilhas (descascadas, frescas ou congeladas)

17 - FARINHA DE TRIGO
De 1ª qualidade, em embalagens não superiores a um quilo.

18 - BATATA
Os tubérculos tipo redondos não devem ter diâmetro inferior a 40 mm; os de tipo alongado não devem ter o diâmetro inferior a 35 mm.

19 - BATATA DESIDRATADA
Em embalagens individuais não superiores a dois quilos.

20 - LEGUMES E HORTALIÇAS
Frescos, congelados ou desidratados.

21 - SALADAS
No caso de saladas cruas é obrigatória a utilização de processos de desinfeção adequados.

22 - PRODUTOS DESIDRATADOS E LIOFILIZADOS
Depois de aberta a embalagem, não é permitida a armazenagem destes produtos.

23 - AZEITE FINO/MARGARINA/BANHA
Azeite de acidez expressa em ácido oleico não superior a I grau.
Banha pré-embalada, devidamente rotulada.

24 - ÓLEO VEGETAL REFINADO
Óleo de amendoim, refinado, de qualidade.
O número de utilizações do óleo de fritar deve ser controlado através de testes rápidos indicadores da qualidade do mesmo.
Devem ser efetuados registos dos resultados obtidos e proceder, se necessário, à substituição do óleo.

25 - SAL
Higienizado, em sacos de plástico de 1Kg.

26 - TOMATE PELADO
Em latas de 1Kg ou superior, de utilização imediata, sendo proibida a armazenagem depois de abertas.

27 - LEITE
Ultrapasteurizado, gordo e meio gordo, em embalagens de litro.

28 - GELADO A BASE DE LEITE
Constituído por leite pasteurizado ou ultra pasteurizado, em quantidade não inferior a 150ml, por dose.

29 - IOGURTE

Iogurte de aromas, peso líquido não inferior a 125gr.
Valor nutritivo médio por 100gr:
Valor energético: 66Kcal (280Kj)
Proteínas: 3,6gr.
Hidratos de carbono: 9,6gr.
Gordura: 1,5gr.
Cálcio: 152mgr.

30 - PÃO DE MISTURA

O pão deve possuir a seguinte composição:

a) 15% de centeio;
b) 35% de farinha 65;
c) 35% de farinha 200;
d) água;
e) 0,4% de sal;
f) levedura

Sertã, 07 de agosto de 2013

A Gerência

Instituto Profissional da Sertã