



Instrutivo para utilização do
IQ COSAN para Pré-escola,
Ensino Fundamental,
Ensino Médio e Educação
de Jovens e Adultos





FUNDO NACIONAL DE DESENVOLVIMENTO DA EDUCAÇÃO

COORDENADORA-GERAL DO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – CGPAE

Karine Silva dos Santos

COORDENADORA DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL – COSAN

Solange Fernandes de Freitas Castro

ELABORAÇÃO

Renara Guedes Araújo

COLABORAÇÃO

Ana Flávia de Rezende Gomes

Gabriela Pires Trindade

Isabela Cristina de Castro Alves

Fernanda de Oliveira Henz

DIAGRAMAÇÃO

Ascom/FNDE

Brasília, DF.

2022



SUMÁRIO

Este documento é um PDF interativo, clique no **número da página** no sumário para ir direto ao do tema.

A qualquer momento, você poderá retornar ao sumário clicando no **ícone da casa** localizado no canto superior direito nas páginas.

5

**Componentes de
avaliação diária**

11

**Componentes de
avaliação semanal**

18

**Componentes de
diversidade do cardápio**

19

Como contar os alimentos?

21

**Exemplo de um cardápio para
avaliação do componente de
variedade do IQ Cosan**

22

**Pontuação e
Classificação Final**

24

Referências



IQ COSAN PARA ANÁLISE DE CARDÁPIOS PLANEJADOS PARA PRÉ-ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL, ENSINO MÉDIO E EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS

O IQ COSAN é uma ferramenta para verificar a qualidade dos cardápios planejados ou que estão em elaboração no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). A primeira versão, de 2018, foi elaborada pela Coordenação Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar (CGPAE) através da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (COSAN) em parceria com o Centro Colaborador em Alimentação Escolar da Universidade Federal de São Paulo (CECANE UNIFESP).

Em 2021, em virtude da publicação das Resoluções CD/FNDE nº 06/2020 e nº 20/2020, a ferramenta foi adaptada pela COSAN e separada em duas versões: IQ COSAN para creches e IQ COSAN para as demais etapas/modalidades de ensino: Pré-escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Educação de Jovens e Adultos (EJA), também em parceria com o Cecane Unifesp.

Neste instrutivo, você encontrará as orientações de como utilizar o IQ COSAN para os **cardápios planejados para atender aos estudantes da Pré-escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA**. Da mesma forma que a versão de 2018, esta ferramenta é uma planilha de Excel que, por meio da concessão de pontos, analisa a qualidade global dos cardápios da alimentação escolar. Funciona em todos os computadores, no entanto, a depender da versão utilizada do Pacote Office, algumas funcionalidades podem não aparecer. Recomenda-se, assim, a utilização do Pacote Office 2013.

O IQ COSAN avalia a qualidade do cardápio ao longo do mês, por meio do cálculo da média de cada semana analisada (uma, duas, três, quatro e cinco semanas). Por isso, ele é dividido em cinco matrizes que correspondem às semanas. Porém, para a ferramenta analisar um mês de cardápio, é necessário que haja ao menos duas semanas. Caso algum mês do ano seja composto de apenas uma semana de aula, esse mês não deverá ser analisado na ferramenta.

Para que os cardápios sejam calculados e classificados por meio do IQ COSAN, devem conter os cinco dias da semana. Semanas com menos dias, por motivos de feriados ou férias escolares, por exemplo, deverão ser desconsiderados para análise.



Semana 1

Semana 2

Semana 3

Semana 4

Semana 5



Repare que a planilha acima está minimizada na tela, apenas para efeito de demonstração das 5 semanas.

Parâmetros do IQ COSAN para pré-escola, Ensino Fundamental, Ensino Médio e EJA:

1) Componentes de Avaliação Diária

Observe a coluna **Ref** (referência) destacada em amarelo. Ela é uma coluna fixa que não pode ser alterada e serve para que o avaliador saiba os valores de pontuação que serão concedidos a cada componente.

A coluna **Result** (resultados) e a coluna **Freq** (frequência), assim como a Ref, são fixas e, **também, não podem ser alteradas**. A primeira calcula a pontuação do cardápio e a segunda a quantidade de dias na semana que cada grupo ou tipo de alimento é oferecido na alimentação escolar. Já o campo de Observações é uma coluna de preenchimento opcional. É um espaço para que o avaliador faça anotações de aspectos que considere pertinentes para a análise.





	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K
1	Índice de Qualidade de Cardápios COSAN - PRÉ-ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL, ENSINO MÉDIO, EJA										
2	COMPONENTES SEMANA 1										Observações
3											
4	COMPONENTES DE AVALIAÇÃO DIÁRIA		Ref	Seg	Ter	Qua	Quin	Sex	Result	Freq	
5	Alimentos in natura ou minimamente processados	Presença de frutas <i>in natura</i>	1	1	1	1	1	1	5	5	
6		Presença de alimentos do grupo de leite e derivados	1	1	1	1	1	1	5	5	
7		Presença de alimentos do grupo dos legumes e verduras	1	1	1	1	1	1	5	5	
8		Presença de alimentos do grupo de cereais, raízes e tubérculos	1	1	1	1	1	1	5	5	
9		Presença de alimentos grupos dos feijões	1	1	1	1	1	1	5	5	
10		Presença de alimentos do grupo de carnes e ovos	1	1	1	1	1	1	5	5	
11	Alimentos ultraprocessados, proibidos e doces	Ausência de alimentos ultraprocessados	1	1	1	1	1	1	5	0	
12		Ausência de alimentos proibidos	1	1	1	1	1	1	5	0	
13		Ausência de alimentos doces	1	1	1	1	1	1	5	0	
14	PONTUAÇÃO								45		

Os alimentos *in natura* e minimamente processados (em verde) deverão receber a pontuação “1” caso estejam **presentes** no cardápio e a “0” se estiverem ausentes.

Os grupos incluídos na categoria de “Alimentos *in natura* e minimamente processados” foram classificados da seguinte forma:

- Grupo das frutas *in natura*: entrarão apenas as frutas em sua forma natural e integral. Alguns exemplos: abacate, abacaxi, abiu, açaí, acerola, ameixa, amora, araçá, banana, cajá, caju, caqui, carambola, cereja, cupuaçu, figo, goiaba, graviola, jabuticaba, jaca, jenipapo, laranja, tangerina (também conhecida como bergamota ou mexerica), lima, maçã, mangaba, mamão, maracujá, melancia, melão, morango, pequi, pêra, pêssego, pitanga, pomelo, romã, umbu, uva. Quando as frutas são batidas ou espremidas, como no caso dos sucos, vitaminas e outras preparações, elas **não devem ser consideradas como parte deste grupo**.
- Grupo de leite e derivados, são considerados todos os leites de origem animal e derivados, como coalhadas, iogurtes, cremes e demais preparações nas quais o leite é o ingrediente principal, alguns exemplos são: vitaminas com leite ou leite com outro ingrediente em sua composição. Mas atenção, os compostos industrializados conhecidos como líquidos lácteos com aditivos ou adoçados (bebida láctea, composto lácteo, iogurte com sabor, achocolatado líquido e similares) e demais preparações prontas para o consumo **são restritos** e não fazem parte deste grupo, sendo assim, não haverá pontuação.





- Grupo dos legumes e verduras: são incluídos todos os legumes e verduras crus ou refogados, em saladas ou preparações quentes, em sopas, recheados ou em formas de purês. Entre as verduras podemos citar: acelga, agrião, alface, almeirão, beldroega, brócolis, catalonha, cebola, chicória, couve, couve-flor, espinafre, jambu, major-gomes, mostarda, ora-pro-nóbis, repolho, taioba. Alguns exemplos de legumes: abóbora (ou jerimum), abobrinha, berinjela, beterraba, cenoura, chuchu, gueroa, ervilha torta, jiló, jurubeba, maxixe, pepino, pimentão, quiabo, tomate e vagem. Mas lembrem-se, os vegetais em conserva ou enlatados **não** entram neste grupo.

- Grupo de cereais, raízes e tubérculos: arroz, arroz integral, aveia, centeio, milho, trigo, trigoilho (trigo para quibe), e os diferentes tipos de farinha: fubá, flocão, amido de milho, farinha de trigo, entre outros. As massas, tanto frescas como secas, refinadas ou integrais, são feitas de cereais. As batatas — baroa (também chamada de mandioquinha, batata-salsa ou cenourinha-amarela), doce e inglesa, entre outras; cará; inhame e mandioca — conhecida também como aipim ou macaxeira. Também fazem parte deste grupo a farinha de mandioca, a fécula de batata, o polvilho e outras farinhas feitas de raízes e tubérculos.

- Já no grupo dos feijões, estão as variações das leguminosas. E composto por todos os tipos de feijão (branco, carioca, feijão-de-corda, feijão-fava, fradinho, jalo roxo, mulatinho, preto, rajado, roxinho, vermelho) e também ervilha, grão de bico, soja e lentilha.

- Grupo das carnes e ovos. Neste grupo incluem-se as carnes bovina, de suíno (porco), cabrito, cordeiro, búfalo, aves, coelho, pescados, frutos do mar, ovos de galinha e de outras aves. Também inclui vísceras ou miúdos de animais (fígado bovino e de aves, estômago ou bucho, tripa, moela de frango) e outras partes internas de animais. As carnes de soja e produtos cárneos ultraprocessados, como mortadela, salsicha, almôndega, apresuntados, hambúrguer (com exceção do caseiro), presunto, patê, bacon, salame, linguiça, produtos cárneos salgados, empanados e carne bovina curada dessecada **não entram neste grupo**.

Já os alimentos ultraprocessados, proibidos e doces deverão receber a pontuação na coluna Result “1” se estiverem **ausentes** e “0” se estiverem presentes.

Destaca-se que, conforme estabelecido na Nota Técnica nº 1879810/2020/COSAN/CGPAE/DI-RAE, “considera-se “doce” para o PNAE todo alimento ou preparação adicionado de açúcar em sua composição.” No entanto, para as etapas de ensino acima de 3 anos, se o açúcar for utilizado apenas para a fermentação de um pão ou adicionado a um molho de tomate para equilibrar a acidez, por exemplo, esses alimentos não devem ser classificados como doce.





1												
2		Índice de Qualidade de Cardápios COSAN - PRÉ-ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL, ENSINO MÉDIO, EJA										
3		COMPONENTES SEMANA 1									Observações	
4		COMPONENTES DE AVALIAÇÃO DIÁRIA	Ref	Seg	Ter	Qua	Quin	Sex	Result	Freq		
5		Presença de frutas <i>in natura</i>	1	1	1	1	1	1	5	5		
6	Alimentos <i>in natura</i> ou minimamente processados	Presença de alimentos do grupo de leite e derivados	1	1	1	1	1	1	5	5		
7		Presença de alimentos do grupo dos legumes e verduras	1	1	1	1	1	1	5	5		
8		Presença de alimentos do grupo de cereais, raízes e tubérculos	1	1	1	1	1	1	5	5		
9		Presença de alimentos grupos dos feijões	1	1	1	1	1	1	5	5		
10		Presença de alimentos do grupo de carnes e ovos	1	1	1	1	1	1	5	5		
11	Alimentos ultraprocessados, proibidos e doces	Ausência de alimentos ultraprocessados	1	1	1	1	1	1	5	0		
12		Ausência de alimentos proibidos	1	1	1	1	1	1	5	0		
13		Ausência de alimentos doces	1	1	1	1	1	1	5	0		
14	PONTUAÇÃO								45			



Apesar dos alimentos ultraprocessados não serem proibidos para as etapas de ensino analisadas nesta ferramenta, é importante ressaltar que a recomendação para a alimentação da população brasileira é que ela seja baseada em alimentos *in natura* e minimamente processados, com limitação dos alimentos processados, evitando-se os ultraprocessados. (Brasil, 2014).

“Alimentos ultraprocessados são formulações industriais feitas inteiramente ou majoritariamente de substâncias extraídas de alimentos (óleos, gorduras, açúcar, amido, proteínas), derivadas de constituintes de alimentos (gorduras hidrogenadas, amido modificado) ou sintetizadas em laboratório com base em matérias orgânicas como petróleo e carvão (corantes, aromatizantes, realçadores de sabor e vários tipos de aditivos usados para dotar os produtos de propriedades sensoriais atraentes). Técnicas de manufatura incluem extrusão, moldagem, e pré-processamento por fritura ou cozimento”. (Brasil, 2014)

Para saber a definição da classificação dos alimentos: ingredientes culinários, alimentos *in natura* ou minimamente processados, processados e ultraprocessados, você pode acessar a aba existente na parte inferior da planilha do excel “Conceitos da classif.alim”.

Você também tem a opção de ver exemplos desses alimentos conforme a classificação na aba “exemplos de alimentos”, além de verificar quais são os alimentos proibidos e as exceções conforme a Resolução CD/FNDE nº 06/2020.

ATENÇÃO! A leitura do rótulo do alimento, em especial da lista de ingredientes, é fundamental para classificar um alimento.





58	CLASSIFICAÇÃO FINAL - QUALIDADE DO CARDÁPIO	
59	Inadequado	0-45,9
60	Precisa de melhoras	46-75,9
61	Adequado	76-95
62		
63		
64		
65		
IQ COSAN		
Conceitos da class.alim Exemplos de alimentos Regionais Sociobiodiversidade Fontes de Ferro heme e vit A		

P4				
	A	B	C	D
1	INGREDIENTES CULINÁRIOS	ALIMENTOS IN NATURA E MINIMAMENTE PROCESSADOS	ALIMENTOS PROCESSADOS	ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS
2	São produtos extraídos de alimentos in natura por processos como moagem, extração e refino e utilizados para temperar e cozinhar alimentos e elaborar preparações culinárias. Exemplos: sal de cozinha refinado ou grosso; açúcar de mesa, mel e rapadura; óleos pasteurizados, remoção de partes não comestíveis e refrigeração (por exemplo: grãos secos e polidos, farinhas, leite pasteurizado, iogurte, oleaginosas, café, carnes resfriadas ou congeladas).	Os alimentos in natura são obtidos diretamente de plantas ou animais e adquiridos sem que sofram qualquer alteração (por exemplo: frutas, legumes, ovos, carnes). Os alimentos minimamente processados são alimentos in natura que antes de serem adquiridos sofreram mínimas alterações como limpeza, fermentação, sal; carnes salgadas, secas e defumadas; peixe conservado em óleo ou água e sal; frutas em calda ou cristalizadas; queijos; pães feitos com farinha, levedura, água e sal.	São produtos fabricados a partir de alimentos in natura ou minimamente processados com adição de ingredientes culinários. Exemplos: conservas de legumes, de cereais de leguminosas; extrato ou concentrado de tomate com óleo ou água e sal; carnes salgadas, secas e defumadas; peixe conservado em óleo ou água e sal; frutas em calda ou cristalizadas; queijos; pães feitos com farinha, levedura, água e sal.	São aqueles produzidos em fábricas, com uma série de processos e substâncias químicas exclusivamente industriais, contendo pouco ou nenhum alimento inteiro (sem a matriz alimentar). Alimentos ultraprocessados são ricos em açúcar, gordura, sódio ou presença de edulcorantes. São exclusivos dos ultraprocessados a presença de substâncias alimentares de nenhum ou raro uso culinário (açúcar invertido, frutose, xarope de milho, glúten, fibra solúvel ou insolúvel, maltodextrina, proteína isolada de soja, óleo interesterificado) e ou de aditivos cosméticos alimentares (corantes, aromatizantes, realçadores de sabor, emulsificantes, espessantes, adoçantes). Para saber se o aditivo possui função cosmética, sugerimos consultar o site do Codex Alimentarius: Food and Agriculture Organization & World Health Organization (2017) International Food Standards. Codex Alimentarius. Class and Names and the International Numbering System for Food Additives. Adopted 1989. Revision 2008. Amendment: FAO/WHO. http://www.fao.org/tempref/codex/Meeting/SCFAC/ccfac31/INS_e.pdf Food and Agriculture Organization & World Health Organization (n.d.) FAO/WHO Food Standards. Codex Alimentarius. GSFA online. http://www.fao.org/gsfonline/%20additives/res ults.html Exemplos: biscoitos doces e salgados; sorvetes, balas,
3				
4				
5				
IQ COSAN				
Conceitos da class.alim Exemplos de alimentos Regionais Sociobiodiversidade Fontes de Ferro heme e vit A				

	A	B	C	D	E	F
1	Nessa lista constam alguns exemplos de alimentos, não se esgotando a possibilidade de gêneros alimentícios existentes para elaboração de cardápios. É fundamental que o nutricionista leia atentamente os rótulos dos produtos, em especial a lista de ingredientes, para classificar em qual categoria o alimento a ser adquirido para o PNAE se encaixa. Para a aquisição dos gêneros alimentícios para o PNAE, o nutricionista deve seguir as determinações da legislação vigente do FNDE.					
2	INGREDIENTES CULINÁRIOS	ALIMENTOS IN NATURA E MINIMAMENTE PROCESSADOS	ALIMENTOS PROCESSADOS	ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS	PROIBIDOS	EXCEÇÕES
3	Açúcar de mesa	Abacate	*Para os pães: se pão caseiro, feito com farinha, fermento, sal e açúcar e sem aditivos exclusivos de ultraprocessados, seria classificado como processado. As versões industrializadas geralmente são ultraprocessadas.	Acarajé preparado	Alimentos em pó ou para reconstituição	café em pó (NT/COSAN nº 2139545/2020)
4	Azeite de dendê	Abacaxi	Atum, conserva em óleo	Aditivo/Emulsificante/agentes oxidantes/reforçador/enzimas	Bala e similares	chocolate em pó 100% (NT/COSAN nº 2139545/2020)
5	Azeite de oliva extra virgem	Abacaxi desidratado	Azeitona preta, em conserva	Agnoline de frango pré pronto	Barra de cereais, diversos sabores	Dietas para nutrição enteral (NT/COSAN nº 1879810/2020)
6	Banha	Abacaxi, polpa, congelada	Azeitona verde, em conserva	Almôndega ao molho, em conserva	Barra de cereais, diversos sabores light	fórmulas infantis (NT/COSAN nº 1879810/2020)
7	Bicarbonato de sódio	Abadejo, filé, congelado	Bacalhau salgado	Almôndega ao molho, enlatada	Bebidas ou concentrados à base de xarope de gul	leite em pó (NT/COSAN nº 1879810/2020)
8	féculas	Abiu	Biscoito caseiro sem açúcar	Almôndega, diversos sabores, resfriada/congelada	Biscoito ou borracha recheada	ovo em pó (NT/COSAN nº 2139545/2020)
9	Manteiga com ou sem sal	Abóbora	Biscoito de polvilho (Peta)	Apresuntado	Biscoito salgado recheado, diversos sabores	
10	Manteiga de garrafa	Abóbora picada e/ou descascada	Biscoito de polvilho doce	Arroz a grega com peito de frango liofilizado, mistura em pó	Bolo com cobertura ou recheio	
11	Mel	Abóbora seca	Biscoito de polvilho doce com queijo	Arroz carreteiro, mistura em pó	Bolo com cobertura ou recheio	
12	Óleo composto, misturas variadas	Abobrinha	Broa de milho	Arroz com charque e mandioca, mistura em pó	Bombom	
13	Óleo de algodão	Açafrão	Carne bovina, charque	Arroz com feijão e charque, mistura em pó	Cereais com aditivo ou adoçado	
14	Óleo de arroz	Açaí, polpa	Carne bovina, seca	Arroz com legumes, mistura pré-cozida, preparado	Chás prontos para consumo e outras bebidas similares	
15	Óleo de babaçu	Aceia	Carne de sol	Arroz/Risoto, diversos sabores, mistura em pó	Chocolate em barra e granulado	
16	Óleo de canola	Acerola	Carne seca/Charque/erkek beef	Bacon	Confeito	
17	Óleo de coco	Acerola, polpa, congelada	Legumes em latas	Batata desidratada em flocos	Emulsificante e Estabilizante neutro para sorvete	
18	Óleo de girassol	Agrião	Molho de tomate industrializado	Batata palha	Gelados comestíveis	
19	Óleo de milho	Água de coco	Pães caseiros*	Biscoito água e sal	Gelatina	
20	Óleo de pequi	Água mineral	Pamonha, pré-cozida	Biscoito amanteigado de coco	Gordura trans industrializada	
21	Óleo de soja	Aipo	Pão de ló	Biscoito amanteigado de leite	Maionese	
IQ COSAN						
Conceitos da class.alim Exemplos de alimentos Regionais Sociobiodiversidade Fontes de Ferro heme e vit A						

Alertas nos Componentes de avaliação diária



Na avaliação diária, os alertas sobre oferta inadequada de algum alimento aparecerão para os alimentos ultraprocessados, proibidos e alimentos doces. Quanto aos *in natura* ou minimamente processados optou-se que os alertas aparecessem apenas nos “componentes de avaliação semanal”, em virtude das regras estabelecidas nas resoluções vigentes.

Note que existem alertas diferentes para quando os alimentos ultraprocessados e doces conforme sua frequência na semana.

Legenda:

LEGENDAS	
Alertas	
Atenção para a oferta de alimentos doces	!
Alta oferta de alimentos doces	♦
Atenção para a oferta de alimentos ultraprocessados	!
Alta oferta de alimentos ultraprocessados	♦
Presença de alimentos proibidos	✗

Índice de Qualidade de Cardápios COSAN - PRÉ-ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL, ENSINO MÉDIO, EJA									
COMPONENTES SEMANA 1									Observações
COMPONENTES DE AVALIAÇÃO DIÁRIA		Ref	Seg	Ter	Qua	Quin	Sab	Result	Freq
Alimentos in natura ou minimamente processados	Presença de frutas <i>in natura</i>	1	1	1	1	1	1	5	5
	Presença de alimentos do grupo de leite e derivados	1	1	1	1	1	1	5	5
	Presença de alimentos do grupo dos legumes e verduras	1	1	1	1	1	1	5	5
	Presença de alimentos do grupo de cereais, raízes e tubérculos	1	1	1	1	1	1	5	5
	Presença de alimentos grupos dos feijões	1	1	1	1	1	1	5	5
	Presença de alimentos do grupo de carnes e ovos	1	1	1	1	1	1	5	5
Alimentos ultraprocessados, proibidos e doces	Ausência de alimentos ultraprocessados	1	1	1	1	1	1	!	4
	Ausência de alimentos proibidos	1	1	1	1	1	1	✗	4
	Ausência de alimentos doces	1	1	1	1	1	1	!	4
PONTUAÇÃO								42	

Índice de Qualidade de Cardápios COSAN - PRÉ-ESCOLA, ENSINO FUNDAMENTAL, ENSINO MÉDIO, EJA									
COMPONENTES SEMANA 1									Observações
COMPONENTES DE AVALIAÇÃO DIÁRIA		Ref	Seg	Ter	Qua	Quin	Sab	Result	Freq
Alimentos in natura ou minimamente processados	Presença de frutas <i>in natura</i>	1	1	1	1	1	1	5	5
	Presença de alimentos do grupo de leite e derivados	1	1	1	1	1	1	5	5
	Presença de alimentos do grupo dos legumes e verduras	1	1	1	1	1	1	5	5
	Presença de alimentos do grupo de cereais, raízes e tubérculos	1	1	1	1	1	1	5	5
	Presença de alimentos grupos dos feijões	1	1	1	1	1	1	5	5
	Presença de alimentos do grupo de carnes e ovos	1	1	1	1	1	1	5	5
Alimentos ultraprocessados, proibidos e doces	Ausência de alimentos ultraprocessados	1	1	1	1	1	1	♦	3
	Ausência de alimentos proibidos	1	1	1	1	1	1	✗	4
	Ausência de alimentos doces	1	1	1	1	1	1	♦	3
PONTUAÇÃO								40	

A coluna “**Ref**” é fixa e serve para que o avaliador saiba os valores de pontuação que serão concedidos a cada componente.

Para os itens “Frutas *in natura*” até “Alimentos Regionais”, o avaliador deverá pontuar a coluna Result como “5” quando o cardápio **cumprir** os critérios estabelecidos nas Resoluções CD/FNDE nº 06/2020 e nº 20/2020 (verificar a regra na coluna “período parcial” e da coluna “período integral”) e pontuar como “0” para quando **não cumprir**. Quando o cardápio for parcial, o avaliador deve olhar o critério que está na coluna “Período parcial” e quando for integral, olhar o critério da coluna “Período integral”.

Para os itens “Frutas *in natura*” até “Alimentos Regionais”, o avaliador deverá pontuar a coluna Result como “5” quando o cardápio **cumprir** os critérios estabelecidos nas Resoluções CD/FNDE nº 06/2020 e nº 20/2020 (verificar a regra na coluna “período parcial” e da coluna “período integral”) e pontuar como “0” para quando **não cumprir**. Quando o cardápio for parcial, o avaliador deve olhar o critério que está na coluna “Período parcial” e quando for integral, olhar o critério da coluna “Período integral”.

[illegible]



A	B	C
1 ALIMENTOS FONTES DE FERRO HEME	ALIMENTOS FONTES DE VITAMINA A	
2 Carnes de origem animal:	Encontrada em fontes de origem animal e vegetal, como frutas amarelo-alaranjadas, vegetais folhosos verdes, vegetais amarelos e algumas frutas oleaginosas	
3 Carnes bovina e suína	Alguns exemplos:	
4 Visceras e miúdos	Abóbora	
5 Aves	Batata Doce	
6 Peixes	Beldroega	
7 Caprinos	Bertalha	
8	Buriti	
9 Fonte: Guia alimentar paa crianças brasileiras menores de dois anos, 2019	Caju	
10 e NT nº 1879810/2020/COSAN/CGPAE/DIRAE	Caqui	
11	Cenoura	
12 OBS: Podem existir outras fontes de origem animal, conforme a cultura local.	Chicória	
13	Couve	
14	Espinafre	
15	Fígado	
16	Mamão - todos os tipos	
17	Manga - todos os tipos	
18	Mostarda	

Mesmo os grupos das frutas *in natura*, legumes e verduras existindo na avaliação diária, aqui a ferramenta analisa se o cardápio está de acordo com os critérios mínimos/máximos estabelecidos pelas resoluções vigentes do FNDE para a semana, dando uma maior pontuação para os cardápios elaborados adequadamente.

Note que a planilha já mostra quais são as regras estabelecidas pela legislação vigente:

		Período parcial	Período integral	
16				
17	Frutas <i>in natura</i>	mínimo 2 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	5
18	Legumes e verduras	mínimo 3 dias/semana	mínimo 5 dias/semana	5
19	Alimentos fontes de ferro heme	mínimo 4 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	5
20	Alimentos fontes de vitamina A	mínimo 3 dias/semana	mínimo 3 dias/semana	5
21	Alimentos da sociobiodiversidade			5
22	Alimentos regionais			5
23	Presença de alimentos proibidos			-20
24		1 ref/dia ou 20% NND*	2 refs/dia ou 30% NND*	3 refs/dia ou 70% NND*
25	Alimentos processados	máx 2x/semana	máx 3x/semana	máx 7x/semana
26				
27	Diversidade do cardápio			0
28	PONTUAÇÃO			15

Assim como na primeira versão do IQ COSAN, houve a inclusão dos alimentos da sociobiodiversidade e alimentos regionais, no entanto, a ferramenta não possui alertas caso eles não apareçam no cardápio.



Sempre que houver a **presença** de um alimento da sociobiodiversidade e/ou regional no cardápio, independentemente da quantidade e frequência na semana, o avaliador deverá inserir o valor “5” na coluna Result, e na **ausência** desses alimentos, pontuar como “0”.

Antes de classificar um alimento como regional/sociobiodiversidade e conceder a pontuação “5” a esses componentes, é preciso saber se ele está classificado de fato nessas categorias, de acordo com a região/ estado do cardápio. Se o alimento **não for pertencente** à região/estado na qual o cardápio foi elaborado, não haverá pontuação, sendo necessário que o avaliador pontue como “0” na coluna Result.

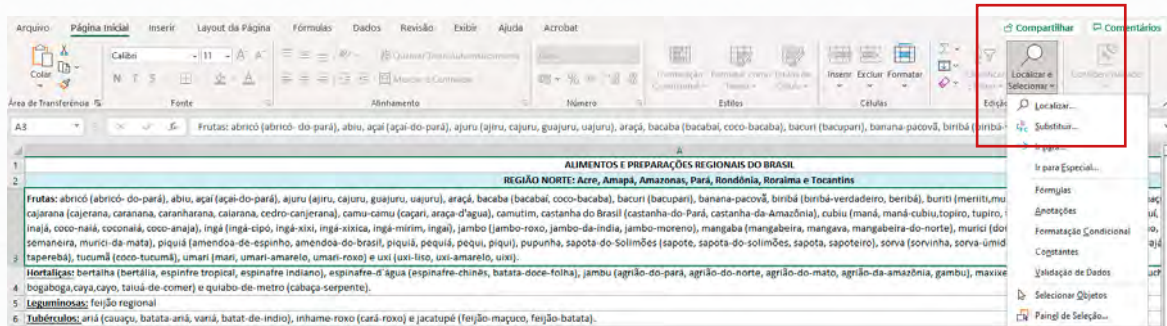
Para isso, basta consultar a planilha que contém a lista dos alimentos regionais e da sociobiodiversidade. Dessa forma, você deve clicar nas abas na parte inferior da planilha e acessar a lista desses alimentos:

15	COMPONENTES DE AVALIAÇÃO SEMANAL			Result	Ref
16		Período parcial	Período integral		
17	Frutas <i>in natura</i>	mínimo 2 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	5	
18	Legumes e verduras	mínimo 3 dias/semana	mínimo 5 dias/semana	5	
19	Alimentos in natura ou minimamente processados	Alimentos fontes de ferro heme	mínimo 4 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	5
20		Alimentos fontes de vitamina A	mínimo 3 dias/semana	mínimo 3 dias/semana	5
21		Alimentos da sociobiodiversidade			5
22		Alimentos regionais			5
23	Presença de alimentos proibidos				-20
24		1 ref/dia ou 20% NND*	2 refs/dia ou 30% NND*	3 refs/dia ou 70% NND*	
25	Alimentos processados	Biscoito, bolacha, pão ou bolo	máx 2x/semana	máx 3x/semana	máx 7x/semana
26					
27	Diversidade do cardápio			0	15
28	PONTUAÇÃO			0	
29					
30	PONTUAÇÃO FINAL DA SEMANA			40	
31					

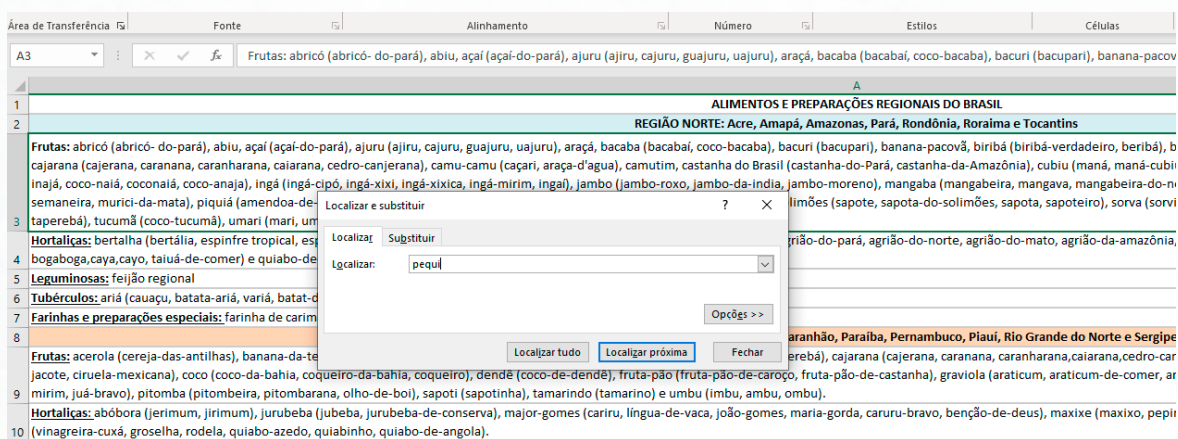
IQ COSAN	Conceitos da class.alim	Exemplos de alimentos	Regionais	Sociobiodiversidade	Fontes de Ferro heme e vit A	+
----------	-------------------------	-----------------------	-----------	---------------------	------------------------------	---



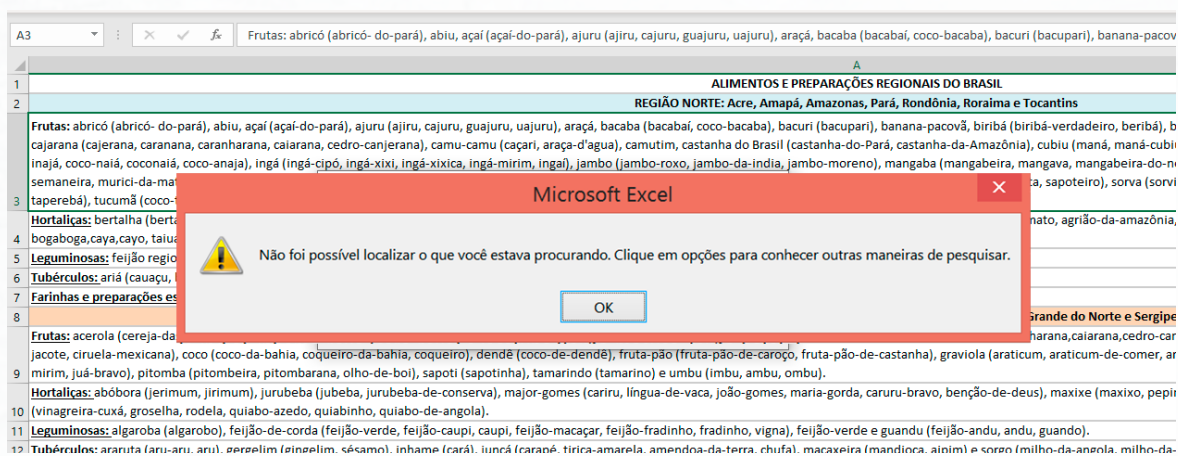
Ao clicar em cada aba, você deve selecionar o ícone “Localizar”:



Ao clicar em **Localizar**, aparecerá uma janela para você escrever o alimento que está procurando:



Após escrever o nome do alimento, você clicará no ícone **Localizar Tudo** para verificar a presença na classificação regional ou de sociobiodiversidade, dependendo da aba selecionada. Caso o alimento que você procura não esteja nessa lista, o Excel apresentará a seguinte mensagem: **O Microsoft Excel não pode localizar os dados que você está procurando.**



15

15

15

15

15



16



Ainda na avaliação do componente semanal, a ferramenta analisa a presença de alguns alimentos processados, que possuem regras para sua aparição semanalmente nos cardápios escolares, tais quais: biscoito, bolacha, pão ou bolo.



Para os alimentos processados, o avaliador deverá pontuar a coluna Result como “5” se o cardápio **cumprir** a limitação de oferta desses alimentos, mesmo se não aparecerem em nenhum dia da semana, e “0” se **ultrapassar a limitação de oferta deste grupo**.

COMPONENTES DE AVALIAÇÃO SEMANAL				Result	Ref
		Período parcial	Período integral		
Alimentos in natura ou minimamente processados	Frutas <i>in natura</i>	mínimo 2 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	5	
	Legumes e verduras	mínimo 3 dias/semana	mínimo 5 dias/semana	5	
	Alimentos fontes de ferro heme	mínimo 4 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	5	
	Alimentos fontes de vitamina A	mínimo 3 dias/semana	mínimo 3 dias/semana	5	
	Alimentos da sociobiodiversidade			5	
	Alimentos regionais			5	
Presença de alimentos proibidos				-20	
		1 ref/dia ou 20% NND*	2 refs/dia ou 30% NND*	3 refs/dia ou 70% NND*	
Alimentos processados	Biscoito, bolacha, pão ou bolo	máx 2x/semana	máx 3x/semana	máx 7x/semana	5
Diversidade do cardápio				0	15
PONTUAÇÃO				0	

Ainda na avaliação semanal, o IQ COSAN pontua negativamente quando há **presença** de alimentos proibidos, independentemente do número de vezes. O avaliador, nesse caso, pontuará “0” na coluna quando esses alimentos estiverem **ausentes** no cardápio e “-20” quando **presentes**.

COMPONENTES DE AVALIAÇÃO SEMANAL				Result	Ref
		Período parcial	Período integral		
Alimentos in natura ou minimamente processados	Frutas <i>in natura</i>	mínimo 2 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	5	
	Legumes e verduras	mínimo 3 dias/semana	mínimo 5 dias/semana	5	
	Alimentos fontes de ferro heme	mínimo 4 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	5	
	Alimentos fontes de vitamina A	mínimo 3 dias/semana	mínimo 3 dias/semana	5	
	Alimentos da sociobiodiversidade			5	
	Alimentos regionais			5	
Presença de alimentos proibidos				-20	
		1 ref/dia ou 20% NND*	2 refs/dia ou 30% NND*	3 refs/dia ou 70% NND*	
Alimentos processados	Biscoito, bolacha, pão ou bolo	máx 2x/semana	máx 3x/semana	máx 7x/semana	5
Diversidade do cardápio				0	15
PONTUAÇÃO				0	

Alertas nos Componentes de Avaliação Semanal



É importante ressaltar que os alertas aparecerão quando houver oferta inadequada dos alimentos dos alimentos *in natura*, minimamente processados, processados e, novamente, dos alimentos proibidos.

LEGENDAS	
Alertas	
Baixa oferta de frutas <i>in natura</i>	▼
Baixa oferta legumes e verduras	▼
Baixa oferta de alimentos fontes de ferro heme	▼
Baixa oferta de alimentos fonte de vit. A	▼
Presença de alimentos proibidos	✗
Alta oferta de alimentos processados (biscoito, bolacha, pão, bolo)	◆

15	COMPONENTES DE AVALIAÇÃO SEMANAL				Result	Ref	
16			Período parcial	Período integral			
17	Alimentos in natura ou minimamente processados	Frutas in natura	mínimo 2 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	▼ 0	5	
18		Legumes e verduras	mínimo 3 dias/semana	mínimo 5 dias/semana	▼ 0	5	
19		Alimentos fontes de ferro heme	mínimo 4 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	▼ 0	5	
20		Alimentos fontes de vitamina A	mínimo 3 dias/semana	mínimo 3 dias/semana	▼ 0	5	
21		Alimentos da sociobiodiversidade			0	5	
22		Alimentos regionais			0	5	
23	Presença de alimentos proibidos				✖ 20	-20	
24			1 ref/dia ou 20% NND*	2 refs/dia ou 30% NND*	3 refs/dia ou 70% NND*		
25	Alimentos processados	Biscoito, bolacha, pão ou bolo	máx 2x/semana	máx 3x/semana	máx 7x/semana	◆ 0	5

3) Componentes de diversidade do cardápio:

Para avaliar a diversidade do cardápio será necessário realizar a contagem semanal da presença dos alimentos no cardápio.

Após essa contagem, o IQ COSAN classificará a variedade do cardápio em **Adequada**, **Precisa de Melhoras** ou **Baixa variedade** por meio da **sinalização em cores: verde, amarela ou vermelha**, respectivamente. As classificações são baseadas nos pontos de corte estabelecidos de acordo com o número de refeições fornecidas, conforme legenda abaixo.

Diversidade cardápios 1 ref/dia ou 20% NND*	
Adequada (10 alimentos diferentes ou mais)	●
Precisa de melhoras (05 a 09 alimentos diferentes)	●
Inadequado (até 04 alimentos diferentes)	●
Diversidade cardápios 2 refs/dia ou 30% NND*	
Adequada (14 alimentos diferentes ou mais)	●
Precisa de melhoras (09 a 13 alimentos diferentes)	●
Inadequado (até 08 alimentos diferentes)	●
Diversidade cardápios 3 refs/dia ou 70% NND*	
Adequada (23 alimentos diferentes ou mais)	●
Precisa de melhoras (15 a 22 alimentos diferentes)	●
Inadequado (até 14 alimentos diferentes)	●

O IQ COSAN pontuará **automaticamente** na coluna **Result (laranja claro)** como “15” quando houver uma diversidade em conformidade com as resoluções vigentes, e “7” para quando o número de alimentos for classificado como “Precisa de melhoras”. A pontuação será “0” quando a oferta for classificada como inadequada.



O avaliador colocará a quantidade de alimentos existentes no cardápio **apenas em uma das colunas**, dependendo do número de refeições ofertadas: “1 ref/dia 20% NND”, “2 refs/dia 30% NND” ou “3 refs/dia 70% NND”. Sendo assim, caso o avaliador estiver avaliando um cardápio com 2 refeições por dia, ele inserirá o número de alimentos nessa coluna, deixando **as outras em branco** e vice-versa.

15	COMPONENTES DE AVALIAÇÃO SEMANAL				Result	Ref
16		Período parcial	Período integral			
17	Frutas <i>in natura</i>	mínimo 2 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	5	5	
18	Legumes e verduras	mínimo 3 dias/semana	mínimo 5 dias/semana	5	5	
19	Alimentos in natura ou minimamente processados	Alimentos fontes de ferro heme	mínimo 4 dias/semana	mínimo 4 dias/semana	5	5
20		Alimentos fontes de vitamina A	mínimo 3 dias/semana	mínimo 3 dias/semana	5	5
21		Alimentos da sociobiodiversidade			5	5
22		Alimentos regionais			5	5
23	Presença de alimentos proibidos					-20
24		1 ref/dia ou 20% NND*	2 refs/dia ou 30% NND*	3 refs/dia ou 70% NND*		
25	Alimentos processados	Biscoito, bolacha, pão ou bolo	máx 2x/semana	máx 3x/semana	máx 7x/semana	5
26		Diversidade do cardápio				
27			16		15	15
28	PONTUAÇÃO					50
29						
30	PONTUAÇÃO FINAL DA SEMANA					95
31						

Como contar os alimentos?

Os alimentos proibidos e ultraprocessados **NÃO** devem ser contabilizados para análise de variedade de cardápio (ver lista na aba do excel, conforme orientação mais acima).

Somente os alimentos dos grupos *in natura*, minimamente processados e processados deverão entrar na contagem.

- **Grupo das frutas:** todas as frutas devem ser contadas, inclusive as que compõem vitaminas e sucos. É importante ressaltar que deve aparecer o nome da fruta no cardápio. Caso esteja escrito “fruta(s)”, serão consideradas 2 frutas se a palavra estiver no plural e somente uma, se estiver no singular. Contudo, se este mesmo termo aparecer mais uma vez, as frutas não serão contabilizadas novamente.



OBS: Para a vitamina de fruta serão contados o leite e a fruta, ou seja, dois alimentos diferentes. Já para o suco de fruta, será contabilizado um alimento, contando a fruta dessa preparação.



- **Grupo dos leites e derivados:** aqui vão entrar todos os tipos de leites, iogurtes, coalhadas e queijos.

- **Grupo dos legumes e verduras:** entram todos os tipos de legumes e verduras, no entanto, assim como no grupo das frutas, se em alguma preparação estiver escrito o termo “verdu-
ra(s) ou legume(s)”, será contabilizado somente uma/um quando a palavra estiver no sin-
gular e duas/dois, se estiver no plural. Aqui também vale a regra que se esse termo aparecer
mais de uma vez no cardápio, contará somente da primeira vez que constar.

- **Grupo dos cereais, raízes e tubérculos:** alimentos como arroz, milho, aveia, quinoa, linhaça, chia e, entre outros, são contados individualmente.

OBS: alimentos integrais como o arroz integral, massas, farinhas integrais deverão ser con-
tados diferentemente de quando apresentado da forma mais refinada. Mandioca (dependen-
do da região do país, também conhecida como macaxeira ou aipim), cará, inhame e batatas
são contabilizados como alimentos diferentes. E as preparações caseiras de pães, bolos,
biscoitos e bolachas contam como um único alimento; no entanto, se forem integrais, conta-
bilizam separadamente dos refinados.

- **Grupos dos feijões:** leguminosas como soja, feijão, lentilha, ervilha *in natura* são conta-
bilizadas individualmente. Se forem feijões diferentes, exemplo: fradinho, carioca, verde,
preto, de corda, também são contados.

- **Grupos das carnes e ovos:** aqui são contabilizados todos os tipos de carnes e ovos, sen-
do contados como alimentos diferentes. No entanto, as variações de corte, não serão con-
sideradas na contagem. Carnes de soja e produtos cárneos ultraprocessados, como carne
mecanicamente separada, mortadela, salsicha, almôndega, apresuntado, hambúrguer (com
exceção do caseiro), presunto, patê, bacon, barriga defumada, carne bovina em conserva
(cornedbeef), produtos cárneos salgados, empanados, carne bovina curada dessecada ou
jerkedbeef, presunto cru, salame e linguiça não deverão ser considerados na contagem.

Vaja abaixo o exemplo de contagem dos alimentos em um cardápio semanal:



Exemplo de um cardápio para avaliação do componente de variedade do IQ COSAN

Cardápio Ensino Fundamental – Período Parcial

Refeição	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Lanche	Suco de frutas ^{1,2}	Banana ³	Salada de frutas ⁰	Salada de frutas: maçã ⁴ + mamão ⁵ + laranja ⁶	Suco ⁰ Tapioca ⁷ com queijo ⁸
Jantar	Sopa de feijão ⁹	Risoto de carne desfiada ^{10,11}	Canja de galinha (arroz ⁰ , cenoura ¹² e frango ¹³)	Torta salgada (vagem ¹⁴ e cenoura ⁰)	Carne moída ⁰ Purê de batata ^{15,16}

Fonte: Adaptado de FNDE, 2018.

Note que os alimentos que aparecem duas vezes, mesmo que em preparações diferentes, não são contabilizados duplamente. Por exemplo, o arroz aparece em duas preparações distintas: risoto de carne desfiada e canja de galinha, já a cenoura aparece também em duas refeições: na canja de galinha e na torta salgada, assim como a carne que aparece no Risoto de carne e na carne moída. Dessa forma, cada alimento é contabilizado somente uma vez.

Após a contagem, o avaliador irá inserir o número de alimentos existentes no cardápio daquela semana na ferramenta do IQ COSAN. Para o cardápio acima, veja o exemplo:

		1 ref/dia ou 20% NND*	2 refs/dia ou 30% NND*	3 refs/dia ou 70% NND*		
24						
25	Alimentos processados					
	Biscoito, bolacha, pão ou bolo	máx 2x/semana	máx 3x/semana	máx 7x/semana	5	5
26						
27	Diversidade do cardápio		16		15	15
28	PONTUAÇÃO				50	

Nesse caso, o cardápio é classificado como adequado. Veja a legenda:



Diversidade cardápios 1 ref/dia ou 20% NND*	
Adequada (10 alimentos diferentes ou mais)	●
Precisa de melhoras (05 a 09 alimentos diferentes)	●
Inadequado (até 04 alimentos diferentes)	●
Diversidade cardápios 2 refs/dia ou 30% NND*	
Adequada (14 alimentos diferentes ou mais)	●
Precisa de melhoras (09 a 13 alimentos diferentes)	●
Inadequado (até 08 alimentos diferentes)	●
Diversidade cardápios 3 refs/dia ou 70% NND*	
Adequada (23 alimentos diferentes ou mais)	●
Precisa de melhoras (15 a 22 alimentos diferentes)	●
Inadequado (até 14 alimentos diferentes)	●
ref = refeição // *NND = Necessidades Nutricionais Diárias	

Pontuação e Classificação Final

Ao finalizar o preenchimento de todos os itens a serem avaliados no cardápio de cada semana, o IQ COSAN calculará a pontuação semanal e mensal, ambas com variação de 0 a 95 pontos. É importante ressaltar que a pontuação mensal é uma média de todas as semanas. A classificação final avalia o cardápio como **Inadequado** (0 - 45.9 pontos), **Precisa de melhoras** (46 - 75.9 pontos) ou **Adequado** (76 - 95 pontos).

Pontuação da semana:

Índice de Qualidade de Cardápio (IQC) - PRE-ESCOLA, ESCOLA FUNDAMENTAL, ESCOLA MÉDIA, EJA									
COMPONENTES SEMANA 1									
COMPONENTES DE AVALIAÇÃO DIÁRIA	Ref	Seg	Ter	Qua	Qui	Sab	Dom	Obs	Observações
Presença de frutas in natura	1	1	1	1	1	1	1	5	
Presença de alimentos do grupo de leite e derivados	1	1	1	1	1	1	1	5	
Presença de alimentos do grupo dos legumes e verduras	1	1	1	1	1	1	1	5	
Presença de alimentos do grupo de cereais, raízes e tubérculos	1	1	1	1	1	1	1	5	
Presença de alimentos grupos dos feijões	1	1	1	1	1	1	1	5	
Presença de alimentos do grupo de carnes e ovos	1	1	1	1	1	1	1	5	
Ausência de alimentos ultraprocessados e proibidos e doces	1	1	1	1	1	1	1	5	
Ausência de alimentos doces	1	1	1	1	1	1	1	5	
PONTUAÇÃO								45	
COMPONENTES DE AVALIAÇÃO SEMANAL	Período parcial		Período Integral		Máx.		Mín.		Observações
Frutas in natura	mínimo 2 dias/semana		mínimo 4 dias/semana		5		5		
Legumes e verduras	mínimo 3 dias/semana		mínimo 5 dias/semana		5		5		
Alimentos fontes de ferro heme	mínimo 4 dias/semana		mínimo 4 dias/semana		5		5		
Alimentos fontes de vitamina A	mínimo 3 dias/semana		mínimo 3 dias/semana		5		5		
Alimentos da sociobiodiversidade					5		5		
Alimentos regionais					5		5		
Presença de alimentos proibidos					0		-20		
Alimentos processados	1 refeição ou 20% NND*		2 refeições ou 30% NND*		3 refeições ou 70% NND*		5		
Biscoito, bolacha, pão ou bolo	máx 3 vezes/semana		máx 3 vezes/semana		5		5		
Diversidade do cardápio					15		15		
PONTUAÇÃO								50	
PONTUAÇÃO FINAL DA SEMANA								76	

Índice de Qualidade de Cardápio (IQC) - PRE-ESCOLA, ESCOLA FUNDAMENTAL, ESCOLA MÉDIA, EJA									
COMPONENTES SEMANA 2									
COMPONENTES DE AVALIAÇÃO DIÁRIA	Ref	Seg	Ter	Qua	Qui	Sab	Dom	Obs	Observações
Presença de frutas in natura	1	1	1	1	1	1	1	5	
Presença de alimentos do grupo de leite e derivados	1	1	1	1	1	1	1	5	
Presença de alimentos do grupo dos legumes e verduras	1	1	1	1	1	1	1	5	
Presença de alimentos do grupo de cereais, raízes e tubérculos	1	1	1	1	1	1	1	5	
Presença de alimentos grupos dos feijões	1	1	1	1	1	1	1	5	
Presença de alimentos do grupo de carnes e ovos	1	1	1	1	1	1	1	5	
Ausência de alimentos ultraprocessados e proibidos	1	1	1	1	1	1	1	5	
Ausência de alimentos proibidos	1	1	1	1	1	1	1	5	
Ausência de alimentos doces	1	1	1	1	1	1	1	5	
PONTUAÇÃO								45	
COMPONENTES DE AVALIAÇÃO SEMANAL	Período parcial		Período Integral		Máx.		Mín.		Observações
Frutas in natura	mínimo 2 dias/semana		mínimo 4 dias/semana		5		5		
Legumes e verduras	mínimo 3 dias/semana		mínimo 5 dias/semana		5		5		
Alimentos fontes de ferro heme	mínimo 4 dias/semana		mínimo 4 dias/semana		5		5		
Alimentos fontes de vitamina A	mínimo 3 dias/semana		mínimo 3 dias/semana		5		5		
Alimentos da sociobiodiversidade					5		5		
Alimentos regionais					5		5		
Presença de alimentos proibidos					0		-20		
Alimentos processados	1 refeição ou 20% NND*		2 refeições ou 30% NND*		3 refeições ou 70% NND*		5		
Biscoito, bolacha, pão ou bolo	máx 3 vezes/semana		máx 3 vezes/semana		5		5		
Diversidade do cardápio					15		15		
PONTUAÇÃO								50	
PONTUAÇÃO FINAL DA SEMANA								76	

</

Na aba IQ COSAN, logo abaixo da análise da “semana um”, aparecerá a pontuação das semanas (a partir de duas semanas mensais) e a média mensal calculada automaticamente pela ferramenta. Você também poderá ver todas as legendas de alertas que aparecem no IQCOSAN. Você deverá considerar a média mensal calculada conforme a quantidade de semanas analisadas naquele mês, duas, três, quatro ou cinco semanas, conforme imagem abaixo:



AVALIAÇÃO MENSAL (cardápios 5 semanas)		LEGENDAS	
Semana 1	95	Alertas	
Semana 2	95	Baixa oferta de frutas <i>in natura</i>	▼
Semana 3	95	Baixa oferta legumes e verduras	▼
Semana 4	95	Baixa oferta de alimentos fontes de ferro heme	▼
Semana 5	95	Baixa oferta de alimentos fonte de vit. A	▼
Pontuação	95	Atenção para a oferta de alimentos doces	🟡
		Alta oferta de alimentos doces	🔴
		Atenção para a oferta de alimentos ultraprocessados	🟡
		Alta oferta de alimentos ultraprocessados	🔴
		Presença de alimentos proibidos	❌
		Alta oferta de alimentos processados (biscoito, bolacha, pão, bolo)	🔴
		Diversidade cardápios 1 ref/dia ou 20% NND*	
		Adequada (10 alimentos diferentes ou mais)	🟢
		Precisa de melhoras (05 a 09 alimentos diferentes)	🟡
		Inadequado (até 04 alimentos diferentes)	🔴
		Diversidade cardápios 2 refs/dia ou 30% NND*	
		Adequada (14 alimentos diferentes ou mais)	🟢
		Precisa de melhoras (09 a 13 alimentos diferentes)	🟡
		Inadequado (até 08 alimentos diferentes)	🔴
		Diversidade cardápios 3 refs/dia ou 70% NND*	
		Adequada (23 alimentos diferentes ou mais)	🟢
		Precisa de melhoras (15 a 22 alimentos diferentes)	🟡
		Inadequado (até 14 alimentos diferentes)	🔴
		<i>ref = refeição // *NND = Necessidades Nutricionais Diárias</i>	
CLASSIFICAÇÃO FINAL - QUALIDADE DO CARDÁPIO			
Inadequado	0-45,9		
Precisa de melhoras	46-75,9		
Adequado	76-95		
IQ COSAN		Conceitos da class.alim	Exemplos de alimentos
		Regionais	Sociobiodyn

Após a pontuação final, faça uma análise do cardápio avaliado pelo IQ COSAN e verifique se será necessário fazer ajustes para que seja classificado como adequado. No entanto, se você não é nutricionista, mas é agente do PNAE pelos CECANes, membro do CAE, sociedade civil ou dos órgãos de controle, avise aos responsáveis pela elaboração do cardápio sobre a classificação do cardápio analisado.



Referências:



Brasil. Resolução CD/FNDE nº 6 de 08 de maio de 2020. Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. [internet]. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-6-de-8-de-maio-de-2020-256309972>

Brasil. Resolução CD/FNDE nº 20 de 02 de dezembro de 2020. Altera a Resolução/CD/FNDE nº 6, de 8 de maio de 2020, que dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE. [internet]. <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/resolucao-n-20-de-2-de-dezembro-de-2020-291814636>

Brasil. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Coordenação-Geral do Programa Nacional de Alimentação Escolar. Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional. Índice de Qualidade IQ COSAN. Manual. 2018.

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira/ Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156p.

www.gov.br/fnde



MINISTÉRIO DA
EDUCAÇÃO



PÁTRIA AMADA
BRASIL
GOVERNO FEDERAL

Siga o FNDE nas redes:



[/fnde.educacao](https://www.facebook.com/fnde.educacao)



[/fnde.oficial](https://www.instagram.com/fnde.oficial)



[/fndeoficial](https://twitter.com/fndeoficial)



[/fndemec](https://www.youtube.com/fndemec)