

Proposta de projeto

1.O projeto “**Sopas lá de Casa**” é implementado pela Coordenação de Educação da Câmara Municipal da Lourinhã no âmbito do Projeto Educativo Municipal em parceria com O Agrupamento Complementar de Empresas Ica e Nordigal, os agrupamentos de escolas do concelho da Lourinhã: Jardins de Infância, 1º e 2º ciclos e IPSS com educação de infância do concelho, tendo como objetivo geral promover a diversidade alimentar e a interação na comunidade educativa, redescobrimdo tradições gastronómicas.

:

2.Esta edição realiza-se entre os meses de janeiro e maio nos estabelecimentos de educação e ensino dos agrupamentos de Escolas e IPSS do concelho.

3. Cada estabelecimento de educação e ensino deverá pedir a colaboração das crianças e dos encarregados de educação para a recolha de receitas de sopa saudáveis, originais ou tradicionais. O 2º ciclo de cada estabelecimento concorre independente pelo seu estabelecimento de ensino.

4. A receita será acompanhada da respetiva composição dos ingredientes e modo de confeção.

5. As receitas devem ser entregues ao educador / professor até 20 de janeiro de 2017.

6. De seguida, é selecionada pelos alunos e educadores/professores:

- uma receita de sopa que representa a educação pré-escolar do Agrupamento de Escolas D. Lourenço Vicente;
- uma receita de sopa que representa a educação pré-escolar do Agrupamento de Escolas da Lourinhã;
- uma receita de sopa que representa o 1º ciclo do Agrupamento de Escolas D. Lourenço Vicente;

- uma receita de sopa que representa o 1º ciclo do Agrupamento de Escolas da Lourinhã;
- uma receita de sopa que representa o 2º ciclo da Escola Básica Dr. João das Regras;
- uma receita de sopa que representa o 2º ciclo da Escola Básica de Ribamar;
- uma receita de sopa que representa o 2º ciclo da Escola Básica Afonso Rodrigues Pereira;
- uma receita de sopa que representa as IPSS's do concelho.

7. Os educadores/professores têm à sua disposição para seleção das sopas os seguintes critérios:

- Conter 3 ou mais hortícolas diferentes;
- Não exceder 1 batata média ou 2 colheres de sopa de arroz ou massa crus.
- No caso de se usar leguminosas (80g) (feijão, grão, ervilhas, etc.) reduzir para metade a quantidade de batata, arroz ou massa;
- Utilizar, unicamente, azeite como gordura;
- Não utilizar carnes gordas, enchidos e produtos de charcutaria.

8. As receitas eleitas devem ser entregues na Coordenação de Educação até dia 03 de fevereiro de 2017. Na parte posterior da receita deverá ser colocada a identificação do estabelecimento de educação/ensino.

9. A cada receita selecionada será atribuída uma designação (numeral), pela qual será conhecida no Concurso.

10. Aos refeitórios cabe a tarefa de confeccionar e distribuir as sopas eleitas nos dias:

- 07, 09, 14, 16, 21, 23, 28 e 30 de março;

11. Após as várias degustações das sopas, cada criança é júri e regista, diariamente, a apreciação numa folha de votação criada para o efeito. A votação tem uma escala de 4 pontos (1 = não gosto; 2 = gosto pouco; 3 = gosto; 4 = gosto muito).

12 – As grelhas de pontuação serão enviadas para educacao@cm-lourinha.pt até ao dia 27 de abril, em documento Excell.

13. Desta votação, sairão vencedoras as 3 sopas que reunirem maior número de pontos.

14. As 3 receitas vencedoras serão confeccionadas e servidas, no dia 19 de maio de 2017, por forma a assinalar o dia da obesidade.

15. Neste dia o Júri, constituído por um representante da Câmara Municipal da Lourinhã, um representante do Agrupamento Complementar de Empresas Ica e Nordigal, um representante de cada um dos Agrupamentos de Escolas do concelho, um representante das IPSS e um representante do Centro de Saúde, elege a sopa vencedora.

16. A sopa vencedora será confeccionada e disponibilizada nas festas de final de ano dos estabelecimentos de educação/ensino.