



ESTUDA QUE A VIDA MUDA.

# MERENDEIRA / MERENDEIRO

1. Como se sabe, uma alimentação adequada é aquela que inclui todos os nutrientes necessários para o funcionamento do nosso corpo. Entre os nutrientes que nos fornecem energia, podemos citar:

- (A) carboidratos.
- (B) água.
- (C) vitaminas.
- (D) sais minerais.
- (E) proteínas.

2. Assinale a alternativa que apresenta um alimento que deve ser armazenado em geladeira:

- (A) banana.
- (B) fubá.
- (C) bife.
- (D) sal.
- (E) aveia.

3. No cardápio de uma determinada escola pública, a nutricionista programou feijão tropeiro. Para preparar tal receita, é necessário, além do feijão:

- (A) canjica de milho.
- (B) farinha de mandioca.
- (C) fécula de batata.
- (D) fécula de espinafre.
- (E) farinha de trigo.

4. Dos alimentos abaixo citados, assinale aquele que NÃO é considerado perecível:

- (A) pepino em conserva.
- (B) farinha de trigo.
- (C) geleias.
- (D) batatas.



**ESTUDA QUE A VIDA MUDA.**

(E) ovos.

5. Sobre o preparo de alimentos, analise os itens a seguir e, ao final, assinale a alternativa correta:

I – Pode-se experimentar a comida com a mesma colher que está sendo utilizada em sua preparação.

II – Deve-se sempre utilizar água fervida ou filtrada no preparo de alimentos que não precisam de cozimento.

III – Não é necessário lavar as latas com alimentos antes de abri-las.

(A) Apenas o item I é verdadeiro.

(B) Apenas o item II é verdadeiro.

(C) Apenas o item III é verdadeiro.

(D) Apenas os itens I e II são verdadeiros.

(E) Nenhum dos itens é verdadeiro.

6. A seguir estão apresentados três procedimentos. Assinale aquele que está relacionado à higiene no preparo de alimentos:

I – Utilizar protetor de cabelos, como touca e rede.

II – Utilizar relógio para controlar o tempo.

III – Usar unhas longas para ajudar a descascar os alimentos.

(A) Apenas o item I é verdadeiro.

(B) Apenas o item II é verdadeiro.

(C) Apenas o item III é verdadeiro.

(D) Apenas os itens I e II são verdadeiros.

(E) Nenhum dos itens é verdadeiro.

7. Dos alimentos abaixo citados, assinale aquele que é considerado perecível:

(A) milho para pipoca.

(B) macarrão.

(C) sal.

(D) feijão.

(E) queijo.



**ESTUDA QUE A VIDA MUDA.**

8. Os procedimentos descritos abaixo referem-se às etapas de limpeza de um liquidificador.

I – Desligar o equipamento da tomada.

II – Lavar e secar as partes.

III – Desmontar o equipamento, separando o copo da base, lâmina e borracha.

A ordem correta de realização dessas etapas é:

(A) I, II, III.

(B) II, I, III.

(C) II, III, I.

(D) I, III, II.

(E) III, II, I.

9. Ao detectar um incêndio no ambiente de trabalho, qual das alternativas abaixo pode ser considerada a mais correta a ser tomada?

(A) ligar para outras pessoas para comunicar o ocorrido.

(B) retirar todos os seus pertences imediatamente.

(C) retirar-se calmamente do local.

(D) tentar apagar o fogo.

(E) subir para os andares superiores da repartição.

10. Ao manusear objetos cortantes, os profissionais de cozinha devem utilizar:

(A) luvas.

(B) botas.

(C) óculos.

(D) avental.

(E) touca.



## ESTUDA QUE A VIDA MUDA.

11. Como um bom profissional da alimentação escolar, a merendeira, é responsável pela produção dos alimentos, e também responsável pela sua segurança. Dessa forma deve garantir por meio de uma alimentação segura, ou seja, de uma alimentação livre de qualquer tipo de contaminação a saúde dos alunos que se alimentam na escola. Sendo assim, para que haja uma higiene adequada na hora da manipulação dos alimentos a merendeira deve seguir os seguintes passos. Assinale a alternativa INCORRETA:

- a) Sempre deve-se lavar as mãos antes de preparar os alimentos e depois de manipular os alimentos crus, pois as carnes e os vegetais não lavados apresentam microrganismos causadores de doenças que podem ser passados para os alimentos prontos pela mão das merendeiras.
- b) Cozinhar os alimentos em altas temperaturas, garantido que todas as partes atinjam no mínimo 70°C.
- c) Evitar o contato dos alimentos crus com os cozidos.
- d) Não deixar os alimentos congelados e resfriados fora do freezer ou da geladeira, pois os microrganismos podem se multiplicar rapidamente em temperatura ambiente.
- e) As carnes devem ser descongeladas em temperatura ambiente, fora da sua embalagem original, dentro de um recipiente.

12. Segundo a EMBRAPA, O armazenamento compreende a manutenção de produtos e ingredientes em um ambiente que proteja sua integridade e qualidade. Os Produtos devem ser armazenados segundo as boas práticas respectivas, de modo a impedir a contaminação a proliferação de microrganismos e proteger contra a alteração e danos as embalagens.

Sobre como armazenar os alimentos no refrigerador, assinale V (verdadeiro) e F (falso):

- ( ) armazenar os alimentos prontos para consumo nas prateleiras de cima.
- ( ) armazenar os alimentos que já foram manipulados e que ainda vão ser preparados nas prateleiras do meio.
- ( ) os alimentos devem estar embalados e separados, assim evitando a contaminação cruzada entre os alimentos, protegendo-os e distribuindo-os de maneira adequada.
- ( ) refrigerar ou congelar alimentos em quantidades pequenas.
- ( ) manter fechadas as portas de refrigeradores, e congeladores, abrindo-as o mínimo de vezes possível.

Assinale a alternativa CORRETA:

- a) V - F - V - V - V
- b) V - F - V - F - V
- c) V - V - V - V - V
- d) F - F - F - F - F
- e) V - V - V - F - V



## ESTUDA QUE A VIDA MUDA.

13. Entre as medidas de segurança adotadas no ambiente de manipulação de alimentos, está a higienização das mãos, sendo esta uma das principais estratégias para a prevenção das contaminações relacionada a alimentação. Para que isso não aconteça, a merendeira deve higienizar as mãos nas seguintes situações:

I. Sempre que iniciar o trabalho e quando mudar de tarefa não é necessário.

II. Depois de manipular alimentos crus.

III. Sempre que tossir, espirrar ou mexer no cabelo, olhos, boca, ouvidos e nariz.

IV. Sempre que utilizar as instalações sanitárias.

V. Depois de manipular e/ou transportar lixo e depois de manipular produtos químicos.

De acordo com as situações descritas acima,

assinale a alternativa correta:

a) I- II- III- IV estão corretas

b) I- II- III- IV- V estão corretas

c) Somente I está correta

d) Somente I está incorreta

e) I- II- III- IV- V estão incorretas

14. Equipamento de Proteção Individual (EPI) é todo o dispositivo ou produto de uso individual, utilizando pelo trabalhador destinado a proteção de riscos suscetíveis de ameaçar a segurança e a saúde do trabalhador. Sendo assim, para garantir a segurança e a saúde das merendeiras são oferecidos os seguintes os EPI's. Assinale a alternativa correta:

a) Capacete, bota, protetor auricular, luva, aventais.

b) Calçados de segurança, aventais, luva, touca.

c) Óculos de proteção, protetor auricular, luva, máscara e touca.

d) Capacete, aventais, luva, touca e óculos de proteção.

e) Protetor auricular, óculos de proteção, capacete, bota de segurança e touca

15. Sobre o armazenamento dos alimentos é incorreto afirmar que:

a) As superfícies devem ser lisas que permitam uma fácil limpeza e ter ventilação adequada, para prevenir o desenvolvimento de bolores e odores.

b) As substâncias químicas (detergentes, desinfetantes e outros) devem ser guardadas em áreas separadas.

c) Os alimentos não devem ser armazenados diretamente no chão e sim em prateleiras parafusadas na parede.



## ESTUDA QUE A VIDA MUDA.

- d) Janelas devem estar protegidas com telas milimetradas e rodapés das portas com proteção.
- e) Colocar os produtos na ordem “o primeiro que entra, o primeiro que sai”.

16. Manter a higiene de um estabelecimento que manipula alimentos é prática fundamental. Ela é um importante fator para garantia de um alimento seguro, livre de microrganismos que podem causar doenças. A limpeza desses ambientes, inclui os cuidados com paredes, portas, ralos, pisos, janelas e tudo que estiver próximo ao local de manipulação de alimentos.

Sendo assim é incorreto afirmar que:

- a) Retirar as sujeiras que conseguimos ver com olho nu.
- b) Lavar todos esses locais com água e sabão.
- c) Enxaguar, assim retirando todo o sabão.
- d) Retirar a água suja com a ajuda de um rodo (se necessário).
- e) Não precisa enxaguar para retirar as substâncias que estão presentes nos produtos de limpeza

17. Sobre as etapas de higienização de legumes, verduras e frutas é correto dizer que:

- I. Deve-se higienizar a bancada ou pia onde será realizada a higienização dos alimentos.
- II. Retirar as partes impróprias para o consumo.
- III. Desfolhar as verduras.
- IV. Lavar todo o alimento com água potável.
- V. Deixar de molho os alimentos por 15 min em solução clorada; e enxaguar em água potável.

Assinale a alternativa correta:

- a) I- II- III- IV- V estão corretas
- b) Somente I- II- III- IV estão corretas
- c) Somente II- III- IV estão corretas
- d) Somente II- IV- V estão corretas
- e) Somente I- II- IV- V estão corretas

18. A Reciclagem do Lixo compreende uma série de atividades de coleta, separação ou processamento de materiais. Para auxiliar na reciclagem do lixo devemos separá-los e destinar cada tipo de lixo no seu recipiente com sua cor específica. Sobre as cores de cada material é incorreto afirmar que:

- a) Recipiente azul – papel
- b) Recipiente vermelho – plástico



ESTUDA QUE A VIDA MUDA.

- c) Recipiente cinza – orgânico
- d) Recipiente verde – vidro
- e) Recipiente amarelo – metal

19. Para obter um ambiente de trabalho saudável, é necessário que:

Assinale a alternativa correta:

- a) Não respeitar os colegas, somente os superiores, evitar fofocas, saber ouvir, colaborar e ajudar os colegas quando for do seu interesse próprio, apresentar soluções aos problemas sem atacar os colegas, respeitar raças, gostos e opiniões.
- b) Respeitar os colegas e superiores, evitar fofocas, saber ouvir, colaborar e ajudar os colegas, apresentar soluções aos problemas sem atacar os colegas, respeitar raças, gostos e opiniões.
- c) Respeitar os colegas e superiores na presença deles, quando eles não estiverem mais por perto fazer fofocas, colaborar e ajudar os colegas a fazer intrigas, apresentar soluções aos problemas atacando os colegas.
- d) Respeitar os colegas e superiores, evitar fofocas, saber ouvir, colaborar e ajudar os colegas, não apresentar soluções aos problemas, pois não é de sua competência.
- e) Não respeitar os colegas, fazer fofocas, ouvir somente o que lhe interessa.

20. Assinale a alternativa incorreta sobre a higienização de pias e bancadas:

- a) Lavar com água, sabão e ou detergente.
- b) Não precisa lavar, somente passar um pano úmido nas pias e bancadas.
- c) Passar a solução clorada e deixar agir por uns minutos.
- d) Ambas devem ser enxaguadas mais de uma vez.
- e) Devem secar naturalmente, sem pano.

## GABARITO

<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>
<b>A</b>	<b>C</b>	<b>B</b>	<b>B</b>	<b>B</b>	<b>A</b>	<b>E</b>	<b>D</b>	<b>C</b>	<b>A</b>

<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>
<b>E</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>E</b>	<b>A</b>	<b>C</b>	<b>B</b>	<b>B</b>



ESTUDA QUE A VIDA MUDA.