



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES**  
Rua Monsenhor Cassese, 345, Jardim Aurora  
18320-000 – Apiaí – SP  
Tel/Fax: (15) 3552-1690/3552-2400  
CNPJ: 46.634.242/0001-38



## RELAÇÃO DE LIVROS

### **Verdura? Não! - Claire Llewellyn e Mike Gordon**

Verdura? Não! discute a importância dos hábitos alimentares saudáveis e as consequências de uma alimentação desequilibrada. O livro mostra, em situações comuns do dia a dia, a dificuldade da criança em comer com diversificação e explica o valor de uma dieta equilibrada.

Faixa etária: 06 – 08 anos

### **100 primeiras palavras – alimentos – Aloma**

100 Primeiras palavras: alimentos é o primeiro livro para bebês com um vocabulário bem brasileiro. Ele traz fotografias das frutinhas e dos legumes que fazem parte do nosso dia a dia, trazendo uma identificação à dieta e cultura do bebê brasileiro, que certamente reconhecerá seus alimentos favoritos nas imagens.

Neste livro, mais de cem palavras e fotografias foram selecionadas para ensinar o "bebê leitor" a gostar de ler e conhecer a sua alimentação, das frutinhas e dos legumes que não podem faltar nas refeições do bebê até as guloseimas que ele deve evitar. Tudo isso feito de um jeitinho muito especial, bem brasileiro, para que ele aprenda sobre o mundo que nos cerca, ajudando a família a construir um maior número de referências para o bebê e a criança pequena ter uma alimentação saudável e consciente. Vale destacar que os livros com fotos são um sucesso entre os bebês e as crianças pequenas. Eles ampliam as suas capacidades para ler imagens e ajudam a relacionar os objetos reais do seu dia a dia com as representações gráficas que os livros trazem. Além disso, este livro traz mais de 100 alimentos e seus nomes, favorecendo a ampliação do vocabulário do bebê e da criança pequena, com destaque para as frutas, as verduras e as comidinhas que são bem brasileiras.

Faixa etária: 0 – 3 anos

### **Receitas mágicas para crianças espertas – Mariana Lopes de Brito**

Muitas crianças são resistentes a experimentar novos alimentos. Os pais, por sua vez, se empenham tentando fazê-las comerem melhor. Com Olívia e sua família não era diferente, a menina só queria saber de comer arroz. Até que um dia sua mãe fez uma incrível descoberta! Receitas mágicas que ajudam as crianças a comerem melhor. A partir desse dia, Olívia passou a vestir seu avental mágico de cozinheiro e juntas, mãe e filha, prepararam delícias para toda a família. Este livro é um convite para pais e filhos cozinharemos juntos, descobrindo novos sabores, através de alimentos saudáveis.

Faixa etária: 9 – 12 anos



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES**  
Rua Monsenhor Cassese, 345, Jardim Aurora  
18320-000 – Apiaí – SP  
Tel/Fax: (15) 3552-1690/3552-2400  
CNPJ: 46.634.242/0001-38



### **Mamar quando o sol raiar – Fernanda Vernilo**

Amamentar um bebê nutre não apenas com alimento, mas também com amor, proteção e confiança. Fortalece vínculos, ameniza desconfortos, estabelece rotina. Com o passar dos meses ou anos, se a amamentação noturna estiver se tornando algo desgastante e a mãe sentir que já é hora dela e do bebê dormirem sem interrupções, o desmame noturno pode ser conduzido gentilmente. Este livro ajudará que esta importante mudança aconteça de forma lúdica, exemplificando o processo de amadurecimento natural das crianças e preparando os envolvidos para passar por este momento de forma natural e leve. Mamar quando o sol raiar é o primeiro livro para apoio na condução do desmame noturno escrito no Brasil.

Faixa etária: Mães de bebê

### **É hora do almoço! - Rebecca Cobb e Juliana Torres**

Chegou a hora do almoço para uma garotinha, mas ela não está com a mínima fome. A pequena recebe visitas inesperadas e famintas, que...Nham, nham!...comem toda a sua comida! Ufa! Ainda bem que crianças não são saborosas...É hora do almoço! É uma colorida história sobre comida, amizade e diversão! "

Faixa etária: 2 – 5 anos

### **Aninha não quer comer! - Uma aventura nutricional cheia de cores e sabores!**

Aninha, uma menina esperta e cheia de sonhos, enfrenta um grande desafio: ela não quer comer! Com medo de ficar feia e inspirada por modelos magrelas, Aninha recusa-se a alimentar-se adequadamente. Até que a Dra. Melância, uma nutricionista cheia de carinho, chega à cidade das Cores para ajudar. Junto com seus amigos, como o jogador Cristiano Bananaldo e a bailarina Cenourela, eles embarcam em uma aventura cheia de diversão e descobertas, mostrando a Aninha a importância de uma alimentação equilibrada, colorida e cheia de nutrientes. Com segredinhos saudáveis, Aninha vai aprender que comer pode ser gostoso, saudável e cheio de alegria. Será que ela vai mudar de ideia sobre a comida?

Faixa etária: 2 – 5 anos

### **Brincar, comer, nutrir: atividades lúdicas para a educação infantil**

O Entrar no universo infantil não é tarefa fácil; entrar no universo da alimentação infantil é tarefa mais complexa ainda. Penetrar nesse âmbito requer pureza de alma, sensibilidade e, acima de tudo, coração leve. Sair do mundo puramente teórico é imprescindível para conquistarmos o coração de seres tão sensíveis, pelos quais as emoções nos cativam e nos fazem retornar a épocas progressas e interessantes. Ao puxar por nosso passado, por nossos momentos de infância, sempre nos remetemos a um alimento ou preparação que nos era agradável ao paladar, lembranças da convivência familiar ou até mesmo recordações de momentos não agradáveis que, por vezes, associamos à questão da alimentação. Presenciei, por um tempo, a elaboração de projetos relevantes (sinceramente, me arrependo de não ter feito parte por muito mais vezes...) que



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES**  
Rua Monsenhor Cassese, 345, Jardim Aurora  
18320-000 – Apiaí – SP  
Tel/Fax: (15) 3552-1690/3552-2400  
CNPJ: 46.634.242/0001-38



instrumentalizam profissionais da educação infantil para o tema da alimentação nessa fase da vida. Sabem da relevância desse tema aqueles que possuem “pequeninos” em casa e se debruçam sobre esse desafio. Lutar contra a mídia dos alimentos processados, lutar contra a indústria que investe pesado na propaganda e oferta desses produtos é uma batalha desigual, injusta.

### **A cesta de dona Maricota**

Em deliciosos versos e rimas, os alimentos que compõem a cesta de Dona Maricota chegam da feira e iniciam uma gostosa provocação, enumerando as vantagens nutritivas de se comer, verduras, frutas e legumes.

Indicado para os anos iniciais do Ensino Fundamental 1º ano e 2º ano, com trabalho interdisciplinar: Ciências da Natureza. Faixa etária de 2 a 6 anos.

### **Quem Abre O Bocão?**

Com interatividade, adivinhações e personagens cativantes, este livro é irresistível. E, com a ajuda dele, os legumes e hortaliças também serão! Nesta história, as verduras são apresentadas de forma divertida e rimada, e as crianças têm que descobrir quem é o personagem que abre o maior bocão para elas. Diversão garantida para os pequenos e um incentivo para a hora das refeições!

Faixa etária: 1 - 3 anos

Angelita de Lima Freitas  
CRN 80351-SP  
Nutricionista Merenda Escolar