



AVALIAÇÃO QUALITATIVA DE PREPARAÇÕES VEGETARIANAS DOS CARDÁPIOS DE UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO

Thaís Lima Teixeira ⁽¹⁾; **Carla Thayene dos Santos Sobrinho** ⁽²⁾; **Juliana Vieira Carvalho** ⁽³⁾; **Adrienne Pureza Maciel** ⁽⁴⁾; **Lais Pinon de Carvalho** ⁽⁵⁾; **Fernando A. Yuji Tamashiro** ⁽⁶⁾;

⁽¹⁾ Graduanda em Nutrição; Universidade Federal do Pará (UFPA); Campus Belém, PA nutritaislt@gmail.com; ⁽²⁾ Graduanda em Nutrição; Universidade Federal do Pará (UFPA); Campus Belém, PA; ⁽³⁾ Graduanda em Nutrição; Universidade Federal do Pará (UFPA); Campus Belém, PA; ⁽⁴⁾ Bacharel em Nutrição; Universidade Federal do Pará (UFPA); Campus Belém, PA; ⁽⁵⁾ Bacharel em Nutrição; Cesupa; Belém, PA; ⁽⁶⁾ Bacharel em Nutrição; Cesupa; Belém, PA;

INTRODUÇÃO

As Unidades de Alimentação e Nutrição compreendem as empresas fornecedoras de serviços de alimentação coletiva que devem contar com a supervisão de um nutricionista, o qual é responsável por planejar, elaborar e avaliar os cardápios, de acordo com o perfil dos clientes e do serviço. O nutricionista, em seu planejamento, tem a tarefa de levar em conta vários aspectos para a elaboração: o custo das preparações, a sua aceitação pelos comensais, facilidade de abastecimento das matérias-primas necessárias, safra, capacidade de produção da unidade, bem como os hábitos alimentares dos comensais. A aceitação está relacionada à boa combinação dos aspectos sensoriais das refeições: palatabilidade, combinação de cores, aroma e texturas. Diante disso, a Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) é um método que pode ser utilizado para auxiliar o nutricionista na elaboração de cardápios mais adequados do ponto de vista nutricional e sensorial. Ela também ajuda na identificação de possíveis falhas na sua construção e assim permite modificações.

OBJETIVOS

Avaliar qualitativamente as preparações vegetarianas dos cardápios de um restaurante universitário.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo transversal, realizado em um restaurante universitário, situado em Belém-PA. A unidade atende a, em média, 7 mil clientes diariamente, distribuídas entre almoço e jantar. Foram analisados os cardápios planejados para o período de 02 a 31 de março de 2020, totalizando 44 no período. A unidade possui cardápio padrão básico com sistema de distribuição mista, elaborado e supervisionado por nutricionistas. Para avaliar os aspectos qualitativos das preparações foi utilizado o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) que considera a oferta de folhosos, frutas, a presença de cores iguais nas preparações e a presença de duas ou mais preparações ricas em enxofre (exceto feijão) no mesmo cardápio, a oferta de carne gordurosa, de frituras, de doces, e a oferta de doces e frituras em um mesmo dia. A oferta de frutas e folhosos foi definida como aspecto positivo na classificação dos cardápios, sendo avaliados conforme os seguintes percentuais: ótimo, $\geq 90\%$; bom, 75 a 89%; regular, de 50 a 74%; ruim, de 25 a 49%; péssimo, $<25\%$. Já a presença de duas ou mais preparações ricas em enxofre, preparação de cores iguais, presença de frituras, doces, oferta de doces e frituras juntos e a oferta de carne gordurosa, foram definidos como aspectos negativos, sendo classificadas da seguinte maneira: ótimo, $\leq 10\%$; bom, de 11 a 25%; regular, de 26 a 50%; ruim, de 51 a 75%; e péssimo, $>75\%$.

RESULTADOS

A oferta de frutas foi considerada boa atingindo 79,5% (n=35). Em relação à presença de hortaliças folhosas na forma de salada crua a avaliação atingiu 25% (n=11) sendo classificada como ruim. No aspecto monotonia de cores, 20% (n=9) cardápios obtiveram avaliação regular. Esse aspecto é interessante visto que, um cardápio com variedade de cores melhora o visual e conseqüentemente a aceitabilidade dos comensais. Quanto à presença de alimentos ricos em enxofre, 38,6% (n=17) obtiveram classificação regular. A combinação de alimentos ricos em enxofre pode causar desconforto gástrico, por isso, deve-se evitar dois ou mais alimentos que contenham este mineral. Já a presença de doces foi classificada como boa com 20,5% (n=9). Não há presença de frituras no cardápio, nem desses associados a doces sendo classificados como ótimo.

CONCLUSÕES

Os cardápios avaliados apresentaram aspectos positivos e negativos de acordo com a análise. Dentre os positivos o que mais se destacou foi a oferta de frutas. Em relação aos negativos, a presença de alimentos ricos em enxofre foi considerada regular e a presença de hortaliças cruas obteve avaliação ruim. Desse modo, o cardápio pode ser planejado para que haja uma melhora nesse ponto. É importante ressaltar que a ausência de frituras torna o cardápio mais saudável para os comensais, visto que, o excesso de gorduras causa danos à saúde como um todo.

REFERÊNCIAS

- VEIROS M. B; PROENÇA R. P. C. Avaliação Qualitativa Das Preparações Do Cardápio De Uma Unidade De Alimentação E Nutrição – Método Aqpc. Rev Nutr Pauta 2003;11(62):3642.
- MENEGAZZO, M, ET AL. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de centros de educação infantil. Revista de Nutrição,Joinville, SC, v. 24, n. 2, p. 243-251, 2011.
- DELFINO, R. D. A., & CANNIATTI-BRAZACA, S. G. Interação De Polifenóis E Proteínas E O Efeito Na Digestibilidade Protéica De Feijão Comum (Phaseolus Vulgaris L.) Cultivar Pérola. Food Science And Technology, Campinas, 30(2), 308-312, Abr./Julho, 2010