



Vértices (Campos dos Goitacazes)

ISSN: 1415-2843

ISSN: 1809-2667

essentia@iff.edu.br

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia

Fluminense

Brasil

Avaliação Qualitativa de Cardápio em uma Unidade de Alimentação na Cidade de Rio Verde/GO

Egea, Mariana Buranelo; Silva, Juliane Cristina de Melo; Andrade, Silvia Cristina Beozzo Junqueira de
Avaliação Qualitativa de Cardápio em uma Unidade de Alimentação na Cidade de Rio Verde/GO

Vértices (Campos dos Goitacazes), vol. 22, núm. 1, 2020

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Fluminense, Brasil

Disponível em: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=625764859012>

DOI: <https://doi.org/10.19180/1809-2667.v22n12020p166-174>

Este documento é protegido por Copyright © 2020 pelos Autores.



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución 4.0 Internacional.

Avaliação Qualitativa de Cardápio em uma Unidade de Alimentação na Cidade de Rio Verde/GO

Qualitative Evaluation of Menu in a Food Service Unity in Rio Verde City, Brazil

Evaluación cualitativa del menú en una unidad de alimentos en la ciudad de Rio Verde, Brasil

Mariana Buranelo Egea¹
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia
Goiano, Brasil
mariana.egea@ifgoiano.edu.br.

 <https://orcid.org/0000-0001-7589-2718>

DOI: <https://doi.org/10.19180/1809-2667.v22n12020p166-174>
Redalyc: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=625764859012>

Juliane Cristina de Melo Silva²
Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia
Goiano, Brasil
jucrisnutri20@gmail.com.

 <https://orcid.org/0000-0001-9744-4051>

Silvia Cristina Beozzo Junqueira de Andrade³
Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium, Brasil
silvianut@yahoo.com.br

 <https://orcid.org/0000-0002-9491-4182>

Recepción: 13 Enero 2019
Aprobación: 19 Noviembre 2019

RESUMO:

O objetivo da pesquisa foi avaliar a qualidade das preparações de cardápios de uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) utilizando um estudo do tipo retrospectivo, descritivo e qualitativo pelo método de avaliação qualitativa das preparações de cardápios durante 92 dias. Em média, os cardápios analisados apresentaram as seguintes ocorrências: 29% de frutas, 76% de folhosos, 43% de monotonia de cores, 64% de presença de mais de um alimento rico em enxofre e 55% de doces com pequena presença de frutas. Os resultados da avaliação indicam necessidade de uma reformulação dos cardápios visando garantir refeições com melhor aspecto nutricional, tornando-os mais atrativos e saudáveis.

PALAVRAS-CHAVE: Qualidade das refeições, Planejamento de cardápio, Avaliação Qualitativa das Preparações de Cardápios.

ABSTRACT:

This research aimed to evaluate the quality of the menu preparation in a Food Service Unity using a retrospective, descriptive, and qualitative study by the method of Qualitative Evaluation of Menu Preparation during 92 days. The analyzed menus presented the following: 29% of fruits, 76% of leafy vegetables, 40% of monotony of colors, 64% of presence of more than one kind of food

NOTAS DE AUTOR

- 1 Doutora em Engenharia de Alimentos. Professora efetiva no Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano *Campus* Rio Verde/GO – Brasil. E-mail: mariana.egea@ifgoiano.edu.br.
- 2 Mestre em Tecnologia de Alimentos. Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano *Campus* Rio Verde/GO – Brasil. E-mail: jucrisnutri20@gmail.com.
- 3 Mestre em Patologia Clínica. Professora no Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium *Campus* Lins/SP – Brasil. E-mail: silvianut@yahoo.com.br.

rich in sulfur, and 55% of desserts with a small presence of fruit. The evaluation results indicate the need for a reformulation of the menus in order to guarantee meals with a better nutritional aspect, making them more attractive and healthier.

KEYWORDS: Quality of meals, Menu planning, Qualitative Evaluation of Menu Preparation Method.

RESUMEN:

El objetivo fue evaluar la calidad de las preparaciones del menú de una Unidad de Alimentos mediante un estudio retrospectivo, descriptivo y cualitativo utilizando el método de Evaluación Cualitativa de las Preparaciones del Menú durante 92 días. En promedio, los menús analizados mostraron las siguientes ocurrencias: 29% de fruta, 76% de hojas, 43% de monotonía de colores, 64% de presencia de más de un alimento rico en azufre y 55% de dulces con poca presencia de frutas. Los resultados de la evaluación indican la necesidad de una reformulación de los menús para garantizar comidas con un mejor aspecto nutricional, haciéndolos más atractivos y saludables.

PALABRAS CLAVE: Calidad de las comidas, Planificación de menús, Método de Evaluación Cualitativa de Preparaciones de Menú.

1 INTRODUÇÃO

A realização de refeições fora do lar tornou-se um hábito que favoreceu os serviços de alimentação coletiva, aumentando a ingestão de bebidas açucaradas, baixo consumo diário de frutas e hortaliças e alto consumo de alimentos ricos em gorduras, doces, com excesso de sódio e pobres em fibras, vitaminas e minerais (AYALA *et al.*, 2008; ALVES; UENO, 2010). Estes fatores alimentares aliados ao sedentarismo, tabagismo, consumo excessivo de álcool, excesso de peso e obesidade têm contribuído para a perda de qualidade de vida podendo causar limitação nas atividades de trabalho e de lazer contribuindo para o desenvolvimento expressivo dos fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT), que são uma das principais causas de morte no Brasil (BRASIL, 2011; MALTA *et al.*, 2011).

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UANs) compõem um conjunto de áreas com o objetivo de promover atenção nutricional da coletividade, podendo estarem situadas em empresas, escolas, restaurantes, hotéis, *catering* e cozinhas de estabelecimentos de saúde, com o propósito de fornecer refeições balanceadas dentro dos padrões dietéticos e higiênicos sanitários, sob diferentes formas de gerenciamento (ABREU *et al.*, 2011; TEIXEIRA *et al.*, 2007).

De acordo com a Resolução do Conselho Federal dos Nutricionistas N° 380/2005, o sistema de alimentação em UANs deve ser administrado pelo profissional nutricionista, que é o único capacitado para planejar e coordenar de forma precisa os cardápios, supervisionar os equipamentos e utensílios, prevenindo assim o desenvolvimento de doenças, promovendo hábitos alimentares saudáveis através da oferta de cardápios balanceados, colaborando para garantir a saúde e a capacitação do trabalhador, para ter um melhor rendimento na produtividade e redução dos riscos de acidente no trabalho (VANIN *et al.*, 2007).

As preparações culinárias de cada refeição devem ser selecionadas pelo profissional nutricionista, levando-se em consideração e respeitando os hábitos e as preferências alimentares da clientela, a safra, a oferta e o custo dos gêneros alimentícios no mercado, os recursos humanos, a disponibilidade de área e equipamentos, para o preparo e o consumo efetivo dos alimentos (AMORIM *et al.*, 2005).

Para que a alimentação oferecida seja adequada, os cardápios devem seguir as leis da alimentação, oferecendo quantidade suficiente do ponto de vista energético, qualidade necessária quanto a oferta de nutrientes, harmoniosa com relação ao sabor, cor, textura dos alimentos e adequada aos indivíduos. A alimentação deve ser isenta de qualquer contaminação física, química e microbiológica, e que despertem as características sensoriais como sensações visuais, gustativas e olfativas aos comensais (PROENÇA *et al.*, 2005).

Com a necessidade de avaliar a qualidade das refeições elaboradas em UANs, o Método de Avaliação Qualitativa das Preparações dos Cardápios (AQPC) foi desenvolvido por Proença (2005) e tem como objetivo verificar a qualidade nutricional das preparações de cardápios, ajudando no equilíbrio e no

planejamento de cardápios adequados do ponto de vista nutricional e sensorial dentro dos parâmetros de saúde (PROENÇA *et al.*, 2005).

O presente estudo teve como objetivo avaliar a qualidade das preparações de cardápios em uma UAN de uma empresa na cidade de Rio Verde/GO, utilizando o método Avaliação Qualitativa de Preparações de Cardápio (AQPC).

2 MÉTODOS

Trata-se de um estudo de caso do tipo retrospectivo descritivo qualitativo, realizado em uma UAN de uma cooperativa agroindustrial de produtores rurais do sudoeste goiano da cidade de Rio Verde/GO, no ano de 2015. A UAN era cadastrada no programa de alimentação do trabalhador, administração do tipo autogestão e tinha como responsável técnico um profissional nutricionista. Fornecia em média 1.070 refeições/dia aos funcionários: 800 almoços, 200 jantares e 70 ceias.

A avaliação do cardápio da UAN deu-se através da análise das preparações de três meses de cardápios (totalizando 92 dias ininterruptos) no primeiro semestre de 2015.

A Análise Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) foi realizada através do método proposto por Proença *et al.* (2005), que consiste na análise detalhada do cardápio, verificando a qualidade nutricional de cada preparação, por meio das técnicas de cocção empregadas; as cores dos alimentos oferecidos; as repetições de preparações do cardápio; as combinações de alimentos preparados; aparecimento de frituras de maneira isolada ou associada aos doces; aparecimento de carnes com cortes gordurosos juntamente com oferta de doces como sobremesa; presenças de alimentos ricos em enxofre (exceto o feijão); oferta de alimentos como frutas e folhosos; presença de alimentos processados; e, frequência de uso de margarina, e de caldos industrializados como os de carne e legumes no preparo dos alimentos.

Para estabelecer um parâmetro de adequação dos itens do cardápio foi utilizada a classificação de acordo com Prado *et al.* (2013), que analisaram e classificaram os itens do cardápio, segundo os princípios da nutrição, em:

- aspectos positivos do cardápio, sendo considerado como ótimo quando $\geq 90\%$, bom quando 75 a 89%, regular de 50 a 74%, ruim de 25 a 49% e péssimo quando $< 25\%$ for a oferta de folhosos e frutas.
- aspectos negativos: considerado ótimo quando $\leq 10\%$, bom de 11 a 25 %, regular de 26 a 50%, ruim de 51 a 75% e péssimo quando $> 75\%$ da presença de fritura, doces e frituras no mesmo dia, cores iguais dos alimentos, alimentos ricos em enxofre e carnes gordurosas.

O cardápio foi analisado diariamente e semanalmente, depois foi realizada uma compilação do cardápio com agrupamento de informações, resultando na avaliação mensal e posteriormente trimestral.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os cardápios foram classificados como padrão popular médio, com modalidade de distribuição autosserviço, com exceção da carne e da sobremesa que eram porcionadas, e a cada comensal era entregue uma unidade. Uma refeição continha dois tipos de saladas, uma variedade de prato proteico e uma opção de guarnição, arroz, feijão, doce ou fruta de sobremesa e refresco artificial.

No total foram avaliados 92 dias, sendo 31, 30 e 31 dias no primeiro, segundo e terceiro mês, respectivamente que foram sumarizados na Figura 1. Ao final dos 92 dias, foi possível observar a ocorrência dos seguintes alimentos: 76% de folhosos, 64% de alimentos ricos em enxofre, 55% de doces, 43% de cores iguais, 34% de carne considerada de alto teor lipídico, 29% de frutas, 14% de fritura, e, 9% de doces e frituras (Tabela 1).

Quanto aos cardápios, foi observado que houve repetições do mesmo alimento durante a semana nas preparações das saladas de repolho, misto de grãos e soja que são alimentos ricos em enxofre. Os cortes de carnes mais frequentes nos 3 meses de cardápios foram linguíça toscana, acém bovina e costela; e os métodos de preparo mais utilizados foram o assado e/ou calor úmido (cozida). Estas carnes são classificadas como carnes com alto teor de lipídeos. Na maioria dos dias eram disponibilizadas sobremesas produzidas na UAN como gelatina, *flan*, *spumone*, pudim, creme e algumas industrializadas como paçoca, doce de leite. Foi observada a baixa oferta de frutas (Figura 1).

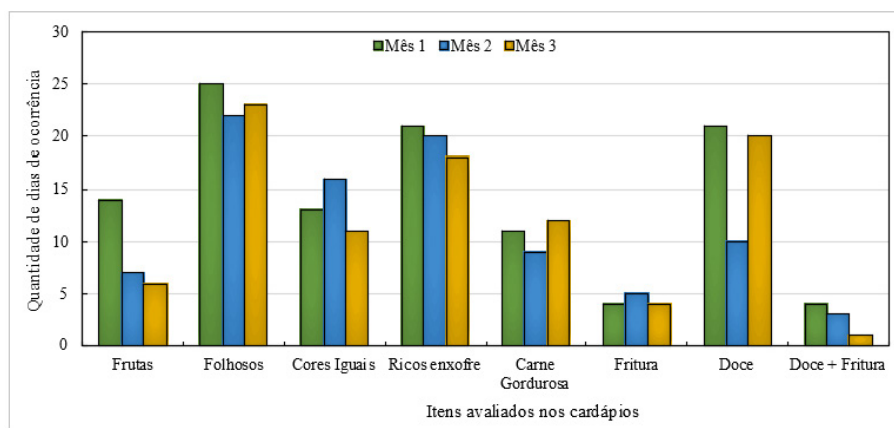


FIGURA 1.

Quantidade de dias de ocorrência de item avaliado no cardápio da UAN

Fonte: Os autores

A partir do percentual de ocorrência dos itens analisados pelo método AQPC, classificou-se o cardápio quanto ao percentual de adequação dos aspectos positivos e negativos (Tabela 1). Conforme foi observado, o cardápio não obteve classificação péssimo em nenhum item; classificação ruim foi atribuída aos itens presença de frutas, oferta de alimentos ricos em enxofre (repolho, misto de grãos e soja), doce como sobremesa; classificação regular foi atribuída a variação de cores das preparações e presença de carnes gordurosas; classificação ótimo foi atribuída a oferta de doce e fritura no mesmo dia; e, classificação boa foi atribuída para o hábito de servir frituras.

TABELA 1.

Classificação dos itens analisados dos cardápios segundo o método Avaliação Qualitativa das Preparações de Cardápio (AQPC)

Itens analisados	% de Ocorrência (n= dias)	Classificação
Frutas	29 (n=27)	Ruim
Folhosos	76 (n=70)	Bom
Cores iguais	43 (n=40)	Regular
Ricos em enxofre	64 (n=59)	Ruim
Carne gordurosa	34 (n=32)	Regular
Fritura	14 (n=13)	Bom
Doce	55 (n=51)	Ruim
Doce + Fritura	9 (n=8)	Ótimo

Fonte: Os autores

A avaliação qualitativa dos cardápios mostrou a presença de frutas em 27 dias e de folhosos em 70 dias entre os dias avaliados na UAN (Figura 1). Foi possível perceber que os valores obtidos neste trabalho foram inferiores ao que havia sido relatado por outros autores. Ramos *et al.* (2013) (Belo Horizonte/MG) e Prado *et al.* (2013) (Cuiabá/MT) relataram oferta de 100% de folhosos e frutas, e 100% de folhosos e

65% de frutas pelas UANs avaliadas, respectivamente. São José (2014) (Vitória/ES) observou a oferta de 96,08% de frutas e folhosos, enquanto Resende (2016) encontrou 78,86% e 86,53% de ocorrência de frutas e folhosos, respectivamente. Esses alimentos são importantes na composição do cardápio e essenciais para uma alimentação saudável, como fonte de vitaminas, minerais e fibras. O consumo de folhosos e frutas está associado à promoção de hábitos saudáveis aos comensais e à diminuição da ocorrência de doenças crônicas não transmissíveis (DCNT). Essa proteção é atribuída principalmente à presença de fibras, por reduzirem a absorção de colesterol e glicose (BERNAUD; RODRIGUES, 2013). A ingestão de frutas e vegetais (800 g/dia por indivíduo) é associada com a redução do risco de doença cardiovascular, câncer e mortalidade por todas as causas (AUNE *et al.*, 2017).

Neste trabalho, foram observados que em 40 dias (43% dos dias avaliados) foram utilizados alimentos com cores iguais nas preparações dos cardápios. Este valor foi superior ao que havia sido relatado por Resende (2016) (15,38%). Enquanto isso, maiores valores foram relatados por São José (2014) (96,08%) e Ramos *et al.* (2016) (69,0%). Para se ter cardápios de qualidade é importante seguir os princípios de variedade e harmonia que estão associados com a combinação de cores, consistência e sabores dos alimentos, e no desenvolvimento de novos preparos, que podem incluir frutas e hortaliças que resultam em melhora no aspecto visual (ORNELAS, 2006). Cardápios que respeitem estas características são considerados mais atrativos aos indivíduos influenciando na apreciação já que aparência geral e cor são os primeiros atributos que levam ao consumo (RESENDE, 2016).

Foram encontrados 64% de ocorrência de alimentos ricos em enxofre nos cardápios que se mostrou entre os resultados relatados por outros trabalhos de 40% (PRADO *et al.*, 2013), 76,2% (RAMOS *et al.*, 2013) e 70,58% (SÃO JOSE, 2014). A maior frequência de repolho em cardápio de UAN muitas vezes acontece devido ao seu menor preço comparado a outros vegetais folhosos, alto rendimento e maior *shelflife* após a compra comparado a outros folhosos.

Os alimentos ricos em enxofre como grão de bico, repolho e soja estiveram presentes em dois terços do período analisado nos cardápios das saladas, com exceção do feijão que fazia parte do cardápio diário. Estes alimentos devem ter frequência limitada na alimentação por apresentarem grande quantidade de rafinose, um oligossacarídeo que não é hidrolisado pelas enzimas humanas, que pode dificultar o processo digestivo, causando desconforto gástrico. O feijão, embora não seja contabilizado neste item, também contribui para o desconforto gástrico, devido à presença de oligossacarídeos não digeríveis. Entretanto, o remolho dos grãos e a cocção são utilizados para eliminar os fatores antinutricionais e diminuir a ocorrência de flatulência (FERNANDES *et al.*, 2012; DELFINO; BRAZACA, 2010), ressaltando-se, assim, a importância do nutricionista na orientação de técnicas de preparo adequadas para a garantia da qualidade nutricional das preparações (YGNATIOS *et al.*, 2017). Os compostos fenólicos e taninos presentes nestes alimentos são considerados antinutrientes, pois podem reduzir a digestibilidade da proteína e dos carboidratos. Além disso, esses compostos em excesso podem causar desconforto gastrointestinal devido à produção de gases pela fermentação bacteriana no cólon (DELFINO; BRAZACA, 2010; SUAREZ *et al.*, 1988).

As carnes com maior teor de lipídeos mais frequentes nos cardápios foram linguiça toscana, acém e costela, com presença em 32 dias (34% de ocorrência) nos cardápios da UAN. Este valor foi menor do que havia sido relatado por Prado *et al.* (2013) (25%), por Ramos *et al.* (2013) (52,4%) e São José (2014) (70,8%). O planejamento de cardápio deve evitar a frequência de consumo destes produtos, pois são ricos em gorduras saturadas, que contribuem para elevar o colesterol e com o desenvolvimento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) como dislipidemias, doenças cardiovasculares, elevação na pressão arterial assim como, o excesso de peso e obesidade (SPOSITO *et al.*, 2007).

A oferta de alimentos preparados por processo de fritura, um tipo de cocção rápida, esteve presente em 13 dias (14% de ocorrência), sendo utilizado principalmente para pratos proteicos (peixe frito e empanado), batata e banana frita na guarnição. Este fato foi considerado como aspecto positivo já que a UAN possui um grande número de fritadeiras disponíveis que poderiam aumentar essa disponibilidade, sendo assim a

alimentação oferecida estava balanceada e não limitada à logística existente. Prado *et al.* (2010) relataram 15% de ocorrência de fritura no cardápio já que possuíam maior disponibilidade de equipamentos como fornos e chapas. Já valores relatados por Ramos *et al.* (2013) e São José (2014) de 35,7% e 50,98% de fritura no cardápio, respectivamente, foram justificados por se tratar de uma técnica de preparo rápida (menor tempo).

A oferta de doces na sobremesa correspondeu a 51 dias (55% de ocorrência) e baixa presença de frutas (29% de ocorrência). O percentual de ocorrência de frutas encontradas foi menor do que avaliado por Prado *et al.* (2013) (35% de ocorrência), São José (2014) (88,23% de ocorrência), e Ramos *et al.* (2013) (100% de ocorrência). Conforme o PAT (Programa de Alimentação do Trabalhador), cabe às empresas oferecer aos funcionários pelo menos uma porção de frutas e uma porção de hortaliças nas principais refeições, como o almoço (BRASIL, 2006).

A presença de doce e fritura no mesmo dia apareceu em 8 dias (9% de ocorrência), o que foi considerado baixo comparado com os trabalhos de Ramos *et al.* (2013) (35,7% de ocorrência) e São José (2014) (50,98% de ocorrência). A baixa oferta de preparações doces aliada à presença de fritura é considerada positiva para a promoção da saúde, pois é sabido que dietas com o alto teor energético, consumo de carboidratos e lipídios, e inatividade física são fatores de risco para doenças cardiovasculares (CARVALHO; ALFENAS, 2008).

Os alimentos processados apresentaram-se em 90 dias presentes em itens como purê em flocos e refrescos artificiais (suco em pó disponibilizado em refresqueira). De acordo com Guia Alimentar da População Brasileira (BRASIL, 2014), alimentos processados são alimentos que apresentam modificações em sua identidade e alteram os aspectos nutricionais, com adição de sal ou açúcar em grandes quantidades para deixá-los mais duráveis ou atrativos aos comensais. Mesmo sendo fonte de nutrientes, o uso excessivo destes alimentos, pode levar a possíveis doenças associados com a obesidade, por isso o consumo desses alimentos deve ser limitado a pequenas quantidades e recomenda-se que seja feita consulta no rótulo do produto para preferir os que possuem menor teor de sal ou açúcar (BRASIL, 2014).

A UAN avaliada produzia e disponibilizava molhos como de feijão, *barbecue* e *tártaro* para serem utilizados de acordo com o interesse do comensal. Sobre as mesas ficavam disponíveis vinagre, azeite, pimenta do reino e sal. O hábito de ofertar molhos adicionais aos comensais pode contribuir para o aumento das calorias, de sal que contém sódio, açúcar, e gorduras sem necessidade nas refeições. Conforme indica o guia de boas práticas nutricionais para restaurante coletivos da Anvisa (ANVISA, 2014), deve-se implementar estratégias em todos os restaurantes como a retirada dos saleiros das mesas, os alimentos ultraprocessados dos cardápios e ingredientes já processados e de baixo valor nutricional como óleos, gorduras, farinhas, amido, açúcar e sal, acrescidos de conservantes, estabilizantes, flavorizantes e corantes cujos teores de sódio estejam muito acima dos teores de sódio equivalentes nos alimentos *in natura*, substituir, totalmente ou parcialmente, o sal de adição por temperos ou especiarias, bem como trocar por sal adicionado de ervas, entre outras estratégias. Deve-se, também, evitar o uso de temperos prontos, produzidos na unidade ou não, e caldos industrializados. Na unidade avaliada no presente trabalho, os caldos industrializados eram utilizados nas preparações em geral como de legumes, carne e macarrão.

A margarina esteve presente em dez dias nas preparações quando utilizava o método de cocção salteado, e na guarnição quando oferecido farofas. Os alimentos gordurosos são fontes de energia que contribuem para uma maior densidade energética nas refeições como a margarina sendo utilizada em algumas preparações (AMORIM *et al.*, 2005).

Os métodos de cocção são divididos em calor seco (grelhar, assar e fritar) e calor úmido (fervura, e cocção a vapor). O método de cocção que apresentou maior predominância nos cardápios analisados foram calor úmido. As técnicas empregadas mais presentes foram fervura (45,56% de ocorrência), grelhado (21,73% de ocorrência) e assado (32,60% de ocorrência). São José (2014) relatou, como métodos mais utilizados, a fervura (70,58% de ocorrência) e a fritura (50,98% de ocorrência).

No método por calor seco, os meios utilizados são o ar e/ou o óleo, e sabe-se que com esse método é possível uma melhor manutenção das características sensoriais, dos nutrientes e os elementos solúveis, no interior do

alimento, favorecendo a preservação do sabor. Neste método, a transmissão de calor é por condução (panela) ou convecção (fornos) e pode ser por meio indireto (aquecimento ao ar livre, como a grelha e espeto; ar confinado, como o forno; ou gordura e imersão). A temperatura e tempo de cocção devem ser controlados para preservar o valor nutricional dos alimentos. Em cocção por calor úmido, utiliza-se o meio aquoso como meio transferidor de calor e ele possui ação de hidratar o alimento e dissolver as substâncias químicas responsáveis características sensoriais, pelos nutrientes e outros elementos hidrossolúveis que participam do sabor da preparação. É uma cocção lenta, na qual a hidratação do alimento abrande as fibras, e esse tipo de cocção dispensa a presença de gordura (ANVISA, 2002).

Frente aos resultados encontrados percebe-se que o planejamento de cardápio nesta UAN deve ser revisado por se apresentar monótono, sem variação de cores, repetição no tipo do corte de carne e mesmas preparações durante a semana e ao longo do mês. A falta de planejamento foge aos objetivos da UAN pelo fato de prejudicar a qualidade nutricional das preparações.

Normalmente nas empresas cadastradas no PAT, os trabalhadores realizam pelo menos uma refeição principal do dia na empresa demonstrando a importância de a alimentação ter um bom planejamento quantitativo e qualitativo. A escolha dos cardápios deve levar em consideração, além dos parâmetros nutricionais estabelecidos pelo PAT, as preferências regionais e os recursos disponíveis, a fim de disponibilizar ao trabalhador uma refeição atrativa e nutritiva. Um trabalho mais efetivo na elaboração do cardápio seria a análise prévia do estado de saúde perfil antropométrico dos trabalhadores atendidos pelo programa. Desde que o acesso dos trabalhadores à alimentação no trabalho nem sempre garantem um consumo de uma alimentação equilibrada do ponto de vista nutricional, o que pode afetar a saúde desses indivíduos (ARAÚJO *et al.*, 2010).

4 CONCLUSÃO

O método AQPC permitiu observar e detectar falhas nos aspectos nutricionais envolvidos em cada preparação, auxiliando na garantia do equilíbrio nutricional, e na identificação de incompatibilidades nas preparações de forma a se implementar modificações que resultem em um cardápio mais variado, saudável e nutritivo aos comensais. Quanto aos aspectos a serem melhorados com relação aos cardápios analisados, seriam: diminuir nas saladas os alimentos ricos em enxofre que se apresentavam frequentes durante a semana, diversificar o uso de verduras e frutas para aumentar as cores ofertadas nas preparações, diminuir a frequência de doces na sobremesa, contribuindo com uma alimentação saudável e de qualidade para os comensais. Quanto ao critério de classificação do cardápio, observou-se mais a presença de aspectos negativos, o que sugere que uma reestruturação deverá ser realizada na UAN.

REFERÊNCIAS

- ABREU, E. S. *et al.* **Gestão de unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer**. 4. ed. São Paulo: Metha, 2011. p. 35-37.
- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. ANVISA. **Resolução RDC RDC nº 275, de 21 de outubro de 2002**. Dispõe sobre Regulamento Técnico de Procedimento Operacionais Padronizados aplicados aos Estabelecimentos Produtores/Industrializadores de Alimentos e a Lista de Verificação das Boas Práticas de Fabricação em Estabelecimentos Produtores/Industrializadores de Alimentos.
- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. ANVISA. **Documento De Referência para Guias de Boas Práticas Nutricionais**. Disponível em: http://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/seguranca_alimentar/GuiaRestaurantesColetivos.pdf. Acesso em: 21 nov. 2014.
- ALVES, M. G.; UENO, M. Restaurantes self-service: segurança e qualidade sanitária dos alimentos servidos. **Revista Nutrição**, v. 23, n. 4, p. 573-580, 2010.

- AMORIM, M. M. A. *et al.* Adequação nutricional do almoço self-service de uma empresa de Santa Luzia-MG. **Revista de Nutrição**, v. 18, n. 1, 145-156, 2005.
- ARAÚJO, M. P. N. *et al.* A alimentação do trabalhador: um resgate da produção científica nacional. **História, Ciência Saúde-Manguinhos**, v. 17, n. 4, p. 975-992, 2010.
- AUNE, D. *et al.* Fruit and vegetable intake and the risk of cardiovascular disease, total cancer and all-cause mortality-a systematic review and dose-response meta-analysis of prospective studies. **International Journal of Epidemiology**, p. 1-28, 2017.
- AYALA, G. X. *et al.* Away-from-home food intake and risk for obesity: Examining the influence of context. National institutes of health. **Obesity, Silver Spring**, v. 16, n. 5, p. 1002-1008, 2008.
- BERNAUD, F. S. R.; RODRIGUES, T. C. Fibra alimentar: Ingestão adequada e efeitos sobre a saúde do metabolismo. **Arquivo Brasileiro de Endocrinologia Metabólica**, v. 57, p. 397-405, 2013.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise de Situação de Saúde. **Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) no Brasil**. Brasília, DF, 2011. (Série B. Textos Básicos de Saúde).
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira**. 2. ed. 1. reimpr. Brasília, 2014.
- BRASIL. Ministério do Trabalho. Programa de alimentação do trabalhador. Portaria interministerial nº. 66, de 25 de agosto de 2006. **Diário Oficial da União**, de 28 de agosto de 2006. Disponível em http://www.mte.gov.br/legislacao/portarias/2006/p_20061205_193.pdf. Acesso em: 21 nov. 2015.
- CARVALHO, G. Q.; ALFENAS, R. C. G. Índice glicêmico: uma abordagem crítica acerca de sua utilização na prevenção e no tratamento de fatores de risco cardiovasculares. **Revista de Nutrição**, v. 21, n. 5, p. 577-587, 2008.
- DELFINO R. A., BRAZACA S. G. C. Interação de polifenóis e proteínas e o efeito na digestibilidade protéica de feijão comum (*Phaseolus vulgaris* L.) cultivar pérola. **Ciência e Tecnologia de Alimentos**, v. 30, n. 2, p. 308-312, 2010.
- FERNANDES A. C. *et al.* Técnicas de pré-preparo de feijões em unidades produtoras de refeições das regiões Sul e Sudeste do Brasil. **Revista de Nutrição**, v. 25, n. 2, p. 259-69, 2012.
- MALTA, D. C. *et al.* Fatores de risco e proteção para doenças crônicas não transmissíveis entre beneficiários da saúde suplementar: resultados do inquérito telefônico Vigitel, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, n. 3, p. 2011-2011, 2011
- ORNELAS, L. H. **Técnica Dietética: Seleção e preparo de alimentos**. 8. ed. São Paulo: Metheu Editora, 2006. p. 4.
- PRADO, B. G. *et al.* Avaliação qualitativa das preparações de cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição de Cuiabá-MT. **Revista UNOPAR Científica Ciências Biológicas da Saúde**, v. 15, n. 3, p. 219-223, 2013.
- PROENÇA, R. *et al.* **Qualidade Nutricional e Sensorial na Produção de Refeições**. Florianópolis: UFSC, 2005. cap.1, p. 32-33-34.
- RAMOS, S. *et al.* Avaliação Qualitativa do Cardápio e Pesquisa de Satisfação em uma Unidade de alimentação e Nutrição. **Revista Alimentos e Nutrição**, v. 24, n. 1, p. 29-35, 2013.
- RESENDE, F. R. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição institucional de Leopoldina-MG. **Revista Demetra**, v. 11, n. 1, p. 91-98, 2016.
- SÃO JOSÉ, J. F. B. Avaliação Qualitativa de Cardápios em uma unidade de alimentação e nutrição localizada em Vitória, ES. **Revista Demetra**, v. 9, n. 4, p. 975-984, 2014.
- SPOSITO, A. C. *et al.* Diretriz Brasileira Sobre Dislipidemias e Prevenção da Aterosclerose Departamento de Aterosclerose da Sociedade Brasileira de Cardiologia. **Arquivos Brasileiros de Cardiologia**, v. 88, n. I, abril, 2007.
- SUAREZ, F. L. *et al.* Identification of gases responsible for the odour of human flatus and evaluation of a device purported to reduce this odour. **Gut**, v. 43, p. 100-104, 1988.
- TEIXEIRA, S. *et al.* **Administração Aplicada às Unidades de Alimentação e Nutrição**. São Paulo, Editora: Atheneu, 2007.

- VANIN, M. *et al.* Adequação nutricional do almoço de uma unidade de alimentação e nutrição de Guarapuava-PR. **Revista Salus**, v. 1, n. 1, p. 31-38, 2007.
- YGNATIOS, N. T. M. *et al.* Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma escola privada em um município do interior de Minas Gerais. **Revista da Associação Brasileira de Nutrição**, n. 1, p. 82-89, 2017.