



ANÁLISE NUTRICIONAL DOS CARDÁPIOS OFERECIDOS POR UMA EMPRESA PARTICIPANTE DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO DO TRABALHADO NO MUNICÍPIO DE CUIABÁ-MT

Congresso Internacional em Produção de Refeições, Alimentação e Nutrição, 1ª edição, de 25/10/2021 a 28/10/2021
ISBN dos Anais: 978-65-81152-13-0

OLIVEIRA; Emylly Raquel dos Santos ¹, MORAES; Sandra Sousa de Andrade Moraes ², FREITAS; Rosinete da Silva ferreira Freitas ³, ALVES; Maria Aparecida Barbosa da Silva ⁴

RESUMO

Nas últimas décadas tem aumentado o número de pessoas que fazem refeições fora de casa e com base nisso houve um aumento no crescimento do mercado alimentício. Com isso, há uma maior necessidade da implantação de locais fornecedores de refeições saudáveis de modo que garanta maior qualidade nutricional, sensorial e higiênicosanitária em toda cadeia de produção até a entrega do produto final obtendo o controle de produção e custo acessível com a finalidade de atender maior parte da população e através disso garantir a promoção da saúde. Com isso, a implantação de UAN torna-se de fundamental importância para que forneça refeições saudáveis e seguras nutricionalmente e por meio disso assegurar um padrão de qualidade garantindo refeições em níveis adequados de macro e micronutrientes de acordo com as recomendações da literatura visando melhorar a situação nutricional da população. O presente estudo teve como objetivo avaliar a composição nutricional das marmitas oferecidas por uma Unidade de Alimentação e Nutrição e comparar se os valores estão de acordo com as recomendações preconizadas pelo Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT). Trata-se de um estudo transversal no qual foi analisada a composição nutricional das marmitas entregues por uma UAN localizada no município de Cuiabá-MT, no qual foi realizado o cálculo da composição nutricional dos cardápios do almoço referentes a cinco dias consecutivos. Nos dias analisados os cardápios continham em seus pratos principais dois tipos de opções proteicas além das outras preparações que acompanham o cardápio. Para determinação da composição foram utilizados os cálculos das fichas técnicas que foram elaboradas em planilha eletrônica a partir das informações coletadas no local e das informações nutricionais disponibilizada na TACO. As marmitas possuem padrão de peso por porção e a pesagem dos cinco cardápios resultou com o total entre 430 e 610g, a depender das preparações enviadas no dia. Os resultados foram comparados com as recomendações do PAT. Os cardápios analisados durante a pesquisa mostraram ter uma média de teor calórico de 964 calorias no almoço dos comensais, estando as calorias dos cinco dias analisados de acordo com o intervalo preconizado. Todos os dias apresentaram elevada quantidade de sódio e de proteína, sendo esse último devido a composição do cardápio contemplar duas opções proteicas. Além disso, a quantidade de carboidrato, lipídio e fibras dos dois primeiros dias estavam acima do recomendado, em contrapartida no terceiro, quarto e quinto dia mostraram uma oferta de

¹ Graduanda em Nutrição pela UNIC, emyllyelya@gmail.com

² Graduanda em Nutrição pela UNIC, sandrasouzamoraes@hotmail.com

³ Graduanda em Nutrição pela UNIC, Rosinetefreitas179@gmail.com

⁴ Graduanda em Nutrição pela UNIC, Barbosaaparecidamaria1978@gmail.com

carboidratos muito abaixo, porém nestes dias as fibras obtiveram-se dentro do ideal conforme o determinado pela legislação vigente. Conclui-se que nos dias analisados na UAN obteve-se resultados insatisfatórios na composição dos macronutrientes e do teor de sódio, tendo alteração no equilíbrio da quantidade ideal das recomendações estabelecidas. Em vista disso, percebe-se a necessidade de melhor elaboração dos cardápios da UAN, considerando as determinações nutricionais do PAT tendo o nutricionista como responsável no embasamento para compor um cardápio harmonioso que atenda a qualquer recomendação preconizada garantindo qualidade sensorial, nutricional e promoção da saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Nutrientes, Planejamento de cardápio, Unidade de Alimentação e Nutrição

¹ Graduanda em Nutrição pela UNIC , emyllyelya@gmail.com

² Graduanda em Nutrição pela UNIC , sandrasouzamoraes@hotmail.com

³ Graduanda em Nutrição pela UNIC , Rosinetefreitas179@gmail.com

⁴ Graduanda em Nutrição pela UNIC , Barbosaaparecidamaria1978@gmail.com