

AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO (AQPC-BUFÊ) EM UMA UNIDADE PRODUTORA DE REFEIÇÕES DE FLORIANÓPOLIS – SC

Marina Hering Gonçalves – Nutricionista pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC.

Mariana Vieira dos Santos Kraemer – Nutricionista pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Membro do Núcleo de Pesquisa em Produção de Refeições NUPPRE – UFSC.

Renata Carvalho de Oliveira – Nutricionista e Mestre em Nutrição pela Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Membro do Núcleo de Pesquisa em Produção de Refeições NUPPRE – UFSC.

Rossana da Costa Pacheco Proença – Nutricionista, Professora do Departamento de Nutrição da Universidade Federal de Santa Catarina – UFSC. Líder do Núcleo de Pesquisa em Produção de Refeições NUPPRE – UFSC.

RESUMO

O cardápio é definido como sendo uma lista de preparações culinárias que compõem uma refeição de um dia ou de um período determinado. Tendo o cardápio como instrumento, as Unidades Produtoras de Refeição planejam refeições nutricionalmente equilibradas, com bom nível de sanidade e que mantenham e/ou recuperem a saúde daqueles que as consomem. Objetivou-se, com este estudo, realizar uma análise comparativa do cardápio planejado e das preparações servidas no bufê de almoço de uma UPR de Florianópolis, SC, pelo método Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio para bufês (AQPC-bufê). Para tanto, foram adaptados os formulários propostos em Proença *et al.* (2005) para o método AQPC-bufê, sendo aplicados no cardápio planejado e naquele oferecido no bufê, durante cinco dias de uma semana. Como resultado, foram observadas mudanças do cardápio planejado para o executado, consideradas negativas (o aumento de alimentos sulfurados e molhos ricos em gordura como acompanhamento frio) e positivas (o aumento de alimentos folhosos e integrais e a diminuição de alimentos gordurosos como acompanhamento quente). Assim, concluiu-se que o cardápio apresenta alguns pontos preocupantes no que se refere à qualidade nutricional, com especial destaque às diferenças entre o planejado e o executado, podendo afetar a saúde dos comensais da UPR, especialmente os cativos.

Palavras-chave: Nutrição em produção de refeições, Unidade Produtora de Refeição, restaurante, cardápio, Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio - AQPC

ABSTRACT

A menu is defined as a list of culinary preparations that comprise a daily meal or one for a specific period. Taking the menu as an instrument, the restaurants plan nutritionally balanced meals, with an appropriate level of hygiene, which maintain and/or improve the health of those that consume them. The objective of this study was to carry out a comparative analysis of the planned menu and the preparations served on the lunchtime buffet of an restaurant in Florianópolis, SC, using the Qualitative Evaluation of Menu Components method for buffets method (QEMC-buffet). To this end, the forms proposed by Proença *et al.* (2005) were adapted to the QEMP-buffet method, being applied to the planned menu and to that offered on the buffet, on five days out of a single week. Comparison of the planned menu with that which was executed showed a number of changes, some considered negative (an increase in sulphur-containing foods and sauces high in fat as a cold accompaniment) and others positive (an increase in

leafy and wholegrain foods and a reduction in fatty foods as a hot accompaniment). It was concluded that there were a number of concerns about the menu with regard to nutritional quality, in particular the differences between the planned and the executed menus, which could affect the health of diners at the restaurant, especially regular customers.

Keywords: Food service, catering, restaurant, menu, Qualitative Evaluation of Menu Components - QEMP

INTRODUÇÃO

As Unidades Produtoras de Refeições (UPRs) têm como objetivo fornecer uma refeição nutricionalmente equilibrada, apresentando bom nível de sanidade e que mantenha e/ou recupere a saúde daqueles que a consomem. Além disso, visam auxiliar o desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis, sendo atribuição do nutricionista da UPR trabalhar com a prevenção de doenças e a promoção da saúde. (PROENÇA, 1997; VEIROS; PROENÇA, 2003).

De acordo com o *Guia Alimentar para a População Brasileira*, refeições são saudáveis quando preparadas com alimentos variados, com tipos e quantidades adequadas às fases do curso da vida, compondo refeições coloridas e saborosas que incluam alimentos tanto de origem vegetal como animal (BRASIL, 2006).

O cardápio é o instrumento que inicia o processo produtivo e serve como instrumento gerencial para a administração da UPR (ZANARDI; ABREU; SPINELLI 2003). Segundo Philippi (2006), o cardápio é definido como sendo uma lista de preparações culinárias que compõem uma refeição ou que compõem todas as refeições de um dia ou de período determinado.

Com o intuito de analisar os itens pertinentes a uma avaliação qualitativa de cardápios, considerando dimensões nutricionais e sensoriais, foi elaborado o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC), exposto em Veiros (2002), Veiros e Proença (2003), Proença *et al.* (2005) e Veiros *et al.* (2006).

O método AQPC auxilia a percepção do equilíbrio do cardápio em aspectos tais como tipos, cores e formas de preparo dos alimentos, buscando torná-los mais atrativos aos comensais, no sentido de um consumo mais adequado do ponto de vista de saúde (PROENÇA *et al.*, 2005)

Assim, com este estudo, objetivou-se realizar uma análise comparativa do cardápio planejado e das preparações servidas no bufê de uma UPR de Florianópolis, SC, pelo método AQPC para bufês (AQPC-bufê).

METODOLOGIA

Este estudo foi realizado durante um estágio curricular de Curso de Graduação em Nutrição, numa UPR hoteleira, do tipo autogestão, que oferece diariamente as refeições de café da manhã, almoço e jantar. A refeição analisada foi o almoço, cuja distribuição é feita por meio de autosserviço por peso, e o número de comensais varia de 100 a 600, conforme a estação do ano e o dia da semana.

Após levantamento bibliográfico e observação do funcionamento do local, foram adaptados os formulários propostos em Proença *et al.* (2005) para aplicação do método AQPC-bufê no almoço servido na UPR. A aplicação do método deu-se em dois momentos, no cardápio planejado e no cardápio oferecido no bufê. A análise foi realizada durante cinco dias de uma semana.

Inicialmente, as preparações foram classificadas nos quatro grupos sugeridos pelas autoras do método, possibilitando-se, dessa forma, avaliar características

específicas dos alimentos: tipo e variedade, técnicas de preparo empregadas, cores, molhos e qualidade nutricional (Quadro 1).

	Grupos			
	Saladas	Acompanhamentos frios	Acompanhamentos quentes	Carnes
Alimentos	Verduras, legumes e frutas oferecidas como salada	Cereais, massas, leguminosas, raízes e tubérculos, servidos frios ou à temperatura ambiente	Legumes e verduras quentes, arroz, massa, raízes e tubérculos, dentre outros	Bovina, de ave, suína, de peixe, miúdos e embutidos

Quadro 1: Grupos de alimentos sugeridos por Proença *et al.* (2005) e utilizados para a aplicação do método AQPC-bufê na Unidade Produtora de Refeições analisada.

Na seqüência, elaborou-se um formulário para aplicação do AQPC-bufê para cada grupo, englobando dados como método de cocção, utilização de molhos gordurosos, oferta de alimentos sulfurados e integrais, bem como a oferta de frutas e folhosos como salada. Esse formulário foi aplicado nos dados do cardápio de almoço planejado, segundo os registros da UPR. O mesmo formulário foi também aplicado ao cardápio efetivamente realizado, observado a partir do registro das preparações que compunham o bufê em cada um dos dias analisados.

Após a avaliação dos itens de cada grupo, analisaram-se os mesmos itens separadamente entre os cardápios planejados e os realizados. Com isso, os pontos mais relevantes de cada grupo foram selecionados para discussão e comparação em cada dia de análise.

O grupo das carnes foi avaliado de forma independente, por não ter sido possível seguir os padrões e os critérios adotados para os demais grupos (saladas, acompanhamentos frios e acompanhamentos quentes). O planejamento da UPR para as carnes limitava-se a apontar o tipo de carne a ser servida a cada dia, sem especificar a preparação. Em conseqüência, para esse grupo de alimentos, a análise foi feita apenas no cardápio servido no bufê, sendo inaplicável a comparação entre os dois cardápios.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No Gráfico 1 são apresentadas as avaliações do cardápio planejado e do cardápio realizado referentes às preparações das saladas e dos acompanhamentos frios e quentes, segundo os critérios propostos pelo método AQPC-bufê (Proença *et al.*, 2005), seguidas da avaliação detalhada de cada grupo.

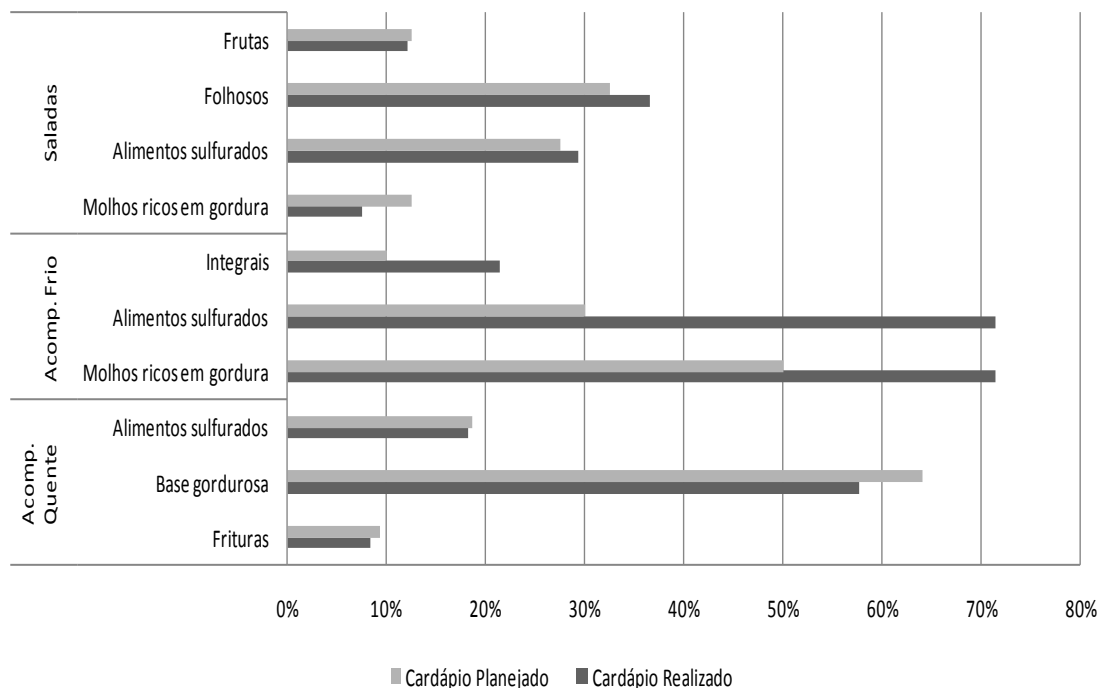


Gráfico 1: Avaliação do grupo de saladas, acompanhamentos frios e acompanhamentos quentes, segundo os critérios propostos pelo método AQPC-bufê, no cardápio planejado e no cardápio realizado na Unidade Produtora de Refeições avaliada.

De modo geral, observou-se que o planejamento de cardápio é pouco seguido na UPR para as preparações de saladas, acompanhamentos quentes e acompanhamentos frios, posto que apenas três dos dez critérios avaliados apresentaram pequeno percentual de variação entre o cardápio planejado e o cardápio executado.

1. Saladas

A avaliação deste grupo de alimentos levou em conta quatro critérios: ocorrência de frutas, ocorrência de folhosos, presença de alimentos sulfurados e presença de molhos ricos em gordura. Os critérios presença de alimentos sulfurados e ocorrência de frutas sofreram pouca alteração comparando-se os dois cardápios (1% para ambos). Entretanto, houve um aumento, mesmo que pequeno, no número de alimentos sulfurados em detrimento da ocorrência de frutas. Quanto aos folhosos e à ocorrência de molhos gordurosos, houve uma variação de 4% e 5% respectivamente, sendo que a ocorrência de folhosos aumentou no cardápio executado, enquanto a ocorrência de molhos gordurosos diminuiu.

O grupo das saladas apresentou a menor variação. Comparando-se os dois cardápios, o maior percentual de variação foi de 5% e ocorreu no critério presença de molhos ricos em gordura.

O cardápio realizado continha aproximadamente 45% de folhosos e 15% de frutas em relação ao total de saladas. Tal fato pode ser considerado positivo à saúde dos comensais, tendo em vista que o Ministério da Saúde, por meio do *Guia Alimentar para a População Brasileira* preconiza que o setor produtivo de alimentos deve assegurar a presença de frutas, verduras e legumes para a alimentação da população. Além disso, destaca o papel desses alimentos na proteção à saúde e na diminuição do risco de ocorrência de várias doenças, tais como as cardiovasculares (BRASIL, 2006).

2. Acompanhamentos Frios

No grupo dos acompanhamentos frios, os critérios avaliados foram: ocorrência de alimentos integrais, presença de alimentos sulfurados e presença de molhos ricos em gordura. O número de preparações com alimentos sulfurados foi o critério que mais se destacou, tanto na variação observada em relação aos dois cardápios quanto nas quantidades oferecidas. O cardápio planejado previa 30% de alimentos sulfurados no total dos acompanhamentos frios; no executado houve a ocorrência de 71%. Esta porcentagem manteve-se quando avaliado, no cardápio executado, a oferta de molhos ricos em gordura, enquanto no planejamento previam-se apenas 50%. Outro aspecto que merece ser destacado neste grupo foi a ocorrência de alimentos integrais, estando presente em 10% do cardápio planejado e 21% do cardápio executado.

Este grupo destacou-se como o que mais sofreu alterações de cardápio, comparando-se o planejado e o executado. Isso se deve ao aumento de 41% na ocorrência de alimentos sulfurados e de 21% na ocorrência de molhos ricos em gordura.

Os alimentos em cuja composição entram elementos sulfurados são causadores de flatulência, podendo causar desconforto gástrico e formação de gases naqueles que os consomem. Alguns desses alimentos são: abacate, acelga, aipo, alho, amendoim, batata-doce, brócolis, castanha, cebola, couve-de-bruxelas, couve-flor, ervilha, feijão, gengibre, goiaba, jaca, lentilha, maçã, melancia, melão, milho, mostarda, nabo, nozes, ovo, rabanete, repolho, uva, entre outros (PROENÇA *et al.*, 2005).

Melhorando a qualidade nutricional do bufê, houve um aumento de 11% na ocorrência de alimentos integrais. Tal aumento pode ser considerado benéfico à saúde, pois o consumo de fibras pode aumentar a resistência dos indivíduos à insulina (FIGUEIREDO; MODESTO-FILHO, 2008) e causar efeitos benéficos no perfil lipídico daquele que as consome (GALLAGHER, 2010). Além disso, Vitolo *et al* (2007) encontraram associação entre a baixa ingestão de fibras e a ocorrência de constipação intestinal e ganho de peso.

3. Acompanhamentos Quentes

O grupo dos acompanhamentos quentes foi avaliado segundo três critérios: presença de alimentos sulfurados, presença de preparações tendo como base alimentos com alto teor de gordura e a ocorrência de frituras. Como destaque, as preparações com base gordurosa, para as quais se observou um planejamento de ocorrência de 64%, percentual que diminuiu para 58% na execução do cardápio. A presença de alimentos sulfurados e a ocorrência de frituras como acompanhamento quente mantiveram-se nos dois cardápios em torno dos 19% e 9%, respectivamente.

Dos três critérios avaliados neste grupo de preparações, dois deles (presença de alimentos sulfurados e frituras) sofreram pouca alteração entre o cardápio planejado e o executado (1% para ambos). Destaca-se que, na análise de utilização de alimentos de base gordurosa, observou-se sua diminuição no cardápio elaborado em comparação com o cardápio planejado. Este também é um achado considerado positivo, pois a *Estratégia Global para Alimentação Saudável e Atividade Física da Organização Mundial da Saúde* (WHO, 2004) aponta, como uma das ações para o bom estado de saúde, a ingestão limitada de energia proveniente de gorduras, além da substituição da gordura saturada por gorduras insaturadas e a eliminação dos ácidos trans.

Num exemplo demonstrado por Isensee *et al* (2009), verifica-se a possibilidade de reduzir a utilização de óleos e gorduras: em 6,5% na utilização de óleo e em 55% na utilização de margarina. Este estudo destacou a importância da realização de um trabalho de conscientização e formação dos colaboradores da cozinha, por meio de oficinas e testes culinários.

4. Carnes

Observou-se a predominância de oferecimento de carne bovina (50%), seguida pela igual frequência de aves (25%) e peixes (25%) nos dias avaliados. Com relação às carnes bovinas, esses resultados vão ao encontro dos dados da *Pesquisa de Orçamento Familiar* (POF) para a região sul do país, onde o consumo *per capita* por ano de carne vermelha era de 21,9 kg, enquanto o consumo de aves era em torno de 14 kg. Já com relação ao peixe, esta quantidade diminuía para 1,6 kg por ano. A carne suína, que não foi incorporada no cardápio da UPR na semana avaliada, segundo a POF, apresentava um consumo anual na região sul de aproximadamente 10 kg *per capita* (IBGE, 2010). Contudo, deve-se considerar que, dada a localização litorânea da cidade de Florianópolis, o hábito alimentar da população está bastante ligado aos pescados, especialmente o peixe. Dessa forma, o consumo deste alimento torna-se mais elevado em relação à média da região, justificando a presença do peixe em 25% no cardápio avaliado, mesma porcentagem de ocorrência da carne de frango.

O *Guia Alimentar para População Brasileira* orienta quanto à importância do consumo de carnes e pescados, especialmente pela oferta de proteínas de alto valor biológico e alta biodisponibilidade do ferro. Além disso, as carnes bovinas e de aves são fontes de vitaminas B6 e B12 e de zinco e selênio de fácil absorção, enquanto os peixes são ricos em ácidos graxos essenciais. Entretanto, recomenda, quando do consumo desses alimentos, a escolha de produtos que contenham menor teor de gordura, retirando sempre a gordura aparente presente na carne (BRASIL, 2006).

Avaliou-se também a ocorrência de carnes gordurosas, representadas em 30% do total de preparações deste grupo, e de frituras, que corresponderam a 60% deste total. O processo de fritura altera a natureza química do óleo quando aquecido, podendo produzir mais de 400 tipos de compostos químicos deteriorados por oxidação. Além da alteração na composição do óleo, há, durante o processo de fritura, a formação de ácidos graxos saturados em detrimento de ácidos graxos poliinsaturados (CORSINI *et al.*, 2008).

Nesse sentido, o *Guia Alimentar para a População Brasileira* recomenda que alimentos assados, cozidos, ensopados e grelhados tenham preferência na escolha alimentar, evitando-se o consumo de frituras (BRASIL, 2006).

CONCLUSÃO

A ocorrência de alterações entre o cardápio planejado e o efetivamente executado foi uma constante na UPR observada. Avaliando-se tais alterações, verificou-se que algumas foram benéficas, e outras não, do ponto de vista nutricional dos usuários. Foram consideradas positivas as alterações referentes ao aumento de alimentos folhosos e integrais e à diminuição de alimentos gordurosos como acompanhamento quente. Por outro lado, como aspectos negativos desse não-cumprimento do cardápio planejado, podem ser destacados o aumento da ocorrência de alimentos passíveis de causar flatulência e dos molhos ricos em gordura servidos como acompanhamentos frios.

Dessa forma, conclui-se que o cardápio apresenta alguns pontos preocupantes no que se refere à qualidade nutricional, com especial destaque às diferenças entre o planejado e o executado, podendo afetar a saúde dos comensais da UPR, especialmente aqueles que são cativos.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Coordenação Geral da Política de Alimentação e Nutrição. *Guia alimentar para a população brasileira: promovendo a alimentação saudável*. Brasília: Ministério da Saúde, 2006.

CORSINI, M.S. *et al.* Perfil de ácidos graxos e avaliação da alteração em óleos de fritura. *Quím. Nova*, São Paulo, v.31, n.5, p.956-961, 2008.

FIGUEIREDO, A.S.; MODESTO-FILHO, J. Efeito do uso da farinha desengordurada do Sesamum indicum L nos níveis glicêmicos em diabéticas tipo 2. *Rev. Bras. Farmacogn.*, João Pessoa, v.18, n.1, jan./mar, p.77-83, 2008.

GALLAGHER, M.L. Os Nutrientes e Seu Metabolismo. In: MAHAN, L.K.; ESCOTT-STUMP, S. *Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia*. 12.ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010, p.39-143.

IBGE. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Pesquisa de Orçamentos Familiares 2008-2009: aquisição alimentar domiciliar per capita. Rio de Janeiro: IBGE, 2010. Disponível em: <http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/condicaoodevida/pof/2008_2009_aquisicao/pof20082009_aquisicao.pdf>. Acesso em: 27 dez. 2010.

ISENSEE, M.; BERNARDO, G.L.; PROENÇA, R.P.C. Redução de gorduras, eliminação de gorduras trans adicionadas e estabelecimento de um padrão mínimo de qualidade nutricional e sensorial de preparações de uma Unidade Produtora de Refeições. *Nutrição em Pauta*, São Paulo, v. 94, jan/fev, p. 49-53, 2009.

PHILIPPI, S.T. *Nutrição e técnica dietética*. Barueri, SP: Manole, 2006.

PROENÇA, R.P.C. *Inovação tecnológica na produção de alimentação coletiva*. 2.ed. Florianópolis: Insular, 2000.

PROENÇA R.P.C. *et al.* *Qualidade nutricional e sensorial na produção de refeições*. Florianópolis: EDUFSC – Série Nutrição, 2005.

WHO. World Health Organization. *Estratégia global em alimentação saudável, atividade física e saúde*. ASSEMBLÉIA MUNDIAL DA SAÚDE, 57, 2004. Disponível em: http://200.214.130.94/nutricao/documentos/eb_portugues.pdf. Acesso em: 19 nov. 2010.

VEIROS, M.B. *Análise das condições de trabalho do nutricionista na atuação como promotor de saúde em uma Unidade de Alimentação e Nutrição: um estudo de caso*. (Dissertação) Programa de Pós-Graduação em Engenharia de Produção, Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Florianópolis, 2002.

VEIROS, M.B.; PROENÇA, R.P.C. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição – Método AQPC. *Nutrição em Pauta*, São Paulo, v.12, n.62, set/out, p. 36-42, 2003.

VEIROS, M.B. *et al.* How to analyse and develop healthy menus in food service. *Journal of Foodservice*, v.17, n.4, p.159-165, Aug., 2006.

VITOLO, M.R.; CAMPAGNOLO, P.D.B.; GAMA, C.M. Fatores associados ao risco de consumo insuficiente de fibra alimentar entre adolescentes. *Journal Pediatría*, v.83, n.1, jan./feb., 2007.

ZANARDI, A.M.P.; ABREU, E.S.; SPINELLI, M.G.N. *Gestão de Unidades de Alimentação e Nutrição: um modo de fazer*. São Paulo: Metha, 2003