



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO - UNIRIO
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - CCBS
ESCOLA DE NUTRIÇÃO

LETYCIA CRISTINA DE JESUS SOARES

AVALIAÇÃO QUALITATIVA DO CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E
NUTRIÇÃO HOSPITALAR, NO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO.

RIO DE JANEIRO

2023



UNIVERSIDADE FEDERAL DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO - UNIRIO
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - CCBS
ESCOLA DE NUTRIÇÃO

Letycia Cristina de Jesus Soares

AVALIAÇÃO QUALITATIVA DO CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E
NUTRIÇÃO HOSPITALAR, NO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO.

Trabalho de conclusão de Curso apresentado à
Escola de Nutrição da Universidade Federal do
Estado do Rio de Janeiro, como requisito parcial
para obtenção do grau de Bacharelado em
Nutrição.

Orientadora: Profa. Dra. Renata Borchetta Fernandes Fonseca

RIO DE JANEIRO
2023

S123 Soares, Letycia Cristina de Jesus
AVALIAÇÃO QUALITATIVA DO CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE
ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO HOSPITALAR, NO MUNICÍPIO DO RIO DE
JANEIRO / Letycia Cristina de Jesus Soares. -- Rio de
Janeiro, 2023.
41

Orientador: Renata Borchetta Fernandes Fonseca.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) -
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Graduação
em Nutrição, 2023.

1. Cardápios, Unidades, Alimentação. 2. Nutrição. 3.
Serviço de alimentação. I. Fonseca, Renata Borchetta
Fernandes, orient. II. Título.

Letycia Cristina de Jesus Soares

AVALIAÇÃO QUALITATIVA DO CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E
NUTRIÇÃO HOSPITALAR, NO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO.

Trabalho de conclusão de Curso apresentado à
Escola Nutrição da Universidade Federal do
Estado do Rio de Janeiro como requisito parcial
para obtenção do título Bacharelado em Nutrição.

Data da aprovação: ___ / ___ / ____

BANCA EXAMINADORA

Prof(a). Dr(a). Renata Borchetta Fernandes Fonseca
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro
Orientador(a)

Prof(a). MSc(a). Elka do Couto Coelho de Carvalho
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

Prof(a). Dr(a). Rosa Maria de Sá Alves
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro

AGRADECIMENTOS

À Deus, que sempre manteve a minha fé ao longo dessa caminhada e aos mestres que eu tive ao longo dessa jornada acadêmica, desde o ensino fundamental até ao universitário.

Aos meus pais, família e amigos que sempre foram a minha zona de conforto nos momentos que eu mais precisei nesses últimos 5 anos.

À Prof^a Renata Borchetta e ao Prof^o Jefferson Oliveira que ao longo da faculdade foram meus grandes mentores nessa caminhada, sempre me orientando e me abrindo portas, ajudando através dos seus conhecimentos e experiências.

À Prof^a Rosa de Sá e Elka Carvalho por aceitarem compor a minha banca, e serem grandes pessoas inspiradoras.

À minha famigerada e grande amiga Michelli Gomes, minhas parceiras Jéssica Machado, Pablícia Cruz e Melissa Melo, que em todos os momentos desde quando nos conhecemos, jamais soltaram a minha mão. Sem vocês, esses cinco anos não seriam os mesmos.

Agradeço também aos meus colegas de faculdade e profissão que fiz ao longo desses anos, por todo suporte e carinho. E ao meu time de cheerleading, Unirio Atlantis, em especial - gestão 2023, por todo suporte, carinho, apoio e fé na futura nutricionista que eu estou me tornando.

Uma menção honrosa em agradecimento à todo o corpo docente da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro – UNIRIO, que me acolheram de braços abertos.

"A educação é a arma mais poderosa que você pode usar para mudar o mundo"
Nelson Mandela

SOARES, Letycia Cristina de Jesus. **AVALIAÇÃO QUALITATIVA DO CARDÁPIO DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO HOSPITALAR, NO MUNICÍPIO DO RIO DE JANEIRO** - RJ. 2023 Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Escola de Nutrição, Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2023.

RESUMO

As Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) possuem o objetivo de fornecer uma refeição equilibrada e adequada nutricionalmente para o consumidor, fazendo com que o indivíduo que realiza uma ou mais refeições fora do domicílio tenha suas necessidades nutricionais atendidas. Com uma análise de cardápio bem elaborada, é possível observar quais aspectos podem-se fazer melhorias sensoriais e nutricionais, visto que, poucos estudos relacionados a esse tipo de UAN existem. Avaliar de forma qualitativa e crítica as preparações dos cardápios de uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Hospital no Rio de Janeiro. Foram analisados cardápios servidos durante 5 semanas, abrangendo os 7 dias na semana, totalizando 35 dias, no período abril à maio (1 mês), de em um Hospital, por meio do Método AQPC (Avaliação qualitativa das preparações do cardápio), os aspectos positivos (folhosos e frutas) e os negativos (monotonia de cores, alimentos ricos em enxofre, frituras, frituras associadas a doces, doces e frutas como sobremesa) do cardápio foram classificados em “ótimo”, “bom”, “regular”, “ruim” ou “péssimo”, de acordo com a frequência de ocorrência e IQ COSAN (Índice de qualidade da coordenação de segurança alimentar e nutricional), avaliou-se qualidade do cardápio e a presença de grupos de alimentos. O cardápio foi classificado em “ótimo” (100%) para frutas, “regular” (68%) para legumes e verduras e “ruim” (40%) para folhosos. Apresentou-se “regular” para monotonia de cores (37%) e ricos em enxofre (50%), “ótimo” para carnes gordurosas (0%), frituras (1%) e frituras + doces (1%). Porém, a oferta de doces, apresentou-se como “ótima” (25%), indicando uma presença significativa de produtos desse grupo. O feijão por ser um alimento culturalmente consumido, não entrou na análise. A diversidade do cardápio apresenta limitações durante a oferta de frutas nas principais refeições e na regularidade na inclusão de legumes, verduras, raízes, tubérculos e cereais. Sugere-se a implementação de estudos mais abrangentes, que avaliem não apenas a composição do cardápio, mas também o consumo e a frequência alimentar.

Palavras-chave: Cardápios, Unidades, Alimentação, Nutrição, Método aqpc, Análise Qualitativa, IQ COSAN, Serviço de Alimentação

SOARES, Letycia Cristina de Jesus. **QUALITATIVE EVALUATION OF THE MENU OF A HOSPITAL FOOD AND NUTRITION UNIT, IN THE MUNICIPALITY OF RIO DE JANEIRO - RJ.** 2023 Course Completion Work (Graduation in Nutrition) - Center for Biological and Health Sciences, School of Nutrition, Federal University of the State of Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, 2023.

ABSTRACT

The Food and Nutrition Units (UAN) aim to provide a balanced and nutritionally adequate meal for the consumer, ensuring that the individual who eats one or more meals away from home has their nutritional needs met. With a well-prepared menu analysis, it is possible to observe which aspects can be made for sensory and nutritional improvements, as few studies related to this type of UAN exist. To qualitatively and critically evaluate the menu preparations of a Hospital Food and Nutrition Unit in Rio de Janeiro. Menus served during 5 weeks were analyzed, covering 7 days a week, totaling 35 days, in the period April to May (1 month), in a Hospital, using the AQPC Method (Qualitative evaluation of menu preparations), the aspects positives (leafy vegetables and fruits) and negatives (monotony of colors, foods rich in sulfur, fried foods, fried foods associated with sweets, sweets and fruits as dessert) of the menu were classified as “excellent”, “good”, “regular”, “bad” or “terrible”, according to the frequency of occurrence and COSAN IQ (Food and nutritional safety coordination quality index), the quality of the menu and the presence of food groups were evaluated. The menu was classified as “excellent” (100%) for fruits, “regular” (68%) for vegetables and “poor” (40%) for leafy vegetables. It was “regular” for monotony of colors (37%) and rich in sulfur (50%), “excellent” for fatty meats (0%), fried foods (1%) and fried foods + sweets (1%). However, the supply of sweets was “excellent” (25%), indicating a significant presence of products from this group. Beans, as they are a culturally consumed food, were not included in the analysis. The diversity of the menu presents limitations when offering fruits in the main meals and the regular inclusion of vegetables, roots, tubers and cereals. It is suggested that more comprehensive studies be implemented, which evaluate not only the composition of the menu, but also consumption and food frequency.

Keywords: Menus, Units, Food, Nutrition, AQPC method, Qualitative Analysis, IQ COSAN, Food Service

LISTA DE QUADROS E TABELAS

Quadro 1. Classificação dos aspectos positivos.....	20
Quadro 2. Classificação dos aspectos negativos.....	20
Tabela 1. Análise dos cardápios através do método Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio - AQPC de uma Unidade de Alimentação e Nutrição Hospitalar no Rio de Janeiro, 2023.....	23
Tabela 2. Classificação dos itens analisados pelo método AQPC de uma UAN hospitalar no município do Rio de Janeiro, em 2023.....	24
Tabela 3. Análise da presença dos grupos alimentares nas grandes refeições de cardápios oferecidos em UAN Hospitalar, no município do Rio de Janeiro, segundo a ferramenta IQ COSAN.....	25

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

AQPC – Avaliação Qualitativa das Preparações Do Cardápio

IQ COSAN – Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional

UAN – Unidade de Alimentação e Nutrição

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	12
2. REFERENCIAL TEÓRICO.....	14
2.1. UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO.....	14
2.2. PLANEJAMENTO DE CARDÁPIO.....	16
2.3. AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO (AQPC).....	17
2.4. ÍNDICE DE QUALIDADE DA COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL (IQ COSAN).....	18
3. JUSTIFICATIVA.....	19
4. OBJETIVOS.....	20
4.1 OBJETIVO GERAL.....	20
4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	20
5. METODOLOGIA.....	21
5.1. DESENHO DE ESTUDO.....	21
5.2. FERRAMENTAS DE ANÁLISE DO CARDÁPIO.....	21
5.3. AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO (AQPC).....	21
5.3.1 Critérios para aplicação do método AQPC (Veiros e Proença, 2003):.....	22
5.4. IQ COSAN.....	24
5.4.1 Critérios Adaptados Por Meio Do IQ COSAN:	24
5.5. ANÁLISE DE DADOS.....	25
5.5.1 CRITÉRIOS ÉTICOS.....	25
6. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	26
6.1. ANÁLISE AQPC.....	26
6.2. ANÁLISE DO IQ COSAN.....	29
6.3. CRUZAMENTO DOS DADOS.....	30
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	32
REFERÊNCIAS.....	33
ANEXOS.....	36

1. INTRODUÇÃO

A alimentação abrange não somente a ingestão de nutrientes, mas também a variedade de alimentos, que os contém e os fornece, mas envolve a forma como os alimentos são combinados, preparados e consumidos, além de incorporar elementos culturais e sociais das práticas alimentares. Esses diferentes aspectos desempenham um papel crucial na saúde e no bem-estar das pessoas (GUIA ALIMENTAR, 2014).

De acordo com o Ministério da Saúde, o Brasil passou por mudanças em seus aspectos políticos, econômicos, culturais e sociais nas últimas décadas (BRASIL, 2014). Segundo as recomendações do Guia Alimentar da População Brasileira (2014), uma alimentação saudável consiste no consumo de frutas, verduras e legumes diariamente.

No contexto hospitalar, confere à Unidade de Alimentação e Nutrição, a responsabilidade de fornecer uma alimentação equilibrada, visando a manutenção, recuperação e promoção da saúde da população enferma e sadia. Esta última, geralmente composta por funcionários e acompanhantes dos pacientes. Assim, o cardápio desponta como uma ferramenta de fundamental importância, para o planejamento de refeições para diferentes coletividades (BRITTO; BEZERRA, 2013).

Segundo Barioni et al. (2008), os cardápios devem seguir três regras básicas de Pedro Escudeiro: variedade para garantir todos os nutrientes necessários, moderação ao oferecer todos os alimentos em quantidades adequadas e proporcionalidade, observando a relação entre os grupos alimentares. Além disso, é importante priorizar alimentos menos processados, integrais e com baixa adição de sal e açúcar, devido ao seu alto valor nutricional e menor presença de aditivos químicos.

Proença (2003) afirma que, é necessário avaliações periódicas dos cardápios para que se mantenham de acordo com a necessidade do público alvo no qual está sendo ofertado, por isso, além da qualidade do cardápio, avaliar a composição nutricional também é importante. Assim, um instrumento utilizado para avaliar qualitativamente a composição do cardápio, é o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC), elaborado por Veiros et al.(2006).

A Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) é um método para avaliar a qualidade nutricional das refeições elaboradas. É um instrumento que analisa as técnicas de cocção, evitando monotonia e repetição de cores, frituras isoladas e/ou carnes gordurosas, doces como sobremesas e presença de alimentos ricos em enxofre, que podem causar desconforto gástrico e a inclusão de elementos essenciais para uma alimentação balanceada, como frutas, legumes e vegetais (VEIROS MB, 2002; VEIROS MB, PROENÇA RPC, 2003).

É um método que visa auxiliar o nutricionista na elaboração de cardápios mais adequados, do ponto de vista nutricional e sensorial, dentro dos parâmetros de saúde, cientificamente preconizados (PASSOS, 2009). Em uma UAN, é importante, também, avaliar a opinião dos clientes quanto às refeições oferecidas, tornando-se necessária a realização periódica de uma pesquisa de satisfação com os comensais (RAMOS et al., 2013).

Em geral, é essencial que o cardápio ofereça variedade nos alimentos, combinações, preparações, temperos, cores, cortes, técnicas de cozimento e na apresentação geral. Destaca-se também a importância do planejamento preciso do cardápio, pois falhas nessa etapa podem afetar a qualidade das refeições, resultando em pratos repetitivos e menos atrativos, levando a desequilíbrios nutricionais (BRITTO; BEZERRA, 2013; AKUTSU et al., 2005).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2004), há inadequação das refeições que são oferecidas por unidades de alimentação, como quantidade excessiva de gorduras, açúcares e sal dos alimentos, baixo aporte de fibras, frutas e hortaliças, porém, ainda são poucos os estudos que avaliam a qualidade das refeições que são oferecidas por UANs. (JAIME, BANDONI, GERALDO, ROCHA, 2005)

Neste trabalho, o objetivo é avaliar de forma qualitativa e crítica as preparações dos cardápios de uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Hospital no Rio de Janeiro, ressaltando a importância do cardápio na promoção da saúde.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO

Serviços de alimentação coletiva (autogestão e concessão) em: empresas e instituições, hotéis, hotelaria marítima, comissárias, unidades prisionais, hospitais, clínicas em geral, hospital-dia, Unidades de Pronto Atendimento, spa clínicos, serviços de terapia renal substitutiva, Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI) e similares (Resolução CFN nº 600/2018).

O fornecimento de alimentação para a coletividade envolve grandes segmentos (SANT'ANNA, 2012) e compete aos gestores que controlam os serviços de alimentação a satisfação dos comensais, através do planejamento e fornecimento de refeições nutritivas e saudáveis, além de estarem em equilíbrio com a disponibilidade financeira da empresa que administra o serviço (MAIA, 2008; ABREU, 2016; HÖRBE, 2015).

Uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) tem por objetivo o fornecimento de refeições saudáveis, visando manter ou recuperar a saúde dos comensais e promover hábitos alimentares saudáveis. Uma alimentação saudável deve incluir preparações diversificadas, que contenham variedades dos grupos alimentares e para isso, deve-se atentar para a qualidade na escolha dos alimentos, de forma a alcançar as necessidades nutricionais diárias (BRASIL, 2014).

A seleção de fornecedores é uma das decisões mais importantes que devem ser tomadas para o sistema de compras (PAYNE, 2015). As UANs têm adotado uma série de critérios na escolha de seus fornecedores. No setor de alimentação coletiva o impacto na qualidade do produto final, a refeição servida, tem relação direta com os fornecedores. Além disso, seu custo é elevado, até 60% do custo total pode ser comprometido com a aquisição de matéria-prima (CUNHA et.al., 2013).

Nesse sentido, observa-se a importância do fornecedor no desempenho organizacional das UANs (VIANA, ALENCAR, 2012; ENSSLIN et.al., 2010; ALMEIDA, COSTA, 2002). Para Wu e Barnes (2011), a seleção de fornecedores deve ser organizada em etapas, que são: formulação do problema, formulação dos critérios, qualificação, seleção final e feedback.

Assim, diante do problema de como e de quem adquirir gêneros alimentícios para compor o cardápio planejado de modo a atender os objetivos da UAN, tem-se uma série de critérios que precisam ser padronizados e sistematizados ao processo de seleção, permitindo a qualificação do fornecedor mais adequado, de modo a favorecer a comunicação eficaz entre comprador-fornecedor (TOSCANO, 2021).

Levando em consideração as diferentes formas de gestão ou de capital financeiro utilizado (público ou privado) para a aquisição dos gêneros alimentícios, os serviços de alimentação podem atribuir diferentes importâncias aos critérios de seleção do fornecedor. Quando o serviço é terceirizado, a qualidade dos produtos é o fator essencial para atender as necessidades de seus clientes (GRATERON, 1999).

Na alimentação coletiva, o consumidor é denominado comensal, e existem diferentes níveis de dependência: a UAN pode oferecer desde total dependência, como em hospitais, creches e locais de trabalho, até uma dependência relativa. Em contraste, na alimentação comercial, o indivíduo tem total autonomia para decidir se consumirá sua refeição no estabelecimento. A fim de resguardar a garantia de alimentação adequada, no que diz respeito à segurança alimentar, os cardápios prescritos são criteriosamente planejados pelo nutricionista, além da aplicação de ações de educação alimentar (PROENÇA, 1999, 2005 *apud* BRASIL, 2009, 2013).

UANs hospitalares, também conhecidas como Serviço de Nutrição e Dietética (SND), fornecem refeições nutricionalmente equilibradas, que realizam procedimentos higiênico-sanitários com foco na manutenção e recuperação da saúde dos que se alimentam nesse local. Com isso, auxiliam o desenvolvimento de bons hábitos alimentares. Nesse contexto, a nutricionista responsável tem a incumbência de planejar cardápios que favoreçam a prevenção de doenças e a promoção da saúde (PROENÇA, 2005; VEIROS e PROENÇA, 2003 *apud* GONÇALVES et al., 2020).

Ornellas (2000), destaca a importância de que o ato de comer envolve uma combinação de todas as sensações: olfativas, táteis, térmicas, auditivas, que, na boca, se fundem e resultam no prazer de comer. Esses vínculos podem ser utilizados para seduzir o comensal, aproveitando para encantá-lo e educá-lo com a alimentação, em um momento agradável, saboroso e prazeroso.

Bernardo (1999), no entanto, enfatiza o desafio do nutricionista em busca de oferecer uma alimentação saudável e prevenir problemas de saúde, apenas com o conhecimento de todo o processo fisiológico e bioquímico da nutrição. Torna-se necessário, então, relacionar a alimentação saudável ao prazer do consumo dos alimentos.

Nesse contexto, o nutricionista tem a importante função de elaboração de cardápios em uma UAN, devendo atender a diversas exigências, tais como: a previsão do contrato, os hábitos e as preferências alimentares dos clientes, o custo dos gêneros e a disponibilidade de área, equipamentos e profissionais para o preparo (AMORIM et al., 2005).

2.2. PLANEJAMENTO DE CARDÁPIO

Partindo do princípio que cardápios hospitalares são planejados por mês, segundo Silva e Bernardes (2001), um cardápio deve priorizar os aspectos qualitativos, nutricionais, sensoriais e culturais dos comensais. Entretanto precisamos considerar que, algumas regras precisam ser impostas na elaboração de um cardápio, como: variedade do tipo de corte e apresentação para alimentos com cores semelhantes, repetição de cardápios com as mesmas características de preparo.

Segundo Coutinho (2017), o nutricionista deve entender o perfil dos comensais para planejar um cardápio atraente e balanceado, sendo essencial seguir padrões higiênico-sanitários rigorosos ao planejar as refeições levando em consideração seus hábitos, necessidades e preferências alimentares.

Um cardápio precisa ser cuidadosamente planejado para atender às necessidades físicas e sensoriais dos comensais. Deve conter variedade de alimentos, cores, texturas e sabores agradáveis, além de respeitar aspectos higiênicos, regionais e financeiros. Observar a safra também é essencial para garantir o melhor aspecto e sabor dos alimentos oferecidos (MORETT, 2008; FONSECA, 2012).

O cardápio é fundamental para nutricionistas em UANs, não apenas para guiar a produção de refeições, mas também como ferramenta de gerenciamento e educação nutricional. A inclusão de preparações saudáveis no cardápio pode influenciar positivamente os hábitos alimentares dos comensais, promovendo uma alimentação de qualidade, estimulando-os a escolhas mais adequadas (COUTINHO, 2017; PRADO; NICOLETTI; FARIA, 2013).

Deve-se observar a diversidade socioeconômica dos comensais, a alimentação regional deve ser valorizada pois contribui para alimentação segura e saudável, além de assumir caráter acessível aos comensais. Desta forma, uma prática da alimentação saudável que respeita as identidades culturais e alimentares regionais torna-se indispensável para a garantia da segurança alimentar da população em questão, cooperando com a formação de práticas alimentares saudáveis futuras (MARTINS, 2012).

A produção de refeições em uma UAN deve fornecer uma alimentação adequada, equilibrada em nutrientes, segura sob o aspecto higiênico sanitário e ajustada à disponibilidade da empresa. Portanto, para a elaboração de um cardápio, não é suficiente a simples escolha dos pratos, pois são inúmeros os fatores que determinarão as diretrizes desse planejamento, uma vez que cada empresa tem características próprias no que diz respeito ao comensal, bem como de estrutura física e administrativa (PROENÇA, 2005).

2.3. AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO (AQPC)

Desenvolvido por Veiros (2002) e atualizado por Proença & Veiros (2003), é um método criado para aprimorar a avaliação de cardápios para além da avaliação quantitativa, observando aspectos nutricionais e sensoriais, como: cores das preparações, técnicas de preparo, repetições, oferta de frutas, oferta de folhosos, tipos de carnes e número de preparações com alimentos ricos em enxofre. O AQPC é um método desenvolvido para avaliar globalmente as preparações de um cardápio planejado, de acordo com a qualidade nutricional do mesmo (CHAGAS, 2011; MARTEN et al., 2011; PRADO; NICOLETTI; FARIA, 2013).

O método AQPC é um bom indicativo para se verificar se preparações com alimentos recomendados para uma alimentação adequada e saudável estão sendo oferecidas através dos cardápios montados por profissionais da nutrição. Por ser uma análise qualitativa, não avalia quantas porções são oferecidas e consumidas pelos comensais do estabelecimento, mas já fornece um panorama de quais melhorias podem ser implementadas no cardápio para que esta seja uma ferramenta útil para a promoção e a manutenção de saúde para o seu consumidor (PROENÇA, 2005).

Essa ferramenta possibilita a avaliação de diversos aspectos qualitativos das preparações presentes, podendo excluir ou incluir itens para serem avaliados conforme se achar interessante e buscando torná-los mais adequados ao ponto de vista de saúde, tornando-se uma ferramenta útil na gestão da produção de refeições que busca a melhoria da atenção alimentar e nutricional (PRADO; NICOLETTI; FARIA, 2013).

Oliveira et al. (2020), indicam a importância da utilização do método AQPC na elaboração de cardápio de uma UAN, possibilitando a observação de falhas, para que sejam definidas soluções. Segundo Mello e Morimoto (2018), o método AQPC pode ser um bom instrumento para o nutricionista planejar um cardápio adequado e auxiliar para que estes sejam mais atrativos, coloridos, variados e saudáveis. Santos e Costa (2017), reforçam que estudos utilizando o método AQPC sejam realizados constantemente a fim de reforçar o equilíbrio nutricional dos cardápios.

Apesar de não haver uma faixa de recomendação, o objetivo é de alcançar, pelo cardápio, percentuais mais elevados de itens considerados positivos, como presença de frutas na sobremesa e folhosos nas saladas, assim como menor percentual dos itens negativos como cores iguais, fritura ou carne gordurosa, repetição de técnicas de cocção, alimentos ricos em enxofre ou oferta de doces e fritura no mesmo dia. Cada unidade pode estabelecer os seus próprios percentuais de meta para cada item avaliado (CHAGAS, 2011; PROENÇA, R; VEIROS, 2003).

2.4. ÍNDICE DE QUALIDADE DA COORDENAÇÃO DE SEGURANÇA ALIMENTAR E NUTRICIONAL (IQ COSAN)

O Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional (IQ COSAN), é uma ferramenta que foi criada com o objetivo de padronizar as análises de cardápios escolares, porém, pode ser utilizado como indicador para avaliar a qualidade de cardápios de outras unidades de alimentação de nutrição. Tanto indicadores quantitativos e/ou qualitativos são necessários para uma avaliação adequada, possibilitando a análise da qualidade global das refeições planejadas (FNDE, 2018).

É uma ferramenta criada no Microsoft Excel®, que analisa a presença de grupos alimentares no cardápio, servindo como indicador de qualidade, avalia a presença diária de alimentos restritos e doces, além de considerar a diversidade semanal, incluindo alimentos regionais, sociobiodiversidade e conformidade com a legislação. Inclui componentes semanais que avaliam a variedade do cardápio pelo número de alimentos: regionais, sociobiodiversidade e presença de alimentos proibidos pela legislação por semana (BRASIL, 2018).

Um estudo analisou cardápios ofertados pelo Programa de Alimentação Escolar (PNAE), no município de Governador Valadares (MG), concluiu-se que os mesmos eram adequados e variados, de acordo com a ferramenta (OLIVEIRA et al., 2018). De acordo com a conclusão de Mendes et al. (2020), a avaliação por meio da ferramenta IQ COSAN, mostrou-se eficaz, apontando de forma qualitativa a presença ou ausência de componentes básicos para um cardápio.

Para a verificação da qualidade de planos alimentares, os instrumentos de avaliação de cardápios são de suma importância, fazendo-se necessária a utilização de indicadores qualitativos e quantitativos, que possibilitam uma análise global da qualidade das refeições planejadas (FNDE, 2018).

3. JUSTIFICATIVA

Com uma análise de cardápio bem elaborada, é possível observar quais aspectos podem-se fazer melhorias sensoriais e nutricionais, visto que, poucos estudos relacionados a esse tipo de UAN existem. Além disso, vale ressaltar a importância de compreender como os alimentos oferecidos influenciam na saúde e nas escolhas alimentares dos comensais do Hospital, visando promover uma alimentação mais saudável e adequada.

Ao realizar uma análise criteriosa, é possível identificar se os cardápios atuais apresentam características adequadas e alinhadas com o público-alvo. Dessa forma, é possível identificar oportunidades de melhorias, como a inclusão de opções mais variadas de vegetais, frutas e grãos integrais, diversidade que contribuem para uma alimentação balanceada.

Além disso, é importante considerar aspectos sensoriais, como o sabor, a textura e a apresentação dos pratos, buscando oferecer refeições mais atrativas e prazerosas. Essas melhorias no planejamento de cardápios podem ter um impacto positivo na experiência comensais do Hospital, estimulando escolhas alimentares mais saudáveis e contribuindo para a promoção da saúde e bem-estar.

Assim, a Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) pode desempenhar um papel fundamental na promoção da saúde e na melhoria da alimentação dos indivíduos atendidos pelo Hospital. A UAN busca proporcionar refeições equilibradas, saborosas e nutritivas. Para avaliar se os cardápios apresentam características adequadas e com o objetivo de entender como as melhorias no planejamento podem influenciar positivamente na saúde e nas escolhas alimentares dos frequentadores do Hospital, é essencial analisar de perto as opções oferecidas.

4. OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GERAL

Avaliar de forma qualitativa e crítica as preparações dos cardápios de uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Hospital no Rio de Janeiro.

4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Analisar a oferta dos grupos alimentares por meio do método AQPC, elaborado por Veiros e Proença (2003) e por meio da ferramenta IQ COSAN;

Destacar a importância do cardápio na promoção da saúde e no cuidado integral aos pacientes;

Comparar a qualidade do cardápio de acordo com as duas ferramentas

5. METODOLOGIA

5.1. DESENHO DE ESTUDO

No presente trabalho foram analisados cardápios servidos durante 5 semanas, abrangendo os 7 dias na semana, totalizando 35 dias, no período abril à maio (1 mês), de em um Hospital. Trata-se de uma pesquisa descritiva, de caráter qualitativo de preparações do cardápios por meio do método AQPC, e em seguida, será aplicada uma ferramenta de classificação desenvolvida por Prado et. al (2013) com critérios positivos e negativos, em uma Instituição Hospitalar, localizada na zona norte do Rio de Janeiro – RJ

A UAN onde os cardápios foram aplicados serve desjejum, almoço, merenda e jantar para os servidores, acompanhantes e demais funcionários. A modalidade de distribuição de refeições da UAN é terceirizada, servindo aproximadamente 300 comensais diariamente, que realizam ao menos duas refeições obrigatoriamente (desjejum e almoço). A merenda e jantar são opcionais, sendo produzidos de acordo com a estimativa de consumo. Ceia não é servida, apenas em casos de necessidades especiais do comensal

Os cardápios contém a presença diária de um tipo de salada, um tipo de prato protéico e um tipo de opção, um tipo de guarnição, acompanhamentos (arroz e feijão), um doce e/ou uma fruta de sobremesa e uma bebida.

5.2. FERRAMENTAS DE ANÁLISE DO CARDÁPIO

Serão utilizados para o estudo duas ferramentas: Método AQPC - Análise Qualitativa de Preparações do Cardápio, proposto por Veiros e Proença (2003) e a ferramenta IQ COSAN – Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar e Nutricional proposto pelo FNDE.

5.3. AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO (AQPC)

O Método AQPC (Análise Qualitativa dos Pratos Culinários) é um método de avaliação qualitativa utilizado para analisar a qualidade dos pratos culinários em diferentes contextos, como restaurantes, unidades de alimentação e nutrição, entre outros. É um método que busca compreender e avaliar diversos aspectos relacionados aos alimentos, incluindo sabor, aparência, textura, aroma e apresentação visual (Veiros, 2002, 2003 *apud* Proença, 2005).

5.3.1 Critérios para aplicação do método AQPC (Veiros e Proença, 2003):

- Presença de frutas: o Guia Alimentar sugere 3 porções ou mais diárias de frutas, então a adequação é ter pelo menos a oferta de 2 porções de frutas diariamente;
- Presença de verduras e legumes ou como ingredientes principais da preparação (sopas, canjas, tortas, entre outros que não tiveram os legumes e verduras como principais ingredientes foram desconsiderados): logo, a adequação é ter pelo menos a oferta de 2 porções de verduras e legumes por dia. E no caso de saladas mistas (ex: alface com tomate), foi considerada apenas uma oferta;
- Presença de folhosos: foram analisados os servidos crus. A adequação é ter pelo menos a oferta de 1 porção de folhosos por dia;
- Monotonia de cores: avaliou-se a monotonia de cores das grandes refeições (almoço e jantar). Nessa análise, as carnes e o feijão não foram considerados, com exceção dos dias em que houve oferta de um prato único (fradinho, tropeiro, arroz colorido). A adequação é ter pelo menos 50% das preparações apresentaram cores semelhantes;
- Presença de alimentos ricos em enxofre: foram analisados (com exceção do feijão, visto que o guia alimentar recomenda o consumo diário) com base na lista de alimentos sulfurados (abacate, acelga, aipo, alho, amendoim, batata-doce, brócolis, castanha, cebola, couve-de-bruxelas, couve-flor, ervilha, gengibre, goiaba, jaca, lentilha, maçã, melancia, melão, milho, mostarda, nabo, nozes, ovo, rabanete, repolho e uva), então, esse critério foi classificado como destaque quando mais de um alimento ou preparação rico em enxofre foi oferecido no mesmo dia e/ou na mesma refeição;
- Presença de doces: segundo a diretriz do Guia Alimentar para a População Brasileira 2014, o consumo máximo diário de alimentos do grupo dos açúcares e doces é de uma porção. Foram consideradas também algumas preparações pré-prontas que contêm açúcar como um dos seus principais ingredientes (bebidas lácteas e achocolatados, suco artificial, gelatina, pudim, mingau e doce de leite), portanto, receberam destaque os dias em que a oferta foi superior a uma porção;
- Presença de carnes gordurosas ou frituras: esse critério foi classificado como destaque quando pelo menos 25,0% do total de opções de carnes e do total de opções de acompanhamentos quentes eram carnes gordurosas ou frituras em cada refeição (almoço e jantar). Consideram-se carnes gordurosas (picanha, fraldinha, acém, capa de filé, costela, contrafilé, paleta, pescoço, ponta de agulha e vísceras).

Considerando aspectos positivos (oferta de frutas e folhosos) e negativos (cocção igual, repetição de cores, alimentos ricos em enxofre, doce, fritura, oferta de fritura associada a doce no mesmo dia), os itens foram categorizados mensalmente conforme a proposta de classificação de Prado, Nicoletti e Faria (2013). O Quadro 1 a seguir apresenta a classificação dos aspectos positivos e o Quadro 2 em seguida apresenta a classificação dos aspectos negativos.

Quadro 1 - Classificação dos aspectos positivos.

Classificação	Categorias
Ótimo	≥ 90%
Bom	75 a 89%
Regular	50 a 74%
Ruim	25 a 49%
Péssimo	<25%

Fonte: Prado et al. (2013)

Quadro 2 - Classificação dos aspectos negativos.

Classificação	Categorias
Ótimo	≥ 10%
Bom	11 a 25%
Regular	26 a 50%
Ruim	51 a 75%
Péssimo	> 75%)

Fonte: Prado et al. (2013)

5.4. IQ COSAN

Apesar de ter como objetivo atender à alimentação escolar, alguns elementos no IQ COSAN podem servir de parâmetro para avaliação de cardápios elaborados para atender a outros públicos, visto que, o IQ COSAN é uma ferramenta que parte do princípio de que os grupos alimentares podem ser marcadores sensíveis para a qualidade do cardápio com base na presença diária. Desta forma, existe uma grande relevância na realização da análise da qualidade dos cardápios e refeições ofertadas à população.

No presente estudo, foram utilizados marcadores diários dos grupos alimentares adaptados da ferramenta com objetivo de analisar a qualidade do cardápio. Para essa etapa do estudo levamos em conta duas refeições presentes no cardápio: desjejum e almoço.

5.4.1 Critérios Adaptados Por Meio Do IQ COSAN:

Seguindo a avaliação diária da presença dos grupos alimentares nas grandes refeições (almoço e jantar) que são propostos pela ferramenta, serão atribuídas pontuações contidas no Manual IQ COSAN, 1 (um) quando houver a presença dos alimentos definidos no manual como parte do grupo e 0 (zero) quando não houver. Dentro disso, os grupos alimentares segundo a ferramenta são:

- Grupo dos Cereais e Tubérculos: arroz, milho, grãos, farinhas, pães, bolos simples, mandioca e batata;
- Grupo dos Legumes e Verduras: legumes e verduras crus ou refogados, em saladas ou preparações quentes, em sopas, recheados ou em forma de purês;
- Grupo das Frutas in-natura: foram consideradas apenas as frutas em sua forma natural;
- Grupo das Carnes e Ovos: carnes de gado, porco, cabrito e cordeiro, carnes de aves e pescados, ovos de galinha e outras aves.

Vegetais em conserva, sucos, vitaminas e preparações com frutas em sua composição, bebidas lácteas e preparações prontas para consumo não foram incluídas na análise.

Seguindo regras presentes no manual da ferramenta, alimentos dos grupos dos óleos e gorduras, doces, alimentos restritos, bebidas de baixo valor nutricional ou similares, carne de soja e produtos cárneos, não serão contabilizados neste componente.

5.5. ANÁLISE DE DADOS

A análise foi feita por meio de uma pesquisa descritiva qualitativa (coleta dos cardápios) e após, os mesmos foram digitalizados para serem usados de forma digital no programa Microsoft Excel®, com a finalidade de observar a qualidade dos cardápios por meio de tabelas com a variável nominal categórica descritiva por meio do “n” e “%”.

5.5.1 CRITÉRIOS ÉTICOS

De acordo com a Resolução 510/2016, art 1º, parágrafo único, por trabalhar com banco de dados, bateria de cardápio, não é necessária autorização do comitê de ética em pesquisa.

6. RESULTADOS E DISCUSSÃO

6.1. ANÁLISE AQPC

Os resultados encontrados na análise dos cardápios da UAN de um hospital no Rio de Janeiro, pelo método AQPC adaptado, encontram-se na tabela 1. Os itens destacados na tabela são: presença de frituras (isoladas, associadas à doces e como técnicas de cocção), cor de preparação seja idêntica, semelhante e/ou repetida (no mesmo dia), presença de frutas in-natura, oferta de folhosos, alimentos ricos em enxofre ofertados duas vezes ou mais no mesmo dia e desconsiderando o feijão, alho e cebola (como temperos).

Para aplicação do método AQPC, as preparações do cardápio foram, primeiramente, classificadas conforme cada critério e a avaliação do cardápio foi realizada a partir da observação do percentual de ocorrência diária dos alimentos ou preparações relativos a cada critério, e, assim, analisou-se se cada critério foi atendido naquele dia. Em seguida, foi contabilizado, por semana, o número de dias em que houve a ocorrência de cada critério analisado e, por fim, calculou-se a porcentagem de ocorrência, considerando todos os dias do mês.

Tabela 1 - Análise dos cardápios através do método Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio – AQPC de uma Unidade de Alimentação e Nutrição Hospitalar no Rio de Janeiro, 2023

Meses	Dias	Frutas	Legumes /Verduras	Folhosos	Cores iguais	Carne Gordurosa	Ricos em Enxofre	Doces	Frituras	Doces + Frituras
Total	35	70	51	14	52	0	69	24	1	1
% Ocorrência		100%	68%	40%	37%	0%	50%	25%	1%	1%

Fonte: Elaboração própria por meio de dados coletados para a pesquisa, baseado nos critérios de Veiros e Proença (2003)

Os resultados apresentados na tabela 1, mostram que apenas 1 grupo de alimentos é ofertado em 100%. Em 68% e 40% de 2 grupos de alimentos foram ofertados. O Guia Alimentar para a População Brasileira recomenda preparar os alimentos de forma que se use baixas quantidades de óleo e/ou gordura, além de evitar ao máximo consumir frituras, sendo o ideal uma vez por semana (BRASIL, 2014), esse tópico reforça que apenas 1% é ofertado em 35 dias de cardápio. A partir dos percentuais encontrados, os itens foram classificados quanto a frequência de ocorrência e exibidos na Tabela 2, que segue logo abaixo.

Tabela 2 - Classificação dos itens analisados pelo método AQPC de uma UAN hospitalar no município do Rio de Janeiro, em 2023.

Itens	% Ocorrência	Classificação
Aspectos Positivos		
Frutas	100%	Ótimo
Legumes/Verduras	68%	Regular
Folhosos	40%	Ruim
Aspectos Negativos		
Monotonia de Cores	37%	Regular
Ricos em Enxofre	50%	Regular
Carnes gordurosas	0%	Ótimo
Doces	25%	Bom
Frituras	1%	Ótimo
Doces + Frituras	1%	Ótimo

Fonte: Prado et al. (2013).

Ao analisar os aspectos positivos, observou-se que a UAN Hospitalar oferta para os seus servidores, frutas diariamente nas pequenas refeições, o que contabiliza 100% da ocorrência. Deste modo, de acordo com Prado et al (2013), as frutas foram classificadas em “ótimo” ($\geq 90\%$).

Já quanto à oferta de legumes/verduras, o resultado encontrado foi classificado como “regular” (50 a 74%) para legumes/verduras e “ruim” (25 a 49%) para folhosos. Isso demonstra um aspecto positivo em relação às frutas, porém, que necessita de melhoras em relação à outros alimentos, visto que, frutas e folhosos são alimentos com baixa densidade energética, porém, são fontes de água, vitaminas, minerais e fibras. Segundo Philippi (2018), a mesma ressalta a importância da presença diária desses alimentos na dieta, devido a contribuição para a manutenção da saúde.

Referente aos aspectos negativos, a monotonia de cores apontou 37%, o que caracteriza a sua presença diária na alimentação como “regular” (26 - 50%), esse percentual ressalta a necessidade de atenção para a diversidade, pois quanto maior a variedade de alimentos, maior é a biodisponibilidade de nutrientes, evitando também a monotonia alimentar (BRASIL, 2014).

Variedades dentro de um mesmo grupo de alimentos torna o prato mais harmonioso com as combinações à visualização da composição do prato alertando para a importância do aspecto visual da alimentação (ORNELLAS, 2008; RAIMUNDO, 2017).

Entretanto, a oferta de frituras e doces + frituras na mesma refeição e/ou dia, apresentou 1% em ambos e carnes gordurosas 0%, caracterizando como “ótimo” ($\leq 10\%$). Já a oferta de doces apresentou 25%, caracterizando como “bom” (11 - 25%), porém, o Guia Alimentar recomenda uma porção do grupo dos açúcares e doces por dia por ser um fator desfavorável à uma alimentação nutricionalmente saudável, devido ao alto valor calórico e sua ingestão excessiva (BRASIL, 2014).

É possível identificar que 50% ofertado, os cardápios apresentaram uma concentração maior de alimentos ricos em enxofre, que na análise está incluído como desfavorável para o cardápio, e com uma classificação “regular” (26 - 50%). Esses alimentos quando consumidos em excesso podem favorecer sensação de mal-estar, além de desconforto gástrico durante e/ou após as refeições pela presença elevada de enxofre nos alimentos (Veiros & Proença, 2003 *apud* Ornellas, 2008).

O feijão é uma fonte proteica, rico em carboidratos e compostos ativos, devido a isso, ele contribui para o desconforto gástrico devido a presença de oligossacarídeos não digeríveis. Por ser um prato base presente e cultural na alimentação da população brasileira, não foi contabilizado na avaliação, ou seja, é um alimento que compõe a refeição de grande parcela dos brasileiros, levando em consideração as orientações do Guia Alimentar da População Brasileira (2014), que recomenda o consumo diário do mesmo.

6.2. ANÁLISE DO IQ COSAN

Ao utilizar os critérios na ferramenta IQ COSAN, foram analisados apenas 5 dias da semana, finais de semana foram descartados, de acordo com o manual da ferramenta. Os itens foram classificados de acordo com o seu percentual de adequação. A pontuação do cardápio analisando apenas 4 grupos alimentares, foi de 82 pontos, levando em consideração que foi um cardápio de 5 semanas analisados, classificando-os como adequado para os comensais no qual está sendo atendida.

Tabela 3 - Análise da presença dos grupos alimentares nas grandes refeições de cardápios oferecidos em UAN Hospitalar, no município do Rio de Janeiro, segundo a ferramenta IQ COSAN.

Semanas	Dias (n)	Legumes e verduras	Cereais, raízes e tubérculos	Carnes e ovos	Frutas in-natura
Semana 1	5	11	14	20	0
Semana 2	5	19	12	19	0
Semana 3	5	17	12	20	0
Semana 4	5	17	11	20	0
Semana 5	5	14	11	20	0
Total	25	78	60	99	0
% Ocorrência	-	32%	41%	100%	0%

Fonte: Elaboração própria por meio de dados coletados para a pesquisa, baseado nos critérios do IQ COSAN

Podemos observar na tabela 3, que o cardápio atual apresenta algumas características em relação à diversidade de alimentos oferecidos, é possível observar uma limitação na oferta de frutas durante as principais refeições, o que pode impactar negativamente na variedade nutricional. No entanto, por mais que seja ofertado diariamente, é necessário que haja uma regularidade na inclusão de legumes, verduras, raízes, tubérculos e cereais, proporcionando uma base mais consistente de opções saudáveis.

Outro ponto positivo a ser destacado é a adequada oferta de carnes e ovos no cardápio. Essa inclusão fornece fontes significativas de proteínas e outros nutrientes essenciais, contribuindo para uma alimentação equilibrada e atendendo às necessidades nutricionais dos comensais.

6.3. CRUZAMENTO DOS DADOS

Ao realizar o cruzamento dos dados entre as ferramentas, é possível observar que, utilizando a ferramenta AQPC para analisar o cardápio total, a oferta de frutas é classificada como ótima, enquanto pela ferramenta IQ COSAN é classificada como péssima, pois as frutas são ofertadas apenas nas pequenas refeições, dando margem para a oferta de alimentos ultraprocessados, ricos em açúcares ou com adição de açúcares nas grandes refeições

Ressaltando o fato de que a UAN Hospitalar oferta 4 refeições, em pelo menos 2 delas tem a oferta de frutas *in natura*, sendo considerada adequada de acordo com os critérios de Veiros e Proenças (2003). Entretanto, a oferta de frutas *in natura* é considerada baixa por meio da ferramenta IQ COSAN, dado a isso, Christmann e Menegazzo et al (2011) ressaltam que uma baixa oferta de frutas em uma unidade de alimentação e nutrição, é considerada preocupante, visto que a recomendação do Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) indica o consumo de pelo menos 3 porções diárias.

Sugere-se uma avaliação mais detalhada da inclusão de frutas, visando aprimorar a diversidade e a presença delas nas principais refeições. Essa medida pode contribuir para uma oferta alimentar mais completa e saudável, promovendo um equilíbrio nutricional mais abrangente no cardápio. Observou-se também a baixa oferta de carnes gordurosas, frituras, doces + frituras (5 dias de cardápio, segunda à sexta, de acordo com o método AQPC), sendo classificados como bom/ótimos ao cruzar com o método de aspectos positivos e negativos de Veiros e Proenças (2003).

No entanto, a monotonia de cores e a presença de alimentos ricos em enxofre foram categorizadas como ocorrências regulares no cardápio. Quanto aos alimentos ricos em enxofre, em 50% dos dias, foram disponibilizados mais de dois tipos desses alimentos, sendo importante ressaltar que o feijão não foi considerado nesta análise. O feijão foi desconsiderado na análise, pois o mesmo passa pelo processo de remolho na UAN Hospitalar, de acordo com Delfino (2010) e Fernandes (2012), esse processo resulta em uma diminuição nos fatores antinutricionais e de flatulência.

Quanto ao grupo de Legumes/Verduras, ambas as ferramentas classificaram de maneira não ideal, sendo regular pelo AQPC e ruim pelo IQ COSAN, o que mostra-se preocupante e exige ações para o aumento desse consumo, uma vez que esses alimentos essenciais por serem fontes de vitaminas, minerais e fibras alimentares.

Além disso, a ingestão diária de legumes e verduras é um fator protetor contra o desenvolvimento da obesidade, devido à menor densidade energética desses alimentos e à sua capacidade de gerar sensação de saciedade, em decorrência da atuação das fibras alimentares. As fibras também têm ação hipocolesterolêmica e, quando associadas ao consumo de água, previnem a constipação (BRASIL, 2014).

Observou-se que no grupo de Carnes e Ovos, são oferecidos somente cortes de carne magra, como lagarto em bife e patinho (moído, tiras, fatias ou cubos), bem como peito de frango sem pele e sem osso, sobrecoxa sem pele e sem osso e filé de peixe, também consideradas carnes não gordurosas. Priorizou-se os critérios de cocção: o preparo de carnes cozidas, assadas ou ensopadas. A baixa oferta de peixes pode-se dar pelo alto custo.

O Guia Alimentar para a População Brasileira (2014) sugere uma redução na energia proveniente das gorduras, com maior preocupação na diminuição do consumo do grupo das carnes vermelhas, ovos e produtos lácteos, como leite e queijos, pois são alimentos com alta densidade calórica, ressaltando a importância de uma alimentação equilibrada para promover uma saúde adequada.

E por último, observou-se que, os grupos cereais, raízes e tubérculos, e folhosos foram classificados como ruim em sua oferta, em ambas as ferramentas de análise. De acordo com Philippi (2018), os folhosos são alimentos de baixa densidade energética que fornecem água, vitaminas, minerais e fibras por isso, devem estar presentes diariamente na dieta, pois contribuem para a proteção e a manutenção da saúde e para diminuir o risco de doenças crônicas não transmissíveis.

Em um período de análise de 34 dias da Unidade de Alimentação e Nutrição Hospitalar, a mesma oferece uma variedade de alimentos que incluem: acelga, alface americana, alface lisa, agrião, brócolis, repolho roxo, repolho verde, rúcula, cenoura, batata baroa, beterraba, chuchu, couve-flor, inhame, pepino, tomate, arroz, milho e entre outros. A lista abrange uma diversidade de vegetais, raízes, tubérculos e grãos, o que demonstra uma oferta ampla e variada de alimentos na UAN durante o período analisado, abrangendo ainda mais as opções alimentares oferecidas pela UAN. Essa diversidade é fundamental para uma alimentação equilibrada e nutritiva.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos resultados obtidos, torna-se evidente que o cardápio se apresenta como "adequado" através de uma ferramenta específica, enquanto na outra, varia entre as classificações de "bom" e "regular" quando comparado a outras abordagens. Esta análise indica a necessidade de ajustes em diversos aspectos, incluindo legumes/verduras, folhosos, monotonia de cores e presença de alimentos ricos em enxofre. Além disso, destaca-se a importância de incorporar uma maior variedade de frutas ao cardápio.

A implementação de estudos mais abrangentes, que avaliem não apenas a composição do cardápio, mas também o consumo e a frequência alimentar, é crucial. Essas análises aprofundadas permitiriam a identificação de áreas específicas que demandam intervenção, possibilitando a implementação de medidas para aprimorar a qualidade nutricional da alimentação oferecida em relação às necessidades dos consumidores em diferentes faixas etárias.

REFERÊNCIAS

- ALBREU ES, Spinelli MGN, Pinto AMS. **Gestão de unidades de alimentação e nutrição: um modo de fazer**. 6ª ed. São Paulo: Metha; 2016.
- AKUTSU, R.C. et al. Adequação das boas práticas de fabricação em serviços de alimentação. **Revista de Nutrição**, v.18, n.3, p. 419 - 427, 2005.
- ALMEIDA AT, Costa APCS. **Modelo de decisão multicritério para priorização de sistemas de informação com base no método Promethee**. *Gestão & Produção*. 2002; 9(2):201-214.
- AMORIM, M. M. A.; JUNQUEIRA, R. G.; JOKL, L.. **Adequação nutricional do almoço self-service de uma empresa de Santa Luzia, MG**. **Revista de Nutrição**, v. 18, n. 1, p. 145–156, jan. 2005. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732005000100013> Acesso em: 06 jun.2023.
- BANDONI, Daniel Henrique e JAIME, Patrícia Constante. **A qualidade das refeições de empresas cadastradas no Programa de Alimentação do Trabalhador na cidade de São Paulo**. **Revista de Nutrição**, v. 21, n. 2, p. 177-184, 2008 Tradução. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rn/v21n2/v21n2a06.pdf>. Acesso em: 06 jun. 2023.
- BARIONI AAR, Branco MF, Soares VC. **Preceitos fundamentais para plano alimentar: finalidades e leis**. In: Galisa MS, Esperança LMB, Sá NG. *Nutrição: conceitos e aplicações*. São Paulo: Books; 2008. p.95-100.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de Alimentação e Nutrição**. 1ª edição. 1ª reimpressão. Brasília; 2013.
- BRASIL. **Resolução/CD/FNDE nº 26, de 17 de junho de 2013**. Diário Oficial da União. Brasília, 2013. Disponível em: <http://www.fnde.gov.br/fnde/legislacao/resolucoes/item/4620resolu%C3%A7%C3%A3o-cd-fn-d-en%C2%BA-26,-de-17-de-junho-de-2013>. Acesso em: 06 jun. 2023
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia alimentar para a população brasileira / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica**. – 2. ed., 1. reimpr. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014. Disponível em: https://bvsm.sau.gov.br/bvs/publicacoes/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf Acesso em: 07 jun. 2023.
- BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação – FNDE. **Índice de qualidade da coordenação de segurança alimentar nutricional - IQ COSAN 2018**. Brasília: FNDE; 2018.
- BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. Coordenação de Segurança Alimentar Nutricional. Programa Nacional da Alimentação Escolar. **Manual – Índice de Qualidade da Coordenação de Segurança Alimentar Nutricional (IQ COSAN)**. Brasília, DF; 2018. Disponível em: <https://www.fnde.gov.br/index.php/programas/pnae/pnaearea-gestores/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista/item/12142-iq-cosan> Acesso em: 07.Jun.2023.
- BRITTO, L.F.; BEZERRA, V.M. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição hospitalar de Vitória da Conquista, Bahia. **Alimentação e Nutrição**, v. 24, n. 2, p.153 - 158, 2013.
- CUNHA FMF, Magalhães MBH, Bonnas DS. Desafios da gestão da segurança dos alimentos em unidades de alimentação e nutrição no Brasil: uma revisão. *Contextos da Alimentação – Revista de Comportamento, Cultura e Sociedade*. 2013; 1 (2).
- CHRISTMANN AC. **Avaliação qualitativa das preparações do cardápio – método AQPC-e-resto-ingestão de um colégio em regime internato de Guarapuva-PR**. Grarapuva. Monografia, Universidade Estadual do Centro-Oeste, 2011.
- DELFINO, R. DE A.; CANNIATTI-BRAZACA, S. G.. Interação de polifenóis e proteínas e o efeito na digestibilidade proteica de feijão comum (*Phaseolus vulgaris* L.) cultivar Pérola. **Food Science and Technology**, v. 30, n. 2, p. 308–312, abr. 2010. Doi: <https://doi.org/10.1590/S0101-20612010000200003>

- ENSSLIN L, Giffhorn E, Ensslin SR, Petri SM, Vianna B. **Avaliação do Desempenho de Empresas Terceirizadas com o uso da Metodologia Multicritério em Apoio à Decisão Construtivista. Pesquisa Operacional.** 2010; 30 (1):125-152.
- FERNANDES, A. C.; CALVO, M. C. M.; PROENÇA, R. P. DA C.. 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. 259–269, mar. 2012. Doi: <https://doi.org/10.1590/S1415-52732012000200008>
- Grateron IRG. Auditoria de Gestão: Utilização de Indicadores de Gestão no Setor Público. **Caderno de Estudos**, São Paulo; 1999.
- HÖRBE TAN, Moura GL, Silva AH, Vargas KS, Machado EC. Gestão por processos: uma proposta de melhoria aplicada a uma pequena empresa do ramo de alimentação. **Revista Eletrônica Sistemas & Gestão**. 2015; 10(2):226-237.
- JAIME P.C, Bandoni DH, Geraldo APG, Rocha RV. **Adequação das refeições oferecidas por empresas cadastradas no programa de alimentação do trabalhador na cidade de São Paulo. Mundo da Saúde.** 2005; 29(2):186-91.
- JAIME, P. C. et al. **Prevalência e distribuição sociodemográfica de marcadores de alimentação saudável, Pesquisa Nacional de Saúde, Brasil 2013.** Epidemiologia e Serviços de Saúde, v. 24, p. 267-276, 2015.
- MAIA TML. **Planejamento e gestão estratégica para o restaurante universitário da UFC em um cenário de expansão do número de alunos** [Dissertação]. [Fortaleza]: Universidade Federal do Ceará; 2008.
- MARTINS, M. C. et al. **Segurança alimentar e uso de alimentos regionais: validação de um álbum seriado. Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 46, n. 6, p. 1354-1361, 2012.
- MENEGAZZO M, Fracalossi K, Fernandes AC. **Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de centros de educação infantil. Rev. Nutr.** 2011; 24(2):243-51.
- MORETTI, T.; ALVES, F. S. **Análise nutricional de cardápios oferecidos a participantes do programa de alimentação do trabalhador.** In: XX Congresso Brasileiro de Nutrição. 2008.
- ORNELLAS, L. H. Gestão de cardápios na produção de refeição. IN: Proença, R. P. C. et al. **Qualidade Nutricional e Sensorial na Produção de Refeições.** 1. ed. Florianópolis: UFSC, 2008. 117p.
- PASSOS, A.L.A. Análise do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição institucional em Brasília - DF segundo o método "Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio". 2009. 41 f. **Tese (Especialização em Gastronomia e Saúde) - Universidade de Brasília, Brasília, 2009.**
- PAYNE-PALACIO J. **Gestão de negócios em alimentação: princípios e práticas.** 1 ed. Barueri, Sp: Manole; 2015.
- PRADO, Bárbara Grassi; NICOLETTI, Ana Lídia; DA SILVA FARIA, Cássia. Avaliação qualitativa das preparações de cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição de Cuiabá-MT. **Journal of Health Sciences**, v. 15, n. 3, 2013.
- RAIMUNDO, M. G. M. Alimentação Saudável: mais cor e sabor no seu prato. São Paulo - Coordenadoria de Desenvolvimento dos Agronegócios, 2017. 72p. Acesso em: 02 de dezembro, 2023. Disponível em: https://codeagro.agricultura.sp.gov.br/uploads/publicacoesCesans/alimentacaosaudavel_maiscoresabornoseuprato.pdf
- SANT'ANA HMP. **Planejamento físico-funcional de unidades de alimentação e nutrição.** Rio de Janeiro: Rubio; 2012
- TOSCANO, Gislani Acácia da Silva. **Critérios utilizados na Seleção de Fornecedores para Unidades de Alimentação e Nutrição: um comparativo entre serviços com autogestão e terceirizado.** 2016. 44 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Faculdade de Ciências da Saúde do Trairí, Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Santa Cruz, 2016.
- VIANA J, Alencar LH. Metodologias para seleção de fornecedores: uma revisão da literatura. **Revista de Produção.** 2012 set./dez.; 22 (4): 625-636.

VEIROS MB. 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 [Mestrado em Engenharia da Produção] - Universidade Federal de Santa Catarina; 2002.**

VEIROS MB, PROENÇA RPC. **Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma Unidade de Alimentação e Nutrição – Método AQPC. Rev Nutr Pauta 2003;11(62):36-42.**

VIEIRA, M. C. H.; SPINELLI, M. G. N. ANÁLISE DA QUALIDADE DE CARDÁPIOS MENSAIS E DA SATISFAÇÃO DOS CLIENTES DE UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO HOSPITALAR. **Revista Univap, [S.l.], v.25, n.47, p. 58–69, 2019.** DOI: 10.18066/revistaunivap.v25i47.332 Disponível em: <https://revista.univap.br/index.php/revistaunivap/article/view/332>. Acesso em: 10 jun. 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Global Strategy on diet, physical activity and health. Food Nutr Bull. 2004; 25(3):292-302.**

WU C, Barnes D. A literature review of decision-making models and approaches for partner selection in agile supply chains. **Journal of Purchasing and Supply Management. 2011; 17(4):256–274.**

ANEXOS

Cardápios

Semana 1

CARDÁPIO SEMANAL							
PEQUENAS REFEIÇÕES							
REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DESJEJUM	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite
	Pão Suíço	Pão francês	Pão careca sal	Pão francês	Pão careca doce	Pão francês	Pão francês
	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga
	Presunto	Queijo minas	Mortadela	Queijo minas	Presunto	Mortadela	Mortadela
	Mamão	Melão	Laranja	Maçã	Melancia	Banana	Abacaxi
MERENDA	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite
	Broa de milho	Pão careca sal	Broa de coco	Pão doce com creme	Pão com gergelim	Broa de leite	Pão careca doce
	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga
	Queijo prato	Queijo minas	Queijo minas	Queijo mussarela	Queijo minas	Queijo prato	Queijo prato
	Maçã	Mamão	Banana	Melão	Banana	Abacaxi	Maçã
GRANDES REFEIÇÕES							
ALMOÇO							
REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
PP:	Filé de Frango grelhado	Filé de Peixe	Lombo Suíno	Bolo de Batata c/ Carne	Cozido	Rabada	Fricassé
OP:	Omelete	Filé de frango	Filé de frango	Ovo cozido	Omelete	Omelete	Ovo cozido
G:	Abobrinha à Italiana	Creme de Espinafre	Feijão tropeiro	Arroz Colorido c/ acelga refogada	Legumes sautéé	Polenta	Cenoura refogada
COMPL:	Alface	Alface crespa	Alface	Alface	Mix de Folhas (rúcula, agrião, alface)	Alface	Alface
	Grão de bico ao vinagrete	Batata calabresa temperada	Salada mista (tomate, cebola, palmito)	Tomate	Tomate	Tomate c/ orégano	Beterraba ralada
	-	-	-	Cebola temperada	-	-	Petit pois
SB:	Gelatina	Spumone	Banana caramelada	Creme chinês	Cuscuz	Pudim	Doce de Mamão
SC:	Manga	Caju	Abacaxi	Maracujá	Acerola	Uva	Goiaba
JANTAR							
PP:	Bife ao molho	Isca de frango	Carne moída	Cubos de Frango	Isca de Carne	Filé de Frango ao Curry	Silveirinha
Op:	Ovo	Ovo cozido	Omelete	Omelete	Ovo cozido	Ovo frito	Ovo cozido
G:	Batata assada	Abóbora sautéé	Repolho refogado	Chuchu mimoso	Cenoura vicky	Batata calabresa	Massa ao alho e óleo
S:	Ervilha	Legumes	Delícia	Portuguesa	Caldo Verde	Caipira	Carioca
SB:	Gelatina de Cereja	Gelatina de Morango	Gelatina de Abacaxi	Gelatina de Uva	Gelatina de Framboesa	Gelatina de Limão	Gelatina de Cereja
SC:	Acerola	Goiaba	Guaraná	Uva	Manga	Caju	Maracujá

Semana 2

CARDÁPIO SEMANAL							
PEQUENAS REFEIÇÕES							
REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DESJEJUM	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite
	Broa de milho	Pão francês	Broa de coco	Pão francês	Broa de Leite	Pão francês	Pão francês
	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga
	Presunto	Queijo minas	Mortadela	Queijo minas	Presunto	Mortadela	Mortadela
	Mamão	Melão	Laranja	Maçã	Melancia	Banana	Abacaxi
MERENDA	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite
	Broa de milho	Broa de milho	Pão careca sal	Broa de Leite	Pão Suiço	Broa de coco	Pão careca doce
	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga
	Queijo prato	Queijo prato	Queijo minas	Queijo mussarela	Queijo minas	Queijo prato	Queijo mussarela
	Maçã	Mamão	Banana	Mamão	Banana	Abacaxi	Banana
GRANDES REFEIÇÕES							
ALMOÇO							
REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
PP:	Frango xadrez	Filé de Peixe	Frango assado	Bife à fricandole	Feijoada	Bife de Panela Linguça	Filé de Frango
OP:	Ovo cozido	Filé de frango	Omelete	Omelete	Isca de Frango	Omelete	Ovo cozido
G:	Purê de Batata	Chuchu mimoso	Cenoura palito	Repolho refogado	Farofa de Couve	Abóbora sautéé	Mcarrão ao alho e óleo
COMPL:	Alface	Alface crespa	Alface crespa	Alface	Salada Verde	Alface	Alface
	Tomate	Feijão fradinho	Antepasto de Beringela	Tomate	Tomate	Pepino	Tomate
	Cebola	-	-	Milho	-	Tomate	-
SB:	Doce de Leite	Gelatina	Mosaico	Curau	Laranja	Pudim bicolor	Pudim
SC:	Goiaba	Guaraná	Acerola	Uva	Maracujá	Manga	Goiaba
JANTAR							
PP:	Isca de Carne	Isca de frango ao molho	Carne moida	Figado à lisboeta	Goulash	Filé de Frango	Silveirinha
Op:	Omelete	Omelete	-	Isca de Frango	Omelete	Ovo cozido	Omelete
G:	Canjiquinha	Abobrinha ao sugo	Macarrão ao alho e óleo	Purê de Batata	Batata doce ao forno	Beringela refogada	Polenta
S:	Lentilha	Legumes	Delícia	Portuguesa	Caldo Verde	Caipira	Carioca
SB:	Gelatina de Cereja	Gelatina de Morango	Gelatina de Limão	Gelatina de Uva	Gelatina de Abacaxi	Gelatina de Framboesa	Gelatina de Morango
SC:	Uva	Manga	Goiaba	Caju	Mate	Acerola	Goiaba

Semana 3

CARDÁPIO SEMANAL							
PEQUENAS REFEIÇÕES							
REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DESJEJUM	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite
	Broa de milho	Pão francês	Broa de coco	Pão francês	Broa de Leite	Pão francês	Pão francês
	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga
	Presunto	Queijo minas	Mortadela	Queijo minas	Presunto	Mortadela	Mortadela
	Melancia	Banana	Laranja	Abacaxi	Melancia	Melão	Mamão
MERENDA	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite
	Pão careca doce	Pão careca sal	Broa de leite	Pão suíço	Pão de Forma	Broa de leite	Pão careca doce
	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga
	Queijo minas	Queijo prato	Queijo minas	Queijo prato	Queijo mussarela	Queijo minas	Queijo prato
	Melancia	Abacaxi	Melão	Maçã	Banana	Mamão	Laranja
GRANDES REFEIÇÕES							
ALMOÇO							
REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
PP:	Filé de Frango	Filé de Peixe	Filé de Frango	Silveirinha	Empadão de Frango	Filé de Frango	Goulash
OP:	Ovo cozido	Filé de Frango	Omelete	Ovo cozido	Ovo cozido	Omelete	Ovo cozido
G:	Duque de Legumes	Pirão	Batata doce ao forno	Massa ao alho e óleo	Cenoura refogada	Batata ao forno	Farofa
COMPL:	Alface	Alface	Alface	Salada Verde	Alface	Alface	Alface crespa
	Tomate	Tomate	Beterraba cozida	Tomate	Tomate	Tomate	Tomate
	Ervilha	Pepino	Cebola	-	Milho	Cenoura ralada	Cebola temperada
SB:	Pudim crocante	Gelatina	Pudim bicolor	Doce de mamão	Flan	Pudim	Curau
SC:	Manga	Matte	Goiaba	Uva	Acerola	Abacaxi	Maracujá
JANTAR							
PP:	Isca de Carne	Cubos de Frango	Goulash	Isca de Frango acebolado	Isca de Carne	Bife de Panela	Isca de Frango ao molho
Op:	Omelete	Ovo cozido	Ovo cozido	Omelete	Omelete	Ovo cozido	Omelete
G:	Polenta	Batata sautéée	Abóbora sautéée	Chuchu mimoso	Repolho refogado	Abobrinha refogada	Purê de batata doce
S:	Ervilha	Legumes	Delícia	Portuguesa	Caldo Verde	Caipira	Carioca
SB:	Gelatina de Abacaxi	Gelatina de Framboesa	Gelatina de Limão	Gelatina de Morango	Gelatina de Uva	Gelatina de Cereja	Gelatina de Abacaxi
SC:	Uva	Caju	Abacaxi	Goiaba	Manga	Maracujá	Acerola

Semana 4

CARDÁPIO SEMANAL							
PEQUENAS REFEIÇÕES							
REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DESJEJUM	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite
	Broa de milho	Pão francês	Broa de coco	Pão francês	Broa de Leite	Pão francês	Pão francês
	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga
	Presunto	Queijo minas	Mortadela	Queijo minas	Presunto	Mortadela	Mortadela
	Mamão	Laranja	Maçã	Banana	Melancia	Melão	Laranja
MERENDA	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite
	Brioche de Leite	Pão careca sal	Pão careca doce	Broa de leite	Pão Suíço	Broa de coco	Pão careca doce
	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga
	Queijo prato	Queijo minas	Queijo mussarela	Queijo minas	Queijo prato	Queijo mussarela	Queijo prato
	Maçã	Banana	Melão	Mamão	Maçã	Melancia	Banana
GRANDES REFEIÇÕES							
ALMOÇO							
REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
PP:	Frango gratinado	Filé de Peixe	Pernil assado	Strognoff de Carne	Rabada	Frango acebolado	Isca de Frango ao molho
OP:	Ovo cozido	Filé de Frango	Filé de frango	Omelete	Filé de Frango	Omelete	Ovo cozido
G:	Duque de Legumes	Purê de batata	Farofa	Batata palha	Polenta	Purê de batata doce	Macarrão ao alho e óleo
COMPL:	Alface crespa	Alface	Alface	Mix de folhas	Alface crespa	Alface	Alface
	Cebola	Tomate	Maionese	Tomate	Tomate	Beterraba ralada	Tomate
	Tomate	Cebola	.	.	Cenoura à Juliana	Milho	Cebola
SB:	Mousse de chocolate	Gelatina	Spumone	Pudim bicolor	Gelado de Morango	Doce de leite	Pudim de Chocolate
SC:	Goiaba	Manga	Abacaxi	Uva	Caju	Goiaba	Manga
JANTAR							
PP:	Goulash	Cubos de Frango	Silveirinha	Filé de Frango	Isca de Carne	Goulash	Isca de Frango
Op:	Omelete	Ovo cozido	Omelete	Ovo cozido	Omelete	Linguça	.
G:	Batata doce ao forno	Beringela ao alho	Macarrão ao alho e óleo	Abobrinha ao sugo	Quibebe	Chuchu mimoso	Guarnição à francesa
S:	Ervilha	Legumes	Delícia	Portuguesa	Caldo Verde	Caipira	Carioca
SB:	Gelatina de Cereja	Gelatina de Uva	Gelatina de Limão	Gelatina de Morango	Gelatina de Framboesa	Gelatina de Abacaxi	Gelatina de Uva
SC:	Uva	Acerola	Goiaba	Maracujá	Manga	Acerola	Goiaba

Semana 5

CARDÁPIO SEMANAL							
PEQUENAS REFEIÇÕES							
REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
DESJEJUM	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite
	Pão suíço	Pão francês	Pão careca sal	Pão francês	Pão careca doce	Pão francês	Pão francês
	Manteiga	Geléia	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga
	Presunto	Queijo minas	Mortadela	Queijo minas	Presunto	Mortadela	Mortadela
	Mamão	Laranja	Banana	Mamão	Melancia	Melão	Laranja
MERENDA	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite	Café c/Leite
	Brioche de leite	Broa de milho	Pão careca doce	Pão careca sal	Pão suíço	Broa de coco	Pão careca doce
	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga	Manteiga
	Queijo mussarela	Queijo prato	Queijo minas	Queijo minas	Queijo prato	Queijo mussarela	Queijo mussarela
	Maçã	Banana	Laranja	Melão	Maçã	Melancia	Banana
GRANDES REFEIÇÕES							
ALMOÇO							
REFEIÇÕES	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
PP:	Rocambole de frango	Filé de Peixe frito	Bife à chateaubrian	Espetinho de frango	Filé de frango	Isca de frango	Pernil assado Bife ao molho
OP:	Ovo cozido	Filé de frango	Omelete	Ovo cozido	Omelete	Ovo cozido	Omelete
G:	Cenoura refogada	Pirão	Quibebe	Farofa	Guarnição à framboesa	Purê de batata doce	Farofa Massa ao alho e óleo
COMPL:	Salada ceasar	Alface crespa	Alface	Alface	Alface	Alface	Alface crespa
		Pepino	Tabule	Salpicão	Tomate	Tomate	Cebola
		Tomate			Cebola temperada	Beterraba ralada	Tomate
SB:	Curau	Gelatina	Pudim	Creme chinês	Manjar	Pudim bicolor	Pudim de chocolate
SC:	Caju	Manga	Matte	Goiaba	Uva	Goiaba	Abacaxi
JANTAR							
PP:	Isca ao molho	Isca de frango	Goulash	Goulash	Isca de Carne	Cubos de carne	Filé de frango
Op:	Omelete	Ovo cozido	Ovo cozido	Omelete	Ovo cozido	Linguiça	Ovo cozido
G:	Chuchu mimoso	Batata doce ao forno	Batata palha	Repolho refogado	Beringela refogada	Polenta	Creme de Milho
S:	Ervilha	Legumes	Delícia	Portuguesa	Caldo Verde	Caipira	Carioca
SB:	Gelatina de Morango	Gelatina de Abacaxi	Gelatina de Uva	Gelatina de Cereja	Gelatina de Limão	Gelatina de Morango	Gelatina de Framboesa
SC:	Abacaxi	Acerola	Goiaba	Caju	Maracujá	Laranja	Manga

IQ COSAN

AVALIAÇÃO MENSAL (cardápios 5 semanas)	
Semana 1	78
Semana 2	85
Semana 3	84
Semana 4	83
Semana 5	80
Pontuação	82

CLASSIFICAÇÃO FINAL - QUALIDADE DO CARDÁPIO	
Inadequado	0-45.9
Precisa de melhoras	46-75.9
Adequado	76-95