

INOVAÇÃO DO CARDÁPIO LIGHT EM RESTAURANTE INDUSTRIAL

Maria Fernanda Ribas

Flávia Gnoatto

Graciela Caroline Gregolin

Mônica Cristina Balbinotti

Isabela Formentini da Silva

O planejamento de um cardápio é uma atividade predominantemente técnica, que requer conhecimentos de nutrição humana, técnica dietética e administração (BRANDÃO; GIOVANNONI, 2011; DIEGAS et al., 2007). Através da necessidade de inovar e aumentar a variedade do cardápio, assim como torná-lo mais atrativo aos comensais, foram elaboradas novas preparações para constituir o Cardápio Light da Unidade de Alimentação e Nutrição de grande porte. Dezenove (19) preparações foram selecionadas para que atendessem aos critérios de contrato do restaurante e da empresa contratante. As receitas selecionadas passaram por adaptações de ingredientes, de acordo com a realidade do local, assim como suas respectivas quantidades, com o objetivo de torna-las nutricionalmente balanceadas, em relação aos macronutrientes, atingindo a aproximadamente 300 gramas, sendo até 120 gramas provenientes de proteína. O valor energético foi reduzido de acordo com a legislação em vigor, para serem caracterizados como light. A partir das receitas, foram elaboradas fichas técnicas de preparo (FTP) para a produção destas preparações. Ainda foram desenvolvidas cartas de apresentação de cada receita com a finalidade de informar os macronutrientes aos comensais, em valor energético, carboidratos, proteínas e lipídeos das preparações em flip ao lado do buffet light. A informação nutricional foi elaborada a partir de média dos dados obtidos em tabelas de composição dos alimentos (IBGE, 1999; PHILIPPI, 2012; UNICAMP, 2011). A criação de um novo cardápio tornou-se fundamental para a unidade, pois antes não havia um padrão, e a partir deste trabalho, pode-se aumentar a variedade das preparações, qualidade nutricional, e ainda controlar custos. As FTP facilitaram na elaboração das preparações pois garante um padrão do produto a ser elaborado. Quanto à apresentação da informação nutricional ao consumidor, este tornou-se um atrativo para os comensais, os quais começaram a se interessar mais pelo buffet light. Hara (2003) afirma que uma alimentação balanceada em uma Unidade de Alimentação e Nutrição é fundamental à saúde e produtividade do trabalhador. É visível as mudanças no comportamento alimentar da população que procura alimentos saudáveis e opções de produtos diet e light.

Palavras-chave: Cardápio; Light; Ficha-técnica; Informação nutricional.
