

ANÁLISE DE CARDÁPIO PARA PRÉ-ESCOLARES EM UMA UNIDADE DE ALIMENTAÇÃO E NUTRIÇÃO EM BRASÍLIA - DF

II Congresso Online de Serviços de Alimentação e Nutrição, 2ª edição, de 21/06/2021 a 25/06/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-36-4

AYUPP; Isabella Miranda ¹, ADJAFRE; Raquel Adjafre ², CARELLI; Maria Cristina Vieira ³, SILVA; Letícia Alves da Silva ⁴

RESUMO

Cardápio é a ferramenta operacional que relaciona os alimentos destinados a suprir necessidades nutricionais de forma equilibrada e segura, nas instituições de ensino contribui para o crescimento, desenvolvimento, aprendizagem e rendimento escolar. O presente estudo visa analisar o cardápio de 4 semanas da unidade de alimentação e nutrição (UAN) da escola Casa do Pequeno Polegar, afim de verificar se o mesmo atende as recomendações do Programa de Nutrição e Alimentação Escolar (PNAE). Utilizou-se a ferramenta PlanPnae criado para auxiliar no desenvolvimento e para avaliar a aplicabilidade de 4 semanas de cardápios oferecidos segundo as referências. Na metodologia, foram calculadas fichas técnicas de preparação baseadas na Tabela de Composição dos Alimentos e suas informações nutricionais para 100 g, em seguida os cardápios (com 5 refeições/dia) contendo as preparações incluídas, foram lançados nos respectivos dias para ser feita uma média semanal e, revelar a porcentagem de suas adequações. Os resultados foram separados em um gráfico de colunas, aonde foi feito um cálculo para revelar os valores médios encontrados em 4 semanas de aplicação de um cardápio padrão, comparando as referências estabelecidas. Observou-se que a energia 884,12 kcal, lipídios 18,17 g, carboidratos 143,97, fibras 16,54 g, cálcio 237,62 g, ferro 6,20 g e sódio 696,83g encontram-se abaixo do valor de referência, enquanto a proteína 35,32g relevou-se acima. Discrepâncias foram observadas apenas nos valores de cálcio e sódio, que corresponderam a cerca de 50% de adequação das necessidades dos pré-escolares, essa informação é importante para despertar a necessidade de uma intervenção, uma vez que o cálcio é um mineral essencial para desenvolvimento ósseo e muscular nessa fase de crescimento. Em sua maioria, os valores encontrados nas médias dos cardápios estão próximos aos valores de referência, mesmo não correspondendo com exatidão, logo não são observadas possíveis grandes inadequações no consumo alimentar dos pré-escolares atendidos na unidade de alimentação e nutrição da Casa do Pequeno Polegar, baseado nos cardápios de 4 semanas analisados. A influência dos dados destacados no contexto de saúde e aprendizagem é de extrema importância e mostra-nos a relevância da alimentação e, da oferta de preparações adequadas para o desenvolvimento nessa fase da vida, assim como a educação nutricional, unidades de alimentação e nutrição, a gestão e o papel do nutricionista na promoção na qualidade de seu serviço.

PALAVRAS-CHAVE: cardápio, alimentação escolar, PNAE, PlanPNAE, pré-escolares

¹ NUTRICIONISTA pelo UNIEURO, isabellaayuppsb@gmail.com

² NUTRICIONISTA pelo grupo Santa Marta - Pós Graduanda em Clínica e Terapêutica Nutricional pela IPCE e Nutrição nos Ciclos da Vida pelo Instituto Cristina Martins e em Gastronomia pelo Unieuro UnB, raquel.adjafre@gmail.com

³ NUTRICIONISTA pela Universidade Federal de Viçosa - Especializada em Acupuntura pelo Instituto Mineiro de Acupuntura e Massagem (IMAM Juiz de Fora) e Pós graduanda em Nutrição Clínica pela MBA em Excelência nas Organizações pela Faculdade Pedro Leopoldo, criscarelli@gmail.com

⁴ NUTRICIONISTA pelo Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade - Pós graduanda em Saúde da Família e Comunidade pela ESCS e Nutricionista pelo UNIEURO, le