

AVALIAÇÃO DA COMPOSIÇÃO DE MENU DE RESTAURANTES POPULARES DE UM MUNICÍPIO DO INTERIOR PAULISTA

EVALUATION OF THE MENU COMPOSITION OF POPULAR RESTAURANTS IN A MUNICIPALITY OF PAULISTA

A.O.
ARTIGO ORIGINALMoema de Souza Santana¹  ; Débora Maia Mota²  ; José Emílio Barretos Santos²  ; Gabriely Sobral Neiva²  ;
Paula Fernanda de Oliveira³  ; Silvani Silva³ 

RESUMO

INTRODUÇÃO: Os menus são ferramentas de promoção de educação alimentar, fundamentais para suprir as necessidades nutricionais dos indivíduos. Os Restaurantes Populares, por sua vez, são estabelecimentos de promoção do Direito Humano à Alimentação Adequada, principalmente, para populações socialmente vulneráveis.

OBJETIVOS: Avaliar a composição do menu de 2 (dois) Restaurantes Populares de um município do interior de São Paulo, Brasil, pelo método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio.

METODOLOGIA: Utilizou-se o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio para avaliação do menu de 24 dias decorridos entre final de agosto e setembro de 2022. Analisou-se monotonia de cores (três ou mais alimentos de cores iguais), presença de vegetais folhosos crus (um ou mais) e frutas (uma ou mais), tipos de carnes (carnes gordurosas), teor de enxofre (dois ou mais alimentos), presença de frituras, de doces e associação simultânea de frituras com doces. Calculou-se a frequência relativa de cada critério do método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio, classificando os “aspectos negativos” (cores iguais, preparações ricas em enxofre, carnes gordurosas, doce, fritura e concomitância de doce e fritura) como “ótimo” (<25,0%), “bom” (11,0 a 25,0%), “regular” (26,0 a 50,0%), “ruim” (51,0 a 75,0%) ou “péssimo” (>75,0%) e os “aspectos positivos” (oferta de frutas e folhosos) como “ótimo” (≥90,0%), “bom” (75,0 a 89,0%), “regular” (50,0 a 74,0%), “ruim” (25,0 a 49,0%) ou “péssimo” (<25,0%).

RESULTADOS: Verificou-se 70,0% de ocorrência de monotonia de cores. A oferta de folhosos e frutas ocorreu em 66,0% e 58,0% dos dias, respectivamente. A presença de carnes gordurosas ocorreu em 16,0% dos dias, assim como a de preparações ricas em enxofres. A presença de doces foi verificada em 41,7% dos dias. O menu não apresentou ocorrência de frituras e, consequentemente, apresentou ausência de associação de frituras com doces (0,0%).

CONCLUSÕES: O menu apresenta necessidade de ajustes, principalmente, no critério monotonia de cores, porém nota-se grande potencial de oferta de nutrientes, diante da ocorrência “regular” de frutas e folhosos e ausência de frituras e de frituras associadas com doces.

PALAVRAS-CHAVE

Alimentação coletiva, Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio, Menu, Planejamento de menus

ABSTRACT

INTRODUCTION: Menus are tools to promote food education, essential to meet nutritional needs. Popular Restaurants, in turn, are mechanisms for promoting the Human Right to Adequate Food, mainly, for socially vulnerable populations.

OBJECTIVES: Evaluate the menu composition of 2 (two) popular restaurants in a city in the interior of São Paulo, Brazil, using the Qualitative Assessment of Menu Preparations method.

METHODOLOGY: The Qualitative Assessment of Menu Preparations method was used to evaluate the 24-day menu between the end of August and September 2022. The aspects evaluated were color monotony (three or more foods of the same color), presence of leafy vegetables (one or more raw leafy vegetables) and fruits (one or more), types of meat (fatty meat), sulfur content (two or more foods), presence of fried foods, candies and simultaneous association of fried foods with candies. The relative frequency of each Qualitative Assessment of Menu Preparations method criterion was calculated, classifying the “negative aspects” (equal colors, preparations rich in sulfur, fatty meats, candies, fried foods and the combination of candies and fried foods) as “great” (<25.0%), “good” (11.0 to 25.0%), “regular” (26.0 to 50.0%), “poor” (51.0 to 75.0%) or “terrible” (>75.0%) and the “positive aspects” (offering fruits and leafy vegetables) as “excellent” (≥90.0%), “good” (75.0 to 89.0%), “regular” (50.0 to 74.0%), “poor” (25.0 to 49.0%) or “terrible” (<25.0%).

RESULTS: There was a 70.0% occurrence of color monotony on the menu. Leafy and fruit offerings occurred on 66.0% and 58.0% of the days, respectively. The presence of fatty meats occurred on 16.0% of the days, as well as preparations rich in sulfur. The presence of candies was verified in 41.7% of the days. The menu did not show the occurrence of fried foods and, consequently, there was no association of fried foods with candies (0.0%).

CONCLUSIONS: The menu needs adjustments, mainly in the monotony of colors, but it has a great potential for offering nutrients, considering the occurrence of fruits and leafy vegetables and the absence of fried foods and associated fried foods and candies.

¹ Complexo Hospitalar da Universidade Federal do Ceará - Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares, Hospital Universitário Walter Cantídio, Unidade de Produção e Distribuição de Refeições – UPDR, R. Pastor Samuel Munguba, 1290 - Rodolfo Teófilo, 60430-372, Fortaleza - CE, Brasil

² Faculdade Adventista da Bahia, Rodovia BR 101, km 197, 44300-000, Capoeiruçu, Cachoeira - BA, Brasil

³ Prefeitura Municipal de Araraquara, Coordenadoria de Segurança alimentar, Avenida Padre Antonio Cesarino, 808, Vila Xavier, 14810-142, Araraquara, SP, Brasil

*Endereço para correspondência:

Moema de Souza Santana
Hospital Universitário Walter Cantídio, Unidade de Produção e Distribuição de Refeições – UPDR,
R. Pastor Samuel Munguba, 1290 - Rodolfo Teófilo, 60430-372, Fortaleza - CE, Brasil
moemasantana89@gmail.com

Histórico do artigo:

Recebido a 11 de fevereiro de 2023
Aceite a 30 de março de 2023

KEYWORDS

Collective Food, Qualitative Assessment of Menu Preparations, Menu, Menu Planning

INTRODUÇÃO

A articulação entre políticas sociais de saúde e de alimentação e nutrição são fundamentais para a promoção do Direito Humano à Alimentação Adequada (DHAA) e impactam diretamente na operacionalização e na efetivação de ações que priorizam a garantia deste direito no Brasil e no mundo (1). No Brasil, os Restaurantes Populares (RPs) são estabelecimentos geridos pelo poder público que se caracterizam pela comercialização de refeições prontas, nutricionalmente equilibradas, sanitariamente seguras, a preços acessíveis, com o intuito de garantir qualidade da alimentação de pessoas/famílias socialmente vulneráveis e em condição de insegurança alimentar e nutricional (2).

Deste modo, os RPs apresentam-se como instituições públicas de grande importância, atuando como dispositivos favoráveis à promoção do DHAA (3), principalmente, quando se considera o impacto da alimentação na vida humana por razões biológicas, afetivas, psicológicas e socioculturais e as difíceis condições socioeconômicas das populações mais vulneráveis. Neste contexto, os RPs tornam-se opções viáveis para obtenção de refeições prontas, seguras e de qualidade, organizando-se como uma política pública de acesso à alimentação e de garantia da segurança alimentar, integrando uma rede de proteção social relevante nas cidades brasileiras (2, 3).

A elaboração de menus para estes restaurantes, por sua vez, deve seguir os princípios básicos das ciências da nutrição, considerando quantidade, qualidade, harmonia e adequação. Além disso, devem-se priorizar alimentos “*in natura*” e minimamente processados, com a mínima adição de sal e açúcar, devido ao maior valor nutricional destes alimentos (4).

Deste modo, os RPs, assim como as demais Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) têm a finalidade de disponibilizar refeições nutricionalmente equilibradas com bom padrão higio-sanitário, contribuindo para a manutenção e/ou recuperação da saúde pública, auxiliando no desenvolvimento de hábitos alimentares saudáveis no contexto da educação alimentar e nutricional (4, 5).

Partindo destes conceitos, torna-se relevante a avaliação dos menus dos RPs, com o intuito de colaborar com os gestores de UAN na otimização da oferta de refeições adequadas do ponto de vista nutricional e sensorial (6,7). O método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) é utilizado para avaliar a qualidade nutricional das preparações de um menu, analisando técnicas de cocção/confecção, monotonia alimentar e outros aspectos relevantes para uma alimentação adequada, saudável e variada (8), constituindo como um instrumento relevante de apoio no planejamento e avaliação de menus na área da nutrição e alimentação coletiva.

OBJETIVOS

O objetivo do presente trabalho foi avaliar a composição do menu de 2 (dois) RPs de um município do interior de São Paulo, Brasil, considerando o método AQPC.

METODOLOGIA

Estudo transversal descritivo de caráter quantitativo baseado na análise do menu servido aos consumidores de dois RPs de Araraquara, cidade de médio porte com população aproximada de 240 mil habitantes, localizada no interior do estado de São Paulo (SP), Brasil. Estes restaurantes são os únicos RPs de gestão municipal da cidade de Araraquara e, atualmente, comercializam 250 refeições de almoço por dia útil, totalizando

aproximadamente 5.500 refeições/mês e 66.000 refeições/ano.

As refeições fornecidas pelos RPs de Araraquara-SP, contemplam prato principal (proteína de origem animal), guarnição, arroz e feijão e salada/entrada, sobremesa e sumo (refresco em pó). Analisou-se o menu do almoço oferecido aos consumidores de segunda a sexta-feira, excluindo-se feriados, durante o final do mês de agosto e o mês de setembro de 2022. A avaliação do menu foi realizada através do método AQPC (8). Este instrumento permite a avaliação quantitativa de aspectos sensoriais e nutricionais apresentados na composição de menus (4). Estes aspectos são: oferta de frutas e de vegetais verdes folhosos, monotonia de cores, presença de carnes gordurosas, de preparações ricas em enxofre, de doce e de fritura, além da ocorrência concomitante de doce e fritura.

A presença de frutas foi avaliada de acordo com a presença de fruta ou de sumo de frutas sem adição de açúcar no menu do dia. A presença de folhosos foi avaliada de acordo com o aparecimento de um ou mais folhosos crus. A monotonia de cores foi analisada de acordo com o número de cores presentes no menu do dia, sendo classificado como monótono o menu com ocorrência de três ou mais alimentos com cores iguais na mesma refeição (4).

A presença de carnes gordurosas foi avaliada de acordo com a quantidade de gordura presente neste alimento, sendo consideradas carnes gordurosas aquelas com quantidade de gorduras superior a 50% do valor energético total da carne. Foram consideradas como gordas preparações como: bife grelhado, linguíça toscana, carne louca, pernil suíno e feijoada (4). Na avaliação das preparações ricas em enxofre considerou-se menu com alto teor de enxofre, aquele que contemplava a ocorrência de dois ou mais alimentos ricos em enxofre no mesmo dia. Foram considerados alimentos ricos em enxofre (sulfurados): acelga, batata-doce, brócolos, cebola, couve-de-bruxelas, couve-flor, ervilha, lentilha, maçã, melancia, melão, milho, ovo, rabanete e repolho (4). O feijão foi desconsiderado desta avaliação devido a recomendação de consumo diário orientado pelo Guia Alimentar da População Brasileira (9).

A presença de doces foi contabilizada na ocorrência de sobremesas que possuem o açúcar como principal ingrediente (pudim, bolo, gelatina, doces industrializados ou caseiros). A ocorrência de refrescos em pó foi avaliada separadamente, considerando o teor de açúcar e o alto grau de industrialização desde produto. A presença de frituras foi analisada de forma isolada e considerando a associação concomitante de fritura e doce (4).

O menu analisado encontra-se descrito na Tabela 1 e engloba 5 semanas (final de agosto e setembro), totalizando 24 dias, visto que os RPs não funcionam aos fins-de-semana e feriados (Tabela 1).

O menu foi avaliado a partir da ocorrência diária absoluta dos alimentos ou preparações segundo os critérios acima descritos. Posteriormente, calculou-se ocorrência semanal e mensal dos atributos avaliados. Os dados foram tabulados em frequência relativa conforme o número total de dias do menu (24 dias).

A partir da frequência mensal dos critérios no menu, os itens analisados das preparações foram classificados em categorias, considerando-os aspectos positivos (oferta de frutas e folhosos) e aspectos negativos (monotonia de cores, preparações ricas em enxofre, carne gordurosa, doce, fritura e a fritura associada a doce no mesmo dia) conforme proposto por Prado, Nicoletti e Faria (10). Na Tabela 2 são apresentados os critérios de classificação do menu pelo método AQPC proposto por Prado, Nicoletti e Faria (10).

Não houve necessidade de submissão deste trabalho ao Comitê de Ética em Pesquisa, por se tratar de análise de preparações de menu sem envolver qualquer interação com seres humanos.

Tabela 1

Menu mensal oferecido no final de agosto e setembro de 2022 nos Restaurantes Populares do município de Araraquara-SP

DIA DA SEMANA	PREPARAÇÕES
Segunda-feira (29/08)	Linguiça toscana com batata, abobrinha refogada, beterraba ralada, arroz branco, feijão carioca, docinho tipo geleia, sumo de maracujá.
Terça-feira (30/08)	Fricassê de frango, batata palha, alface com tomate, arroz branco, feijão carioca, melancia, sumo de uva.
Quarta-feira (31/08)	Bife à rolê, chuchu refogado, repolho misto, arroz branco, feijão carioca, gelatina de framboesa, sumo de manga.
Quinta-feira (01/09)	Sobrecoxa de frango ao molho, polenta, chicória, arroz branco, feijão carioca, maçã, sumo de abacaxi.
Sexta-feira (02/09)	Feijão gordo, virado de couve, vinagrete, arroz branco, feijão carioca, laranja, sumo de morango.
Segunda-feira (05/09)	Pernil suíno com mandioca, repolho refogado, pepino com tomate, arroz branco, feijão carioca, docinho paçoca, sumo de laranja.
Terça-feira (06/09)	Frango xadrez, cenoura salteadas, mix de folhas, arroz branco, feijão carioca, banana, sumo de morango.
Quarta-feira (07/09)	FERIADO
Quinta-feira (08/09)	Carne moída com legumes, macarrão espaguete ao alho e óleo, beterraba cozida, arroz branco, feijão carioca, gelatina de limão, sumo de maracujá.
Sexta-feira (09/09)	Feijoada, farofa colorida, vinagrete, arroz branco, feijão preto, laranja, sumo de uva.
Segunda-feira (12/09)	Linguiça calabresa acebolada, ovos mexidos com legumes, cenoura ralada, arroz branco, feijão carioca, docinho tipo geleia, sumo de abacaxi.
Terça-feira (13/09)	Stroganoff de frango, batata palha, almeirão com nabo, arroz branco, feijão carioca, melancia, sumo de uva.
Quarta-feira (14/09)	Lagarto ao molho na pressão, abóbora com batata doce, alface com tomate, arroz branco, feijão carioca, gelatina de abacaxi, sumo de morango.
Quinta-feira (15/09)	Sobrecoxa de frango ao molho, polenta, acelga, arroz branco, feijão carioca, maçã, sumo de limão.
Sexta-feira (16/09)	Feijão gordo, virado de couve, vinagrete, arroz branco, feijão carioca, laranja, sumo de maracujá.
Segunda-feira (19/09)	Segunda - feira (19/09): Cassoulet com feijão branco, vagem com cenoura, pepino com tomate, arroz branco, feijão carioca, docinho paçoca, sumo de morango.
Terça-feira (20/09)	Isacas de pernil grelhadas, macarrão parafuso ao molho, beterraba cozida, arroz branco, feijão carioca, banana, sumo de morango.
Quarta-feira (21/09)	Carne de panela, purê de legumes, mix de folhas, arroz branco, feijão carioca, docinho paçoca, sumo de morango.
Quinta-feira (22/09)	Sobrecoxa de frango ensopada, creme de milho, repolho misto, arroz branco, feijão carioca, melancia, sumo de limão.
Sexta-feira (23/09)	Feijoada, farofa colorida, vinagrete, arroz branco, feijão preto, laranja, sumo de uva.
Segunda-feira (26/09)	Cubos de frango com linguiça, farofa de cuscuz, beterraba ralada, arroz branco, feijão carioca, maçã, sumo de limão.
Terça-feira (27/09)	Copa lombo ao molho shoyu, repolho, alface com tomate, arroz branco, feijão carioca, gelatina de abacaxi, sumo de maracujá.
Quarta-feira (28/09)	Carne de panela com cenoura, purê de legumes, repolho misto, arroz branco, feijão carioca, docinho tipo geleia, sumo de morango.
Quinta-feira (29/09)	Stroganoff de frango, batata palha, alface, arroz branco, feijão carioca, gelatina de cereja, sumo de laranja.
Sexta-feira 30/09)	Feijão gordo, virado de couve, vinagrete, arroz branco, feijão carioca, laranja, sumo de pêssego, sumo de morango.

Tabela 2

Critérios de classificação do menu pelo método Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio proposto por Prado, Nicoletti e Faria, 2013 (10)

ASPETO POSITIVO		ASPETO NEGATIVO	
“Ótimo”	≥ 90,0%	“Ótimo”	≤ 10,0%
“Bom”	≥75,0 a <90,0%	“Bom”	>10,0 a ≤25,0%
“Regular”	≥50,0 a <75,0%	“Regular”	>25,0 a ≤50,0%
“Ruim”	≥25,0 a <50,0%	“Ruim”	>50,0 a ≤75,0%
“Péssimo”	<25,0%	“Péssimo”	>75,0%

RESULTADOS

Os resultados obtidos por meio da aplicação do método AQPC, encontram-se descritos na Tabela 3, juntamente com a classificação dos parâmetros avaliados.

Nota-se uma elevada ocorrência de alimentos com cores iguais, incorrendo numa monotonia de cores. Segundo a oferta de folhosos e de frutas o menu foi classificado como “regular”. Para a presença de carnes gordurosas, foi classificado como “bom”, assim como para oferta de preparações ricas em enxofres.

O menu não apresentou ocorrência de frituras e, conseqüentemente, ausência de associação concomitante de frituras com doces (0,0%), tendo sido classificado como “ótimo” para estes critérios.

A presença de doces, por sua vez, foi classificado como “regular”, no entanto, destaca-se a ocorrência elevada da oferta de refrescos em pó.

DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A avaliação de menus é essencial em UANs, pois torna-se um ponto de partida para a realização de práticas alimentares que podem proporcionar um melhor cenário para promoção da saúde e da qualidade de vida. Esta avaliação deve contemplar questões qualitativas e não somente o quantitativo energético e a distribuição de macronutrientes. O estudo realizado por Wolfson *et al.* (11), corrobora com essa premissa ao demonstrar que a redução de conteúdo calórico de menus de restaurantes “fast food” não foi acompanhada pela melhoria do perfil nutricional dos mesmos, visto que, menos de 20% dos itens dos menus com redução calórica foram classificados como saudáveis nestes restaurantes.

Ao revisitar os resultados da avaliação de aspectos qualitativos do menu dos RPs de Araraquara, nota-se que a monotonia de cores obteve uma classificação “ruim”, corroborando com o resultado obtido por Boa Morte, Lira e Fonseca (12), em estudo realizado em restaurante universitário, onde se observa, no menu com prato proteico de origem animal, a ocorrência de 65,1% de cores iguais no almoço e 66,3% no jantar, e de 86,5% no almoço e 62,3% no jantar no menu ovolactovegetariano.

A monotonia de cores pode contribuir para a baixa aceitação da refeição, pois, a baixa flexibilidade dos alimentos reduz o potencial de atração visual, aumentando probabilidade de recusas, de redução da ingestão e de desperdício alimentar (12). Além disso, reduz a variabilidade de nutrientes disponíveis na dieta, não atendendo às recomendações nutricionais vigentes (9).

A análise dos resultados quanto aos aspectos presença de frutas e de folhosos, considerado “regular” no nosso estudo, diverge parcialmente do observado por Maia *et al.* (6) em quatro UANs institucionais, onde se verificou diferentes percentagens de presença de frutas: 95,0% (“ótimo”), 100,0% (“ótimo”), 5,0% (“péssimo”) e

Tabela 3

Resultados da aplicação do método Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio e classificação dos parâmetros no menu dos restaurantes populares de Araraquara-SP

INDICADORES	OCORRÊNCIA SEMANAL					OCORRÊNCIA MENSAL		CLASSIFICAÇÃO
	1º	2º	3º	4º	5º	N	%	
Monotonia de cores	5	3	4	3	2	17	70,0	“Ruim”
Folhosos	4	1	4	3	4	16	66,0	“Regular”
Frutas	3	2	3	3	3	14	58,0	“Regular”
Carnes gordurosas	1	2	-	1	-	4	16,0	“Bom”
Ricos em enxofre	1	0	1	1	1	4	16,0	“Bom”
Frituras e doces	-	-	-	-	-	-	-	“Ótimo”
Frituras	-	-	-	-	-	-	-	“Ótimo”
Doces	2	2	2	2	2	10	41,7	“Regular”
Refrescos em pó	5	4	5	5	5	24	100,0	“Ruim”

35,0% (“regular”). Além disso, um estudo realizado por Campos *et al.* (13) indica que a presença de frutas como sobremesa não foi mencionada em menus de restaurantes portugueses direcionados para o público universitário e Oliveira *et al.* (14) destaca que, embora as frutas tenham sido oferecidas na maioria dos dias numa instituição de saúde mental portuguesa, a variedade das mesmas era baixa.

López-González *et al.* (15), num estudo com idosos no mediterrâneo, ao avaliarem a associação entre consumo de frutas e hortaliças, qualidade da dieta e estilo de vida, observaram que a propensão a ser fisicamente ativo e a ingestão de fibras, vitaminas, minerais e flavonoides foi significativamente maior entre os indivíduos que consumiam maior variedade de frutas e vegetais. As frutas e os folhosos devem apresentar um consumo diário em todas as faixas de idade, e o baixo consumo destes contribuem para o desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (9). Assim, destaca-se a necessidade de prestar atenção para este aspeto nos RPs, tendo em conta a importância das frutas e verduras para agregar maior valor nutricional ao menu, diante do teor de fibras, vitaminas, minerais e compostos bioativos presentes nestes alimentos (16).

O menu dos RPs de Araraquara foi classificado como “bom” ao considerar o critério oferta de alimentos ricos em enxofre, confrontando o resultado obtido no estudo de Boa Morte, Lira e Fonseca (12) que apresentou o menu padrão (prato principal composto por proteína animal) e ovo-lactovegetariano classificado como “ruim” e “péssimo”, respetivamente. Num estudo realizado por Souza, Schneider, Weis (17) num serviço de alimentação e nutrição de uma empresa privada da região noroeste do Rio Grande do Sul, o menu o também foi classificado como “péssimo” devido a elevada incidência de alimentos ricos em enxofre (100,0%). Por outro lado, a pouca oferta de leguminosas como acompanhamento ou ausência total em alguns dias foi verificada por Oliveira *et al.* (14), impactando negativamente na aceitação do menu de instituição de saúde mental portuguesa. Assim, importa relatar, que o enxofre é um mineral essencial responsável por diversas funções no organismo, no entanto, o alto consumo deste pode acarretar alguns desconfortos gástricos devido à presença de compostos sulfurados, devendo ser ponderado na alimentação (4).

Quanto ao critério presença de carnes gordurosas, o menu do RPs foi classificado como “bom”, resultado compatível com o observado no estudo Ygnatios, Lima e Pena (4), que apresentou 15,0% de ocorrência de carnes gordurosas, e de Meira *et al.* (18), que verificou a percentagem de 20,4%. No estudo José *et al.* (19) a ocorrência de carnes gordurosas foi de 6,6%, sendo o menu classificado como “ótimo” para este critério. É importante enfatizar a importância da gordura na dieta humana no transporte e absorção de vitaminas lipossolúveis, no fornecimento de energia, ácidos gordos essenciais e na agregação de sabor ao alimento. Todavia, o consumo de

gordura deve ser feito de forma equilibrada obedecendo os níveis de recomendação diária, e evitando, principalmente, gorduras saturadas e trans, visto que, o consumo em desequilíbrio pode favorecer o aparecimento de dislipidemias, obesidade, doenças ateroscleróticas, vasculares e outras (9).

A oferta de frituras isoladas, e de frituras em associação com doces, destacou-se positivamente entre os indicadores avaliados pela ausência no menu (0,0%). Corroborando com este resultado, Miquelanti *et al.* (20) também verificou a ausência de ocorrência de frituras associadas a doce (0,0%) e a ocorrência de 7,1% de fritura no menu com prato proteico de origem animal (“ótimo”). No entanto, no mesmo estudo, Miquelanti *et al.* (20) aponta ocorrência de 78,6% de fritura (“péssimo”) e de 21,4% de fritura associada a doce no menu vegetariano (“bom”). No estudo de Ygnatios, Lima e Pena (4), o indicador de fritura isolada também se destacou positivamente, com ocorrência de 10,0% (“ótimo”).

A presença de doces foi considerada “regular”, assemelhando-se com os resultados de Maia *et al.* (6), onde se verificou uma percentagem de 40,0% numa das quatro UANs avaliadas no seu estudo, e de Santana *et al.* (21), que encontrou 40,3% de ocorrência de doces num restaurante universitário do Oeste da Bahia. A oferta de doces como sobremesas em restaurantes públicos portugueses, por sua vez, esteve presente em 97,8% dos menus (13). Os doces são alimentos ricos em açúcares e é necessário que sejam consumidos de forma moderada, evitando os excessos.

No presente estudo avaliamos ainda a oferta de refrescos em pó e os resultados encontrados revelam uma elevada oferta destes produtos nos RP’s (100,0%), assim com relatado por Campos *et al.* (13) que verificou a oferta de bebidas açucaradas e de sumos de fruta natural em 31,2% e 8,7% dos menus avaliados, respetivamente. Este aspeto pode ser considerado como ponto negativo do menu dos RPs, devido ao grau de processamento de refrescos em pó e o seu potencial de agregar açúcares simples, aditivos e conservantes alimentares às refeições (9). Neste sentido, importa destacar os resultados obtidos por Silva *et al.* (22), num estudo de análise qualitativa de menu em escolas do Rio de Janeiro, onde foi verificada a ausência de oferta de bebidas ricas em açúcar e de baixo valor nutricional, e por Huang *et al.* (23), que aponta redução de açúcar das bebidas servidas em restaurantes do Reino Unido entre os anos de 2018 e 2020.

Abordados os resultados do presente estudo, cabe ponderação para a relevância e inovação do mesmo, considerando o papel social dos RPs e a ausência de artigos científicos que contemplem a avaliação de menus de restaurantes deste tipo pelo método AQPC no Brasil e no mundo. Além disso, ressalta-se a relativa facilidade de replicação do método AQPC na prática do nutricionista e o potencial do mesmo em guiar o planeamento dos menus no campo da alimentação coletiva.

Existem outros instrumentos de avaliação de menus que podem ser utilizados, considerando o público a que se destina o menu. A Grelha de Avaliação Qualitativa de Ementas - GAQE (24), por exemplo, é utilizada para avaliação de menus destinados a população adulta, enquanto que, para a população idosa, pode-se utilizar a Ferramenta de Avaliação Qualitativa de Ementas Destinadas a Idosos (25) e, para crianças, recomenda-se o Sistema de Planejamento e Avaliação de Refeições Escolares - SPARE (26). Neste sentido, o APQC destaca-se pela versatilidade, pois, pode ser aplicado para avaliação qualitativa de menus de diferentes públicos, assim como, a Avaliação Qualitativa de Ementas - AQE (27), desenvolvido para avaliação geral de menus na restauração portuguesa.

Como limitação do estudo, importa considerar a pequena extensão da amostra (dois RPs), no entanto, acreditamos que este trabalho ofereça elementos importantes para a comunidade científica, como parâmetro comparativo de menus de restaurantes com perfil similar noutras localidades, oferecendo indícios da necessidade de ampliação da amostra em estudos posteriores com o intuito de conhecer qualitativamente os menus ofertados ao público atendido pelos RPs em escala ampliada e mais representativa.

CONCLUSÕES

Os resultados apresentados demonstram que o menu dos RPs apresenta grande potencial de oferta de nutrientes, principalmente no que tange a oferta de vegetais folhosos crus e fruta. A ausência de fritura e de frituras em associação com doces, encontrada no presente estudo, é excelente para promoção de hábitos alimentares mais saudáveis. A oferta de carnes gordurosas e de alimentos ricos em enxofre também é satisfatória. Deste modo, acredita-se que os RPs cumprem um papel importante para a garantia do DHAA na cidade de Araraquara-SP. Importa considerar, no entanto, a necessidade de pequenos ajustes, principalmente, no que diz respeito a monotonia de cores para que o menu se torne ainda mais atrativo e adequado do ponto de vista da diversidade nutricional. Como ponto adicional de atenção, pode citar-se a oferta elevada de refrescos em pó (altamente industrializados e ricos em açúcar). Deste modo, sugere-se a sua substituição por sumos de frutas ou de polpa de fruta, sem adição de açúcar, para uma melhoria do perfil nutricional do menu.

Como ponto adicional de atenção, pode citar-se a oferta elevada de refrescos em pó (altamente industrializados e ricos em açúcar). Deste modo, sugere-se a sua substituição por sumos de frutas ou de polpa de fruta, sem adição de açúcar, para uma melhoria do perfil nutricional do menu.

CONFLITO DE INTERESSES

Os autores MSS, DMM, JEBS e GSN não apresentam nenhum conflito de interesses. As autoras PFO e SS são funcionárias da Prefeitura Municipal de Araraquara que realiza a gestão dos RPs, e buscam realizar a avaliação do cardápio com foco a melhoria do serviço de oferta de refeições aos consumidores nos RPs.

CONTRIBUIÇÃO DE CADA AUTOR PARA O ARTIGO

MSS: Responsável pela idealização e delimitação experimental do trabalho, colaborando na orientação para coleta e análise dos dados e para redação do manuscrito; DMM e JEBS: Realizaram a coleta e análise de dados e colaboraram na redação do manuscrito; GSN, PFO e SS: Colaboraram na definição do delimitação experimental do trabalho e na análise de dados, redação e revisão do manuscrito.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Guerra L, Botelho F, Crevato-Mancuso, A. "Se você pegar locais de maior periferia, esqueça!": a (falta de) atuação pelo direito humano à alimentação adequada na

atenção primária à saúde. *Rev. Cad. Saúde Pública.* 2021; 37(8):e00235120. doi.org/10.1590/0102-311X00235120.

2. Padrão SM, Aguiar DB. Restaurante popular: a política social em questão. *Physis: Revista de Saúde Coletiva.* 2018; 28(3), e280319. doi.org/10.1590/S0103-73312018280319.

3. Sobrinho, FM, Silva YC, Abreu MNS, Pereira SCL, Júnior CSD. Fatores determinantes da insegurança alimentar e nutricional: estudo realizado em Restaurantes Populares de Belo Horizonte, Minas Gerais, Brasil. *Ciência & Saúde Coletiva.* 2014; 19(5):1601-1611. doi.org/10.1590/1413-81232014195.18022013.

4. Ygnatios NTM, Lima NN, Pena GG. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma escola privada em um município do interior de Minas Gerais. *RASBRAN.* 2017; 8(1): 82-89.

5. Minuzzi SK, Alves MK, Vicenzi K, Zanette CA. Estado nutricional e perfil sociodemográfico de usuários de restaurantes populares em Caxias do Sul. *Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento.* 2018; 12(70):190-195.

6. Maia SMPC, Moreira MR, Moura MF, Braga AJM, Silva IB. Análise do cardápio de quatro unidades de alimentação e nutrição à luz do método de avaliação qualitativa das preparações do cardápio – AQPC. *Braz. J. Hea. Rev.* 2020; 3(4):9481-9494. doi.org/10.34119/bjhrv3n4-185.

7. Ferreira, MSB, Vieira RB, Fonseca KZ. Aspectos quantitativos e qualitativos das preparações de uma Unidade de Alimentação e Nutrição em Santo Antônio de Jesus, Bahia. *Rev. Nutrivisa.* 2015; 2(1), 22–27.

8. Veiros MB, Proença RCP. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição - método AQPC. *Nutr em Pauta.* 2003;11(62), 36-42.

9. Brasil. Ministério da Saúde. Guia alimentar para a população brasileira. Ministério da Saúde. 2. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 156 p. ISBN 978-85-334-2176-9.

10. Prado BG, Nicoletti AL, Faria CS. Avaliação Qualitativa das Preparações de Cardápio em uma Unidade de Alimentação e Nutrição de Cuiabá- MT. *UNOPAR Cient Ciênc Biol Saúde.* 2013;15(3):219-23. doi.org/10.17921/2447-8938.2013v15n3p%25p.

11. Wolfson JA, Leung CW, Gearhardt AN. Trends in the Nutrition Profile of Menu Items at Large Burger Chain Restaurants. *Am J Prev Med.* 2020; 58(6): e171-e179. dx.doi.org/10.1016/j.amepre.2020.01.012.

12. Boa Morte ES, Lira CRN, Fonseca MCP. Avaliação qualitativa dos cardápios de um restaurante universitário. *Revista Univap.* 2021; 27(53):2237-1753. doi.org/10.18066/revistaunivap.v27i53.2555.

13. Campos M, Teixeira B, Poínhos R, Rocha A, Viegas C, Afonso C. Caracterização e avaliação qualitativa da oferta alimentar dirigida a estudantes em estabelecimentos de restauração pública na proximidade de instituições de ensino. *Acta Portuguesa de Nutrição.* 2022; 31:30-36. dx.doi.org/10.21011/apn.2022.3105.

14. Oliveira D, Martins ML, Fonseca L, Rocha A. Food waste index as an indicator of menu adequacy and acceptability in a portuguese mental health hospital. *Acta Portuguesa de Nutrição.* 2020; 20: 14-18. dx.doi.org/10.21011/apn.2020.2003.

15. López-González L, Becerra-Tomás N, Babio N, et al. Variety in fruits and vegetables, diet quality and lifestyle in an older adult mediterranean population. *Clin Nutr.* 2021; 40(4):1510-1518. doi10.1016/j.clnu.2021.02.024.

16. Duizer LM, Keller HH. Planning Micronutrient-Dense Menus in Ontario Long-Term Care Homes: Strategies and Challenges. *Can J Diet Pract Res.* 2020; 81(4): 198-203. doi: 10.3148/cjdr-2020-014.

17. Souza ED, Schneider CMA, Weis GCC. Avaliação quantitativa e qualitativa do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição da região noroeste do rio grande do sul. *Disciplinarum Scientia.* 2020; 21(2):127-139, 2020.

18. Meira MC, Oliveira DSM, Santos JAC, Souza LT. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição industrial de vitória da conquista – BA. *Higiene Alimentar.* 2016; 30(256/257):38-42.

19. José DKB, Silva TKR, Moura PN, Gatti RR. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em unidade de alimentação e nutrição de guarapuava, PR. *Higiene Alimentar.* 2018; 32 (276/277): 33-36.

20. Miquelanti IG, Monteiro MAM, Ribeiro MV, Silva SM. Análise quantitativa e qualitativa de cardápios do Restaurante Universitário em Belo Horizonte (MG). *Research, Society and Development.* 2022; 11(12):e167111234155.

21. Santana AO, Silva LKR, Lacerda RS, Trindade SNC. Análise quantitativa e qualitativa da alimentação de universitários do ensino público do Oeste da Bahia. *Brazilian Journal of Health Review*. 2022; 5(4):12312-12330. doi.org/10.34119/bjhrv5n4-030.
22. Silva MX, Martins LM, Peirucci APTR, Pedrosa C, Rocha A. Análise Qualitativa de ementas em escolas de Rio de Janeiro. *Acta Portuguesa de Nutrição*. 2016;6:6-12. dx.doi.org/10.21011/apn.201.
23. Huang Y, Theis DRZ, Burgoine T, Adams J. Trends in energy and nutrient content of menu items served by large UK chain restaurants from 2018 to 2020: an observational study. *BMJ Open*. 2021;11:e054804. 10.1136/bmjopen-2021-054804.
24. Simas P, Baltazar AL, Lima J, Fialho S, Pinto E. Proposta de grelha/lista de verificação de avaliação qualitativa de ementas destinadas à população adulta. *Acta Portuguesa de Nutrição*. 2020; 30:14-22. dx.doi.org/10.21011/apn.2022.3003.
25. Ferreira ASM, Gregório MJ, Santos C, Graça P. Proposta de Ferramenta de Avaliação Qualitativa de Ementas Destinada a Idosos. *Direção-Geral da Saúde*. 2017.
26. Afonso C, Santos M, Morais C, Franchini B, Chilro R, Rocha A. Sistema de Planeamento e Avaliação de Ementas Escolares - SPARE. *Alimentação Humana*. 2011. 17(1/2/3):37-46.
27. Veiros MB, Campos G, Ruivo I, Proença RPC, Rocha A, Kent-Smith L. Avaliação Qualitativa de Ementas - Método AQE. *Revista Alimentação Humana*. 2007 [cited 2007 Jan];13(3):62-78. Available from: <https://nuppre.paginas.ufsc.br/files/2014/04/2007Veiros-et-al3.pdf>.