

6CCSDNMT02-P

FICHA TÉCNICA DE PREPARO – uma ferramenta fundamental no planejamento de cardápios

Juliana de França Ferreira ⁽²⁾, Mariana Nunes Manguieira ⁽²⁾, Roberta Franca Falcão Campos ⁽¹⁾,
Maria da Conceição Rodrigues Gonçalves ⁽³⁾

Centro de Ciências da Saúde/Departamento de Nutrição/MONITORIA

RESUMO

A Técnica Dietética é definida por Ornellas como uma disciplina que, alicerçada nas Ciências Exatas, estuda as preparações a que são submetidos os alimentos e as modificações que os mesmos sofrem durante os processos culinários. Estes procedimentos deverão ser uniformes e padronizados para cada tipo de alimento utilizado. Sendo a elaboração da ficha técnica de preparo um instrumento fundamental e facilitador de apoio operacional, pelo qual se ordena o preparo de alimentos e o cálculo de seu valor nutricional, em uma Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN), como forma de estabelecer a padronização e a qualidade dos processos na produção de refeições. A redação de uma ficha técnica consiste em uma fórmula para a obtenção de uma preparação culinária, devendo apresentar ingredientes, quantidades, modo de preparo, rendimento, valor calórico, sendo, portanto, útil para subsidiar o planejamento de cardápio. O presente trabalho teve como objetivo elaborar fichas técnicas das preparações executadas durante as aulas práticas da Disciplina Técnica Dietética I do curso de graduação em Nutrição da Universidade Federal da Paraíba. Foram feitas as anotações das preparações para obter os seguintes dados: peso bruto, peso líquido, fator de correção, *per capita*, rendimento e o número de porções (porcionamentos) da mesma, permitindo a determinação da composição nutricional e do valor calórico *per capita*, necessária para que se obtenha um cardápio equilibrado e balanceado, facilitando as tarefas do nutricionista, como também dos funcionários responsáveis pela preparação de refeições, eliminando interferências por dúvidas e facilitando o planejamento do trabalho diário, além de proporcionar mais segurança na sua execução. Portanto, escrever uma ficha técnica exige um método que permita ao leitor compreender e executar a fórmula, repetindo-a todas as vezes que for necessário prepará-la, promovendo o seu aperfeiçoamento e a melhoria da saúde da população atendida, fazendo com que a ficha técnica seja um instrumento de contribuição no desvelar desta ciência.

Palavras chaves: Ficha técnica, *per capita*, Técnica Dietética

¹⁾ Bolsista, ⁽²⁾ Voluntário/colaborador, ⁽³⁾ Orientador/Coordenador ⁽⁴⁾ Prof. colaborador, ⁽⁵⁾ Técnico colaborador.