

PERFIL DO CARDÁPIO DE UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO (RU): ANÁLISE DA PRESENÇA DE GLÚTEN, LACTOSE E ALERGÊNICOS ALIMENTARES

IV Encontro de Produção de Pesquisa Científica de Servidores Docentes e Técnicos-Administrativos da UFC

Indira Cely Costa da Silva, Sansão Lopes de Moraes Neto, Theresa Paula Félix da Silva Meireles, Háquila Andréa Martins da Silva, Sylvia Gabriela Mafra Alem, Natália Lopes Vasconcelos

Introdução: Os RUs têm a função de fornecer refeições saudáveis à comunidade acadêmica. Existem aqueles comensais com restrições causadas por intolerâncias e alergias alimentares. Um dos papéis da equipe de nutrição é verificar a possibilidade de fazer adaptações no cardápio para atender a essas demandas. **Objetivo:** Analisar o perfil do cardápio do RU da UFC quanto à presença de glúten, lactose e alergênicos alimentares. **Metodologia:** Análise documental, transversal, realizada no RU da UFC Fortaleza/CE. **Analisaram-se** os pratos principais, de origem animal, que compõem o cardápio do almoço, de 22 dias úteis de agosto/2022, quanto à presença de glúten, lactose e alergênicos alimentares. **Resultado:** Quanto ao glúten, apenas o vatapá de frango apresentou esse componente (2,3%), devido à presença do pão, que é um ingrediente característico do prato. Sobre a lactose, a ocorrência desse açúcar representou 18,1% das preparações, estando frequentemente associado aos pratos com frango, que levam leite e manteiga da terra na receita. O glúten e a lactose apareceram juntos apenas no Vatapá de Frango (2,3%). Em relação aos alergênicos, pelo uso de caldo de carne e galinha ultraprocessados, como tempero principal, todos os pratos podem conter itens ou traços. Analisando apenas a presença do alimento em si, foi encontrado o shoyu (soja) em 18,1%, e o peixe apareceu em 2,3%. **Conclusão:** Os cardápios têm baixa frequência de glúten. Já a lactose teve frequência maior, pois são preparações de maior aceitação entre os comensais. Em relação aos alergênicos, a frequência foi expressiva, principalmente devido ao uso de derivados de soja. Temperos naturais seriam uma ideia para tornar o cardápio mais inclusivo. O RU é um serviço de alimentação para coletividade sadia, mas é papel do nutricionista informar a presença de glúten, lactose e alergênicos visto que essas intolerâncias e alergias alimentares causam prejuízo na saúde e qualidade de vida dos comensais.

Palavras-chave: CARDÁPIO. RESTRIÇÕES ALIMENTARES. RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO.