



Universidade Federal de Goiás
Pró-Reitoria de Assuntos
Estudantis
(PRAE)



Cartilha do Restaurante Universitário

Regional Goiânia

Atualizada em julho/2018

Serviço de Nutrição

SUMÁRIO

Apresentação	02
O que são os Restaurantes Universitários (RU)?	02
Onde estão localizados?	02
Como o RU promove saúde por meio da alimentação?	03
Por que o RU é terceirizado ?	03
Qual empresa gerencia o RU?	03
Quais os profissionais que trabalham no RU	03
Qual o preço da refeição	04
Como o cardápio é planejado?	04
Composição da refeição e porcionamento	05
Composição do café da manhã e porcionamento	06
Como é feito o controle de qualidade?	07
Você sabia: o que é salitre?	08
Casos especiais: alergia alimentar, intolerância alimentar, gastrite entre outras	09
Por que tem peixe no cardápio toda semana?	09
O Serviço de Nutrição da PRAE/UFG e o RU	10
Pesquisa de satisfação	11
Pesquisa de Preferência Alimentar	11
Contato do Serviço de Nutrição	12
Equipe do Serviço de Nutrição	13



APRESENTAÇÃO

Esta cartilha foi elaborada pelo Serviço de Nutrição da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis da Universidade Federal de Goiás (PRAE/UFG) com o objetivo de informar a comunidade acadêmica sobre o funcionamento dos Restaurantes Universitários (RU) da UFG, localizados nos Câmpus Colemar Natal e Silva e Câmpus Samambaia, e esclarecer direitos e deveres dos usuários e suas dúvidas sobre as refeições servidas.

O que são os Restaurantes Universitários (RU)?

Os RU fazem parte do sistema de assistência da UFG, contando com a prestação de serviço terceirizado (atualmente realizado pela empresa Nutrir Refeições LTDA) sob supervisão técnica do Serviço de Nutrição da PRAE/UFG. Os RU têm o objetivo de fornecer refeições saudáveis e de baixo custo à comunidade acadêmica, visando apoiar o desenvolvimento de atividades de ensino, pesquisa e extensão, reduzindo a evasão e favorecendo a formação superior.

Onde estão localizados?

RU I - CÂMPUS COLEMAR NATAL E SILVA

Endereço: Avenida das Nações Unidas s/n - Praça Universitária

Horário de funcionamento (Restaurante e Caixa)

Café da manhã: 06:30 h - 08 h

Almoço: 10:45 h - 14 h

Jantar: 17 h - 19:30 h

Caixa: 06:30 às 08:00 h, 09:45 às 14 h e 16 h às 19:30 h

RU II - CÂMPUS SAMAMBAIA

Endereço: Estrada do Câmpus km 8 - Câmpus Samambaia

Horário de funcionamento

Café da manhã: 06:30 h - 08 h

Almoço: Restaurante - 10:45 às 14 h

Jantar: Restaurante - 17 às 19:30 h

Caixa: 06:30 às 08:00 h, 09:45 às 14 h e 16 h às 19:30 h



Como o RU promove saúde por meio da alimentação?

O RU segue os princípios da Política Nacional de Alimentação e Nutrição, que tem o propósito de melhorar as condições de alimentação, nutrição e saúde da população brasileira, mediante a promoção de práticas alimentares adequadas e saudáveis. Para atingir este objetivo o cardápio do RU é planejado para ofertar uma alimentação diversificada e nutritiva, e segue algumas exigências estabelecidas por contrato, como a limitação da oferta de frituras (2x por semana) e a oferta diária de frutas como sobremesa.

Por que o RU é terceirizado ?

Após a extinção dos cargos para colaboradores em nível de apoio (como cozinheiro e auxiliar de cozinha) realizada pelo Governo Federal, e considerando que parte do quadro efetivo estava se aposentando, sem possibilidade de realização de concurso para reposição, a UFG optou pela terceirização dos serviços de alimentação e realiza licitações para contratação de empresa privada de alimentação coletiva para gerenciamento dos RU.

Qual empresa gerencia o RU?

A Nutrir Refeições LTDA foi a vencedora do último certame e atualmente gerencia as unidades do RU dos Câmpus Colemar Natal e Silva e Câmpus Samambaia, ambos em Goiânia. Trata-se de uma empresa de alimentação coletiva, fundada em Uberlândia-MG, em 1986.

Quais os profissionais que trabalham no RU?

O RU conta hoje com 20 funcionários no Câmpus Colemar Natal e Silva e 34 funcionários no Câmpus Samambaia, distribuídos nas funções de: atendentes, auxiliares administrativos, estoquistas, auxiliares de cozinha, saladeiros, meio oficiais de cozinha, cozinheiros, açougueiros, auxiliares de serviços gerais, técnica em nutrição, supervisora externa e nutricionistas.



Qual o preço da refeição?

O café da manhã tem o custo de R\$3,00 e almoço/jantar têm um preço de R\$7,49.

Porém, a UFG subsidia parte desse valor para os estudantes de graduação e pós-graduação presencial e estudantes do CEPAE.

Assim, **estudantes de graduação e pós-graduação presencial** pagam R\$2,00 no café da manhã e **estudantes de graduação, pós-graduação presencial e do CEPAE** (que comprovem atividade em período integral) pagam R\$3,00 no almoço/jantar mediante apresentação de documento para comprovação.

Técnicos administrativos em educação, docentes e comunidade externa pagam R\$3,00 no café da manhã e R\$ 7,49 no almoço/jantar.

Como o cardápio é planejado?

O cardápio mensal é elaborado a partir de critérios qualitativos e quantitativos. Leva-se em consideração o aspecto visual, a diversidade das cores e a harmonia do prato como um todo. Para avaliar tais critérios, utiliza-se o Método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC). O cardápio é elaborado pelas nutricionistas da Nutrir, revisado e aprovado pelas nutricionistas do Serviço de Nutrição da PRAE/UFG.



COMPOSIÇÃO DA REFEIÇÃO E PORCIONAMENTO

As refeições almoço/jantar dos RU e o porcionamento são estabelecidas em contrato e são compostas por:

Arroz branco e arroz integral: servido uma vez, à vontade;

Feijão: servido uma vez, à vontade;

Guarnição: servido uma vez, à vontade;

Salada: servida uma vez, à vontade;

Refresco: um copo (300 mL) por pessoa;

Prato proteico: 120 g por pessoa, podendo optar por:

Carne (proteína animal bovina ou suína ou ave ou peixe)

ou

Opção ovolactovegetariana e vegana normalmente composta por proteína texturizada de soja, trigo e/ou grãos (soja, grão de bico, lentilha).

Sobremesa: fruta (100 g de parte comestível)

Na Figura 1 é apresentada a disposição da refeição (almoço e jantar) na bandeja.



Figura 1. Disposição e porcionamento da refeição (almoço e jantar) na bandeja dos RU



COMPOSIÇÃO DO CAFÉ DA MANHÃ E PORCIONAMENTO

A composição do café da manhã e o porcionamento (Figura 2) são estabelecidas em contrato e são compostos por:

Fruta ou porção de frutas: peso líquido de 100g (parte comestível).

Café infusão, com e sem açúcar - no mínimo 50mL.

Chás - gelado e quente, no mínimo 200 mL. Chá gelado servir pronto, opção com e sem açúcar. Para o chá quente, disponibilizar os chás em sachês e água quente.

Pães ou quitandas: no mínimo 50 g. Pães variados branco ou integral (francês, mandi, milho, careca, baguete, italiano, forma, integral, bisnaguinha, batata, entre outros), quitandas (bolo simples, biscoito de queijo, pão de queijo, rosca, broa, rosquinha, sequilhos, entre outros), biscoitos integrais (cream cracker, água e sal, gergelim, entre outros) e torrada (branca e integral, entre outras).

Derivados lácteos (integral e desnatado): 1 porção. Podendo ser leite integral (200mL) ou derivado do leite (30 g de queijo ou 100mL de iogurte integral ou 100mL de coalhada simples ou enriquecida com fruta).

Margarina: 5g de margarina vegetal com no mínimo 60% de lipídios, sem gordura trans. Servida apenas quando no cardápio for servido pães, torradas e biscoitos integrais.

Açúcar - mínimo 10g com opção de **adoçante** a base de sucralose.

São oferecidas opções de pães, quitandas, biscoitos e extratos ("leites") sem ingredientes de origem animal para os clientes veganos.

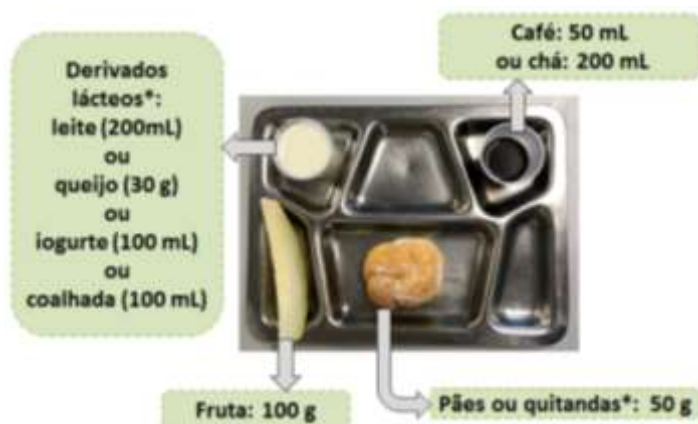


Figura 2. Composição e porcionamento do café da manhã

COMO É FEITO O CONTROLE DE QUALIDADE?

O controle de qualidade da refeição produzida nos RU é feito desde a matéria-prima até o produto final. Assim, a empresa seleciona fornecedores aptos a entregar a matéria-prima no restaurante. Nesse momento é realizada a conferência da qualidade e o posterior armazenamento adequado a cada tipo do produto.

O controle das refeições é feito por meio de avaliações sensoriais (cor, odor, sabor e textura) pelas nutricionistas da empresa e do Serviço de Nutrição da PRAE/UFG. Amostras de todas as preparações servidas são coletadas e mantidas por 72 h e submetidas rotineiramente a análise microbiológica. A temperatura das preparações é aferida no início da distribuição.

VOCÊ SABIA?

- Todos os dias os funcionários responsáveis pela distribuição retiram a porção padrão do prato proteico e da opção ovolactovegetariana e pesam de acordo com o estipulado em contrato. A porção é então disponibilizada para a visualização pelos clientes.



Achou a porção muito pequena? Você pode solicitar a pesagem da sua porção! Se ela estiver abaixo do estipulado em contrato, solicite à nutricionista da unidade que seja feita a adequação!

VOCE



SABIA

O QUE É SALITRE?

- O nome “salitre” refere-se a sais de nitrato de potássio e nitrato de sódio, utilizados na indústria de alimentos para realçar as propriedades sensoriais (cor, sabor, odor e textura) de produtos cárneos processados, além de conservá-los e protegê-los contra a ação de micro-organismos patogênicos, principalmente o *Clostridium botulinum*.
- Existe o mito de que restaurantes de alimentação coletiva utilizem o salitre no preparo das refeições. Entenda por que isso é um mito...
- O salitre custa bem mais caro que o sal de cozinha (Cloreto de sódio - NaCl), por isso não costuma ser usado em restaurantes.
- O uso em excesso, como de qualquer outra substância, pode causar danos a saúde.
- Lembre-se que todos os funcionários da empresa também comem a mesma refeição que você!

O uso de Salitre não é permitido nos RU da UFG!

- Também não é permitido o uso glutamato monossódico e gordura vegetal hidrogenada no preparo da refeição! Alimentos que contenham esses ingredientes também não podem ser usados!

CASOS ESPECIAIS

Alergia alimentar, intolerância alimentar, gastrite entre outras



A comunidade acadêmica que utiliza o RU e apresenta alergia ou intolerância alimentar e problemas gastrointestinais (gastrite, úlcera, doença de Crohn) entre outras patologias que necessitem de alguma restrição ou adequação alimentar devem procurar as nutricionistas do Serviço de Nutrição da PRAE/UFG para receberem orientações e atendimento diferenciado nos RU.

Neste caso, é necessário comparecer ao Serviço de Nutrição (Sala 1 da PRAE/UFG, piso superior do RU I) com o relatório médico e os exames que comprovem a necessidade de adequação alimentar.

O material será analisado pelo Serviço de Nutrição e caso aprovado será solicitado a Nutrir o atendimento das necessidades específicas do estudante ou servidor da UFG.



Por que tem peixe no cardápio toda semana?

- Os peixes são ricos em proteína de alta qualidade, vitaminas e minerais, além apresentarem ácidos graxos insaturados, que são considerados gorduras saudáveis. Para incentivar seu consumo o peixe deve compor a refeição em pelo menos um dia da semana no cardápio do RU.

O Serviço de Nutrição da PRAE/UFG e o RU



- O Serviço de Nutrição da PRAE/UFG presta assistência alimentar e nutricional como apoio à permanência da comunidade universitária na instituição. A equipe é composta por quatro nutricionistas e dois assistentes administrativos, recebendo também estudantes do Bacharelado em Nutrição e áreas afins para estágio. Entre outras atividades, o Serviço de Nutrição supervisiona o funcionamento dos RU para verificar a composição dos cardápios, a dinâmica de distribuição das refeições, o cumprimento da legislação sanitária e o atendimento aos clientes, com objetivo de melhorar a qualidade do serviço prestado.

Pesquisa de satisfação

- O Serviço de Nutrição da PRAE/UFG elaborou um questionário de satisfação com o objetivo de avaliar a qualidade da refeição oferecida diariamente pela empresa Nutrir nos Restaurantes Universitários, bem como a qualidade do serviço prestado.
- Os clientes do RU podem preencher o formulário de duas formas:
- Formulário impresso: disponível próximo as saídas dos RU dos Câmpus Colemar Natal e Silva e Câmpus Samambaia.
- Formulário online, por meio do site da PRAE/UFG (www.prae.ufg.br) ou no link: <http://bit.ly/avalieru> ou utilizando-se um leitor para o código QR (Figura 2).



Figura 2. Código QR contendo o link para a pesquisa de satisfação em relação à refeição servida nos RU

Pesquisa de Preferência Alimentar

- Além da Pesquisa de Satisfação, o Serviço de Nutrição da PRAE/UFG elaborou a Pesquisa de Preferência Alimentar, com o objetivo de realizar um levantamento do perfil alimentar da comunidade acadêmica da UFG.

Disponível em:

<http://goo.gl/forms/2aNuod0Equ>



**Serviço de Nutrição
PRAE/UFG**

Contatos

E-mail:

nutricao.prae@ufg.br

Tel: (62) 3209-6229

Endereço:

Pró-Reitoria de
Assuntos Estudantis,
1º Andar, Sala 01,
Avenida das Nações
Unidas, s/n - Praça
Universitária. Goiânia -
Goiás.



Equipe do Serviço de Nutrição

Gilciléia Inácio de Deus Borba

Coordenadora/Nutricionista

Grazielle Gebrim Santos

Nutricionista

Samantha Pereira Araújo

Nutricionista

Sara Cristina Nogueira

Nutricionista

Orlanda Alves de Brito

Auxiliar administrativo

Ranniere Marquelli A. Batista Assistente em
Administração

Débora Estevão

Estagiária de Nutrição

Lauani Patricio G. Barreto

Estagiária de Nutrição

Hayanna Caetano de Souza

Estagiária de Nutrição

Daniela Santana de Souza

Estagiária de Nutrição

Giovanna Mendonça Feitosa

Estagiária de Nutrição