

ADEQUAÇÃO DOS CARDÁPIOS DA EMPRESA ‘X’ EM RELAÇÃO AOS NOVOS PARÂMETROS NUTRICIONAIS DO PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO DO TRABALHADOR

Ângela Mariana Panato Ghislandi ¹

Fernanda Salvador Alves²

Juliana Bortolatto ¹

Juliana Sachet ¹

Juliana Salib Dutra ¹

Luma Damiani Rosso ¹

Vanessa Maragno Osellame ¹

Resumo

Buscou-se analisar a quantidade de calorias, macronutrientes, fibras e proteína líquida (NdPCal) dos cardápios da Empresa X, em relação aos novos parâmetros nutricionais do Programa de Alimentação do Trabalhador – PAT. Este programa foi criado pelo Governo Federal em 1976, passou por modificações em seus parâmetros nutricionais em 2006 e tem como objetivo melhorar as condições nutricionais dos trabalhadores que recebem até cinco salários mínimos. Visa ainda uma alimentação saudável, a redução de acidentes de trabalho, o aumento da produtividade e a prevenção de doenças profissionais. O trabalho em questão caracterizou-se como uma pesquisa descritiva e qualitativa, em uma empresa fornecedora de refeições não cadastrada ao PAT. Utilizaram-se cardápios fornecidos pela nutricionista do local, determinando o valor nutricional do mesmo. Observou-se que os macronutrientes estavam com valores diferentes das exigências nutricionais do PAT, e também inadequados aos valores de uma dieta padrão do brasileiro. Os valores encontrados em desequilíbrio de energia e macronutrientes podem trazer complicações patológicas aos clientes desta UAN, como: obesidade, diabetes, doenças cardiovasculares e renais. Como recomendações e conclusão do trabalho, sugere-se a definição real dos valores de *per capita* e a elaboração de fichas técnicas, para então calcular os reais valores de composição centesimal. Sugere-se também uma reestruturação do cardápio, com ações efetivas de educação nutricional, para conscientizar os clientes da importância de reduzir a oferta e o consumo de alimentos,

¹ Acadêmicas do curso de Nutrição da Universidade do Extremo Sul Catarinense

² Professora do curso de Nutrição da Universidade do Extremo Sul Catarinense

principalmente fontes de proteínas. Em suma, o profissional nutricionista deve encaminhar-se para as ações de promoção da saúde.

Palavras chave: Alimentação saudável. PAT. Nutricionista. Parâmetros Nutricionais

Introdução

Segundo Teixeira *et al* (1997), as Unidades de Administração e Nutrição (UANs) têm como objetivo principal oferecer alimentação adequada às necessidades nutricionais de seus clientes. Vannucchi *et al* (1990) afirmam que os cardápios elaborados devem ser, portanto, balanceados de modo que os requerimentos de energia e nutrientes possam ser atendidos.

Os cardápios devem ser variados, suprir as necessidades nutricionais dos comensais, levando em consideração hábitos e preferências alimentares da clientela, sazonalidade, oferta, custo alimentício, disponibilidade da área de equipamentos, número e capacitação de funcionários, tipo e quantidade de refeições e tipo de preparação (VEIROS, 2003). Deve-se ainda optar pela melhor forma de produção e ter cuidado com as qualidades sensoriais e higiênico-sanitárias, além de promover uma reeducação alimentar (ARRUDA, 2002).

Visando todos os benefícios acima citados, em 1976, criou-se uma lei para a promoção de saúde dos trabalhadores brasileiros, o Programa de Alimentação do Trabalhador (PAT), que desde então define os parâmetros nutricionais considerados ideais para a alimentação fornecida aos trabalhadores. Além disso, com os recentes estudos na área, esses parâmetros foram modificados (em 2006) e adequados a nova realidade epidemiológica nacional. Independente de a empresa ser cadastrada ou não ao PAT, seus parâmetros nutricionais, definidos pela Portaria Interministerial nº. 66, de 25 de agosto de 2006, podem e devem ser seguidos, pois garantirão saúde, bem-estar, produtividade e qualidade de vida aos trabalhadores (BRASIL, 2006).

Vasconcelos (2005) afirma que o PAT tem como objetivo proporcionar facilidades para a alimentação do trabalhador que recebe menos de cinco salários mínimos mensais, melhorando suas condições de saúde e conseqüentemente aumentando a produção e reduzindo o número de faltas e de acidentes de trabalho.

De acordo com Sávio (2005), em 2002 havia 8 milhões de trabalhadores recebendo alimentação diretamente dentro de mais de 103 mil empresas ou através de uma rede de restaurantes e supermercados (pelo uso de ticket alimentação e refeição).

Numa primeira definição de parâmetros nutricionais, definiu-se que as refeições de almoço, jantar e ceia deveriam oferecer no mínimo 1400 calorias; já o café da manhã e lanches no mínimo 300 calorias. Além disso, obrigatoriamente, todas deveriam ter um percentual protéico calórico de no mínimo de 6% (STOLTE et al., 2006).

Vários estudos vêm demonstrando que, se na época da criação do PAT as doenças que afetavam os brasileiros eram a desnutrição e outras doenças carenciais; hoje a maior incidência na população está com as doenças da modernidade, como a obesidade, diabetes tipo II e dislipidemias (STOLTE et al., 2006).

Para melhor adequar-se às mudanças ocorridas na população brasileira, algumas modificações nos parâmetros nutricionais das refeições servidas foram necessárias. Estabeleceu-se então que o valor energético total (VET) seria de 2000 ± 400 calorias. As refeições de almoço, jantar e ceia deveriam conter 700 ± 100 calorias e as refeições de desjejum e lanche, 350 ± 50 calorias (BRASIL, 2006).

A mesma legislação (BRASIL, 2006) definiu ainda que o percentual energético proveniente das proteínas (NdPCal%) deveria estar entre 6 e 10%, e que a ingestão de fibras deveria ser maior que 25 gramas diários.

De acordo com Abreu, Spinelli, Zanardi (2003), o cálculo de NdPCal% é importante para garantir que o cardápio possa ser elaborado com quantidade adequada de proteína. Para realizá-lo, necessita-se primeiramente, multiplicar o valor da proteína do alimento por um fator (0,7 para as proteínas de origem animal; 0,6 para as de leguminosas e 0,5 para as de cereais), para se obter o valor da proteína líquida. Depois de obtido, multiplica-o por quatro, divide-o pelo valor calórico total da refeição para então encontrar o NdPCal% (ABREU, SPINELLI, ZANARDI, 2003).

Através da análise das quantidades de calorias, macronutrientes e fibras contidas nas refeições servidas aos trabalhadores da empresa X, este trabalho teve por objetivo verificar se estes cardápios ofereciam uma alimentação adequada aos trabalhadores, de acordo com as exigências do PAT. A comparação com o PAT foi feita por considerar-se suas exigências nutricionais padrões para a alimentação de trabalhadores. Assim, a adequação segundo esses parâmetros pretende proporcionar uma alimentação saudável no ambiente de trabalho.

Metodologia

Este foi um estudo de caso simples e qualitativo, pois se pesquisou em profundidade a realidade de uma UAN escolhida intencionalmente. O trabalho caracterizou-se como descritivo, pois se apresentou a realidade (ou seja, os valores nutricionais de cardápios) de uma UAN, porém não se pretendeu propor modificações aos valores encontrados.

A empresa escolhida localizava-se em Criciúma, SC, possuía uma UAN institucional, de segmento de trabalho, com administração de auto-serviço, e que servia em média 86 almoços por dia.

A mesma não era cadastrada ao PAT, pois os trabalhadores do turno da noite não recebiam refeições feitas na empresa, e sim, cestas básicas condicionadas a sua produtividade.

Os cardápios de cinco dias da empresa X foram solicitados a sua responsável técnica. Além dos nomes das preparações servidas, solicitou-se um valor médio *per capita* de consumo (estipulado) de cada preparação. Assim, não apenas soube-se que foi servido 'Polenta' no dia 1, mas que a quantidade média que uma pessoa consumia desta preparação era de 150 gramas. De algumas preparações (aquelas que incluíam vários ingredientes, como por exemplo: 'Frango a Caçadora' ou 'Lasanha de pão com recheio de carne moída') também foram solicitadas as receitas com indicação da quantidade de ingredientes utilizados e do modo de preparo, pois esses dados influenciavam no conteúdo final de calorias e macronutrientes do cardápio.

A partir destes dados e com auxílio da Tabela para Avaliação do Consumo Alimentar e Medidas Caseiras (PINHEIRO *et al*, 1993), do software Diet Pro 4.0 e as informações nutricionais de Phillippi (2003), foram avaliados as quantidades de caloria, carboidratos, lipídios, proteínas, fibras e NDPcal % de cada uma das preparações servidas nos 5 dias de cardápios solicitados. Então, somou-se os valores calóricos das preparações servidas num mesmo dia para obter a quantidade diária total de caloria oferecida aos clientes. Para cada um dos demais nutrientes (carboidratos, lipídios, proteínas, fibras e NDPcal %) essa conta foi refeita.

Por fim, com os valores obtidos nos cardápios de 1 a 5, fez-se uma média aritmética simples obtendo-se o valor médio oferecido aos clientes, que foi comparado aos parâmetros nutricionais exigidos pelo PAT.

É importante destacar que os valores apresentados de *per capita*, calorias e macronutrientes são todos aproximados e representam apenas a refeição principal do almoço, única refeição oferecida pela Unidade de Alimentação e Nutrição estudada.

Apresentação e análise dos dados

O cardápio ofertado nos 5 dias de análise na UAN estudada pode ser observado no quadro 1, a seguir.

Quadro 1 – Cardápio de 5 dias oferecido aos trabalhadores da empresa X

| Segunda-feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-Feira |
|-------------------|----------------|-----------------|-----------------|----------------|
| Repolho | Alface | Vagem | Pepino | Rúcula |
| Alface | Chuchu | Repolho | Cenoura | Brócolis |
| Rúcula | Pimentão | Beterraba | Alface | Alface |
| Beterraba | Tomate | Cebola | Pimentão | Beterraba |
| Brócolis | Rúcula | Alface | Repolho | Tomate |
| Arroz branco | Arroz branco | Arroz branco | Arroz branco | Arroz branco |
| Feijão preto | Feijão preto | Feijão preto | Feijão preto | Feijão preto |
| Bife acebolado | Coração bovino | Carne assada de | Bife a milanesa | Estrogonofe de |
| Lingüiça ao trigo | refogado | panela | ao forno | frango |
| Polenta | Frango à | Frango xadrez | Frango grelhado | Bife acebolado |
| Maçã | Caçadora | Macarrão com | Couve flor ao | Lasanha de pão |
| Suco art de | Batata com | manteiga e | molho branco | com recheio de |
| laranja | tempero verde | queijo | Maçã | carne moída |
| | Laranja | Banana | Suco art de | Laranja |
| | Suco art de | Suco art de | laranja | Suco art de |
| | maracujá | abacaxi | | maracujá |

Percebe-se a partir dos dados apresentados que havia um padrão de planejamento e oferta das preparações do cardápio, como já era esperado. Diariamente eram ofertados 5 tipos diferentes de saladas, arroz e feijão, uma fruta como sobremesa e um suco artificial de frutas. Além disso, havia dois tipos de carnes (prato principal) e um tipo de guarnição (complemento), diferentes todos os dias, à disposição, do cliente.

Segundo a responsável técnica, os clientes poderiam se servir de uma quantidade livre de todas as preparações, exceção feita para os pratos principais. Destes o consumo diário era limitado a uma porção (de cada um) por dia por cliente.

A partir dos dados obtidos e com os cálculos explicitados na metodologia, pode-se calcular os valores de energia, macronutrientes, fibras e NdpCal% dos cinco cardápios analisados. Na tabela 1, são expostos esses valores:

Tabela 1 – Valores encontrados de energia, macronutrientes, fibras e NdpCal% dos cinco cardápios analisados da empresa X

| Nutrientes | 2 feira | 3 feira | 4 feira | 5 feira | 6 feira |
|-------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| Kcal | 975,76 | 843,63 | 1145,38 | 907,98 | 911,65 |
| CHO (%) | 53,46 | 68,98 | 39,81 | 50,64 | 66,68 |
| LIP (%) | 22,43 | 12,15 | 33,36 | 25,71 | 17,50 |
| PTN (%) | 24,10 | 18,87 | 26,83 | 23,65 | 15,81 |
| Fibras (g) | 2,57 | 25,68 | 24,22 | 1,93 | 20,93 |
| NdpCal% | 11,39 | 8,81 | 17,64 | 22,48 | 14,76 |

A partir do exposto no quadro 1 e na tabela 1, percebe-se que houve uma grande variação energética e de quantidade de macronutrientes e fibras oferecidos durante a semana.

Não há uma constância dos valores encontrados, o que pode ser explicado tanto pelas diferenças de ingredientes e modos de preparo, quanto pelas alterações de valores obtidos nas diferentes literaturas de composição centesimal.

O dia caracterizado como “mais calórico” oferecia aos clientes como opções de carne: carne assada de panela e frango xadrez e como opção de guarnição: macarrão com manteiga e queijo. Já no dia caracterizado como “menos calórico” oferecia-se aos clientes: coração bovino refogado e frango à Caçadora, como opções de carne, e batata com tempero verde como opção de guarnição.

Assim, os dias em que constavam preparações com ingredientes e formas de preparo mais calóricas (como o macarrão com manteiga e queijo) foram também os dias com maior percentual dos macronutrientes proteínas e lipídeos da semana.

Outra observação que se destaca foi a alteração na quantidade de fibra servida nos diferentes dias analisados. Num dia, ofertou-se apenas 1,93 grama de fibras aos clientes, ao passo que num outro momento a oferta foi de 25,68 gramas do mesmo nutriente. Uma explicação pode ser feita a partir da variação do complemento (ou guarnição) oferecido ou novamente pelas variações numéricas obtidas nas diferentes literaturas de composição centesimal.

Na tabela 2, comparam-se os valores médios dos cardápios oferecidos e os valores (mínimo e máximo) dos parâmetros nutricionais do PAT.

Tabela 2 – Valores médios de energia, macronutrientes, fibras e NdpCal% dos cinco cardápios da empresa X e valores máximos e mínimos dos parâmetros nutricionais do PAT

| Nutriente | Média semanal | Valores mínimos PAT | Valores máximos PAT |
|-------------------|----------------------|----------------------------|----------------------------|
| Kcal | 956,88 | 600,00 | 800,00 |
| CHO (%) | 55,91 | 60,00 | 60,00 |
| LIP (%) | 22,23 | 25,00 | 25,00 |
| PTN (%) | 21,85 | 15,00 | 15,00 |
| Fibras (g) | 15,07 | 7,00 | 10,00 |
| NdpCal% | 15,02 | 6,00 | 10,00 |

Na tabela 2, observa-se que as quantidades de calorias, proteínas (em porcentagem) e fibras (em gramas) oferecidas no cardápio bem como o valor de NdpCal% apresentaram valores acima do recomendado pelo PAT.

Por meio da avaliação da quantidade de calorias ofertadas, observou-se um excesso de energia para a refeição principal, podendo esta causar sobrepeso/obesidade nos comensais. Esse dado é importante de ser destacando, pois segundo Gigante (1997), as conseqüências do excesso de peso à saúde estão relacionadas com aumento do risco para hipertensão arterial, hipercolesterolemia, diabetes mellitus, doenças cardiovasculares e algumas formas de câncer.

O percentual médio oferecido aos clientes de proteína também se encontra elevado (média semanal de 21,85%), em relação ao exigido pela legislação (15%). Em relação a quantidade de caloria proveniente exclusivamente das proteínas (NdpCal), percebe-se que a média semanal dos cardápios (15,02%) é superior as exigências do PAT, que deveria estar entre 6 a 10%.

Esses dois excessos (de % protéico e de % de calorias provenientes exclusivamente das proteínas) podem ser explicados pela característica da refeição almoço. É comum esta refeição utilizar como ingredientes alimentos como arroz, feijão, carne, ovos, leite, que são fontes de proteínas, ao passo de refeições como os lanches não possuem tantos alimentos ricos em proteínas, o que, por conseqüência, reduziria o NdpCal% de um dia alimentar.

Mesmo assim, a tendência ao equilíbrio impõe-se a explanação de que a quantidade de proteína ingerida (através de alimentos como carnes, arroz, feijão) deve ser revista, pois o excesso de proteína leva ao desenvolvimento ou agravamento de doenças renais (WILKENS, 2005). Um alto consumo de proteína aumenta também a excreção do cálcio, podendo levar o indivíduo a uma maior suscetibilidade ao desenvolvimento da osteoporose (BERNING, 2005).

Os valores de fibras foram, assim como os macronutrientes, muito variados entre os cardápios. A média fornecida semanalmente extrapolou as exigências do PAT para as grandes refeições, o que pode gerar na população, de acordo com Gomes e Tirapegui (2002), uma interferência na absorção de outros nutrientes, como zinco e cálcio, podendo causar a deficiência destes.

Mantendo-se a comparação da média dos valores da semana e os parâmetros definidos pelo PAT, observa-se que a quantidade percentual de carboidratos oferecida nos cardápios está abaixo do recomendado. A ingestão correta, segundo Brasil (2006), deste nutriente é 60% do total calórico ofertado, enquanto que o cardápio atual fornece apenas 55,91% em média. Segundo Marques e Tirapegui (2002), a falta de carboidrato pode causar casos de hipoglicemia, dor de cabeça e suor.

Por fim, pode-se analisar a quantidade percentual de lipídeos, que se encontra ligeiramente abaixo do adequada (média semanal de 22,23%). De acordo com Mahan e Escott-Stump (2005), uma baixa ingestão de lipídios diminui a quantidade de gordura disponível no organismo, e prejudica a absorção e o transporte das vitaminas lipossolúveis.

Mas, considerando que os cardápios analisados apresentaram-se hipercalóricos, esses resultados abaixo do ideal para carboidratos e lipídeos não são reais. Se a análise fosse feita com base em valores absolutos, a quantidade poderia estar ultrapassada ou mesmo adequada a realidade.

Conclusão

Com os dados aqui apresentados, pode-se destacar o desequilíbrio do cardápio analisado e as más conseqüências do mesmo. Os valores de calorias totais e proteínas apresentaram-se acima das recomendações governamentais e os valores relativos de carboidratos e lipídeos abaixo desse parâmetro. Porém é necessário salientar que em valores absolutos esses nutrientes (carboidratos e lipídeos) também poderiam estar elevados. Essa

inadequação, se persistente, poderia vir a causar nos clientes: obesidade, diabetes tipo II e dislipidemias.

Uma das formas possíveis de equilibrar nutricionalmente o cardápio poderia ser a inclusão de preparações variadas e saudáveis, além de bem aceitas pela população. Seria necessário ainda que a nutricionista desenvolvesse ações educativas para incentivar a redução do *per capita* médio das preparações consideradas mais calóricas. Poder-se-ia também expor nestas ações educativas, informações sobre alimentação saudável e escolha adequada de alimentos.

É importante destacar que os resultados obtidos nesta pesquisa são todos baseados em valores aproximados, devido ao fato da Unidade de Administração e Nutrição estudada não possuir fichas técnicas, e sendo assim, não se possível coletar valores reais *per capita*.

Assim, algumas considerações podem ser elencadas: seria fundamental o cálculo do *per capita* real, bem como o desenvolvimento das fichas técnicas da UAN, uma vez que é a partir deles que as quantidades de energia e macronutrientes fornecidas pela refeição são obtidas. Assim, após a determinação destes dados, seria possível recalcular, de forma mais fidedigna, a quantidade de energia e macronutrientes fornecida pela UAN.

As conclusões deste trabalho são direcionadas para o desenvolvimento de ações de promoção de saúde, competência principal do profissional nutricionista, independente da sua área de atuação. Este é um profissional de saúde, que deve objetivar trabalhar pela promoção da saúde do homem, atuando na relação deste com os alimentos. Mesmo profissionais atuantes em Alimentação Coletiva (e conseqüentemente Unidades de Alimentação e Nutrição) devem estar cientes disso e trabalharem nesta direção.

O desenvolvimento desta pesquisa foi válido, pois além de destacar a necessidade de revisão dos parâmetros nutricionais (e conseqüentemente das preparações oferecidas no cardápio) da UAN estudada, alertou a nutricionista em questão sobre sua atuação profissional e sugere possíveis ações de baixa e média complexidades e alto impacto para promover a saúde dos clientes desta UAN.

Abstract

The intent of this study was analyzing the amount of calories, macronutrients, fiber and liquid protein of a menu, comparing to the new nutritional parameters of “Worker Feeding Program” – WFP. This program was created by Federal Government in 1976, has gone through changes in their nutritional parameters in 2006 and aims to improve the nutritional conditions of low-

income workers. Its aim still was a healthy diet, the reduction work's accidents, the increasing productivity and the prevention of occupational diseases. This was a descriptive and qualitative research, in a Food Service Unit none registered on WFP. The nutritional values were calculated based in the information supplied by the nutritionist, and had distinct values from the WFP nutritional exigencies, and also was inappropriate to the values of a standard diet of Brazil. The unbalance values discovered may carry pathological complication to the customer of the FSU: obesity, kidney and heart diseases, diabetes. How recommendations and completion of the work, it is suggested to define the real value of *per capita* and to elaborate the technical files. It also suggested a restructuring of the menu, with shares of effective nutrition education, awareness for the clients of the importance of reducing the supply and consumption of food, mainly sources of protein. In short, the professional nutritionist to guide itself to the actions of health promotion.

Key words: healthy feeding, PWD, nutritionist, nutritional parameters.

REFERÊNCIA

- ABREU, E.S; SPINELLI, M.G.N; ZANARDI, A.M.P. Planejamento de Cardápio e receituário Padrão. In _____. Gestão de Unidade de Alimentação e Nutrição: Um modo de fazer. São Paulo: Editora Metha, 2003. p. 77 – 85.
- BIANCHI, M.L.P. ; SILVA, C.R. ; TIRAPEGUI, J. Vitaminas. In: TIRAPEGUI, J. Nutrição : Fundamentos e Aspectos atuais. São Paulo: Editora Atheneu, 2002. p. 63-76.
- BERNING, J.R. Nutrição para o desempenho em exercício e esporte. In: MAHAN, L.K.; ESCOTT-STUMP, S. Alimentos, nutrição e dietoterapia. 11º ed. São Paulo: Editora Roca, 2005. p.589-612.
- BRASIL, 2006. Portaria Interministerial do Trabalho, nº 66, de 25 de agosto de 2006. Diário Oficial da União. Publicado em 28 de agosto de 2006.
- CESAR, T.B.; BIANCHI, M.L.P. Recomendações Energéticas. In : TIRAPEGUI, J. Nutrição: Fundamentos e Aspectos atuais. São Paulo: Editora Atheneu, 2002. p. 89-96.
- ETTINGER, S. Macronutrientes: Carboidratos, Proteínas e Lipídios. In : MAHAN, L.K.; ESCOTT-STUMP, S. Alimentos, nutrição e dietoterapia. 11º ed. São Paulo: Editora Roca, 2005. p.35-71.

- GALLAGHER, M.L. Vitaminas. In: MAHAN, L.K.; ESCOTT-STUMP, S. Alimentos, nutrição e dietoterapia. 11º ed. São Paulo: Editora Roca, 2005. p.72-114.
- GIGANTE, D. P., BARROS, F. C., POST, C. L.A. *et al.* Prevalence and risk factors of obesity in adults. Rev. Saúde Pública, jun. 1997, vol.31, no. 3, p.236-246.
- GOMES, M.R.; TIRAPEGUI, J. Lipídios. In: TIRAPEGUI, J. Nutrição: Fundamentos e Aspectos atuais. São Paulo: Editora Atheneu, 2002. p. 49-62.
- MARQUES, L.R.; TIRAPEGUI, J. Carboidratos. In: TIRAPEGUI, J. Nutrição: Fundamentos e Aspectos atuais. São Paulo: Editora Atheneu, 2002. p. 37-47.
- PHILIPPI, S.T. Informações Nutricionais. In _____. Nutrição e Técnica Dietética. São Paulo: Manole 2003. p. 361 – 384.
- PINHEIRO, A.B.V. *et al.* Tabela para Avaliação de Consumo Alimentar em Medidas Caseiras. Rio de Janeiro: produção independente, 1993. p. 75.
- SAVIO, K. E. ° *et al.* Avaliação do almoço servido a participantes do Programa de alimentação do Trabalhador. Rev. Saúde Pública, São Paulo, v. 39, n. 2, 2005.
- STOLTE, D; HENNINGTON, E. A; BERNARDES, J. S. Sentidos da alimentação e da saúde: contribuição para análise do programa de alimentação do trabalhador. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 22, n. 9, 2006.
- TEIXEIRA, S.M.F.G; OLIVEIRA, Z.M.C; REGO, J.C; BISCONTINI, T.M.B. Administração Aplicada às Unidades de Alimentação e Nutrição. S.P.: Atheu; 1997.
- TIRAPEGUI, J. Proteínas. In : _____. Nutrição: Fundamentos e Aspectos atuais. São Paulo: Editora Atheneu, 2002. p. 7-36.
- VANNUCCHI, H; MENEZES, E.W, CAMPANA, A.O; LAJOLO, F.M. Aplicações das Recomendações Nutricionais Adaptadas à População Brasileira. Riberão Preto: Legis Suma/Sociedade Brasileira de Alimentação e nutrição, 1990.
- VASCONCELOS, F. A. G. Combate à fome no Brasil: Uma análise histórica de Vargas e Lula. Revista de Nutrição, Campinas, v. 18, nº 4, jul./ago. 2005, p. 439 – 457.
- VEIROS, M.B.; PROENÇA, R.P.C. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição: método AQPC. Revista Nutrição em Pauta. Edição set/out, 2003.
- WILKENS, K.G. Terapia nutricional para distúrbios renais. In: MAHAN, L.K.; ESCOTT-STUMP, S. Alimentos, nutrição e dietoterapia. 11º ed. São Paulo: Editora Roca, 2005. p.589-612.