



AVALIAÇÃO QUALITATIVA DAS PREPARAÇÕES DE CARDÁPIOS DE UMA UNIDADE ESCOLAR NA SERRA DA IBIAPABA - CE

Autores/as: Brena Kesia Fernandes da Costa (*, brenakesia21@gmail.com); Evania Maria da Silva Siqueira (*, evania.ferreira@ifce.edu.br); Luanny da Silveira Siqueira (*, luanny.siqueira@ifce.edu.br); Rafaela Maria Temoteo Lima Feuga (*, rtemoteo@ifce.edu.br); Valéria Cristina Nogueira (*, valeria.nogueira@ifce.edu.br)
* Instituto Federal do Ceará, Campus Ubajara

PALAVRAS-CHAVE: Alimentação escolar; Hábitos alimentares; Avaliação qualitativa; Cardápio escolar.

RESUMO EXPANDIDO: Resultado de Pesquisa (Gastronomia Social e Políticas Públicas).

Introdução

O Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE) surgiu em 1955. Anteriormente, já existiam iniciativas voltadas para a alimentação escolar, custeadas por sociedades filantrópicas, e o poder público passou a apoiar gradativamente essas ações, culminando na criação do PNAE. Atualmente, o programa é gerido pelo Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) e visa garantir a segurança alimentar e nutricional dos estudantes por meio da alimentação saudável, fazendo uso de alimentos variados, seguros, que integrem a cultura e tradições locais, sem excluir os bons hábitos alimentares. O programa ainda desenvolve ações de educação alimentar e nutricional, permitindo que todos os alunos sejam beneficiados igualmente (FNDE, 2024).

A realização da avaliação qualitativa dos cardápios escolares é importante para verificar se as refeições oferecidas atendem às necessidades nutricionais e sensoriais dos alunos. Este processo permite identificar se os alimentos usados no cardápio são variados, equilibrados e preparados corretamente, promovendo uma alimentação saudável e atraente.



Objetivos

O objetivo dessa pesquisa foi analisar a qualidade nutricional do cardápio ofertado por uma escola da rede municipal, na Serra da Ibiapaba, Ceará.

Métodos/Metodologia

Este é um estudo observacional, descritivo e analítico, realizado em uma escola municipal de ensino fundamental localizada na região da Serra da Ibiapaba, no Ceará. O estudo foi conduzido entre março e junho de 2024. O período de observação da execução do cardápio compreendeu quatro semanas, totalizando 20 dias.

O almoço foi avaliado utilizando o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC). O método avalia os seguintes aspectos das refeições: presença de frutas, presença de folhosos, monotonia de cores, presença de frituras, presença de alimentos ricos em enxofre, presença de carnes gordurosas, presença de conservas, técnicas de preparo, oferta de doce na sobremesa e oferta simultânea de doce e fritura (Prado, Nicoletti e Faria, 2013).

A oferta de folhosos e de frutas foram categorizadas como aspectos positivos do cardápio e a monotonia de cores, presença de duas ou mais preparações ricas em enxofre, carnes gordurosas, frituras, doces e oferta simultânea de doces e frituras, foram considerados como aspectos negativos do cardápio, conforme Prado; Nicoletti e Faria (2013).

Os dados analisados foram expressos através de percentuais, e a tabulação foi feita pelo programa Microsoft Office Professional Plus 2019 ®.

Resultados/Discussão

O ensino integral da escola abrange 54 alunos, 33 estão matriculados no 8º ano e 21 no 9º ano. Do total, 30 alunos são do sexo feminino e 24 do sexo masculino, com idades variando entre 14 e 18 anos.

A composição do cardápio do almoço não segue um padrão fixo, com exceção da presença constante do prato principal, que inclui uma opção proteica. Os demais itens variam conforme o dia, proporcionando diversidade nas preparações. As refeições são cuidadosamente manipuladas pelas merendeiras, seguindo a estrutura apresentada no Quadro 1.

Quadro 1 – Estrutura das refeições servidas no almoço de uma Unidade Escolar.

- | |
|---|
| <p>(i) Entrada (salada de folhas), prato principal (proteína) e acompanhamento (arroz e feijão) ou</p> <p>(ii) Prato principal e acompanhamento ou</p> <p>(iii) Entrada, prato principal, acompanhamento e sobremesa (fruta) ou</p> <p>(iv) Prato principal, guarnição, acompanhamento e sobremesa.</p> |
|---|

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Conforme descreve a tabela 1, a análise qualitativa do cardápio do almoço utilizando o método AQPC categorizou os itens com base em seu percentual de adequação, considerando a frequência de sua ocorrência no cardápio. Em relação aos aspectos positivos do cardápio, a oferta de fruta foi avaliada como "regular", com uma ocorrência de 60%. No entanto, a presença de folhosos foi classificada como "péssimo", com apenas 20% de ocorrência, presente em apenas 4 dias do cardápio mensal.

Na amostra analisada, o consumo de alimentos in natura, principalmente frutas e folhosos, ficou abaixo do ideal para uma boa alimentação segundo os métodos AQPC. A ingestão regular desses alimentos é importante para manter a saúde, pois, de acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira (Brasil, 2014), legumes e verduras são fonte de vitaminas, minerais, fibras e nutrientes. Dessa maneira, são indispensáveis para prevenir a deficiência de micronutrientes. Por possuírem baixo valor em calorias, o consumo desses alimentos ajuda a prevenir a obesidade e as doenças crônicas ligadas a ela, como o diabetes e doenças cardiovasculares. São ainda fonte de antioxidantes, que protegem contra alguns tipos de câncer. Com relação às frutas, elas também contribuem para a boa saúde por serem alimentos saudáveis. Do mesmo modo que legumes e verduras, o Guia Alimentar para a População Brasileira também considera que elas “são excelentes fontes de fibras, vitaminas, minerais e vários compostos que contribuem para a prevenção de muitas doenças” (Brasil, 2014).

Frutas e folhosos contribuem com aspecto visual das refeições servidas, portanto, o cardápio destinado aos escolares deve evitar a monotonia de cores, uma vez que uma refeição colorida é um atrativo para uma alimentação prazerosa e garante a ingestão de uma maior variedade de nutrientes (Prado, Nicoletti e Faria, 2013).

Neste estudo, os resultados obtidos na avaliação de frutas e folhosos através do método AQPC diferem dos encontrados por Rodrigues, Rodrigues e Hackenhaar (2022), que avaliaram

os cardápios de duas escolas públicas. O primeiro cardápio apresentou uma ocorrência de 85% (bom) para frutas e 80% (bom) para folhosos. Já o segundo cardápio analisado apontou uma frequência de 75% (bom) para frutas e 30% (ruim) para folhosos. Diferem ainda dos resultados encontrados através do método AQPC Escola realizado por Novaes, Santana e Almeida (2022), em que os alimentos recomendados “frutas in natura” e “saladas” obtiveram respectivamente 35% e 90% de ocorrência mensal. Quanto aos aspectos negativos do cardápio, os itens avaliados apresentaram adequação satisfatória. A monotonia de cores foi classificada como "regular", com 40% de ocorrência; a presença de fritura foi considerada “bom”, ocorrendo em 20% dos dias analisados; a presença de alimentos ricos em enxofre teve 10% de ocorrência, e foi classificada como “ótimo”, e, por fim, a oferta de doce e a oferta de fritura e doce no mesmo dia, foram classificadas como “ótimo”, pois não apareceram em nenhum dia do cardápio mensal.

A tabela 1 ainda mostra os resultados para o item “conserva”, em que não há ocorrência desse tipo de alimentos nas preparações. Também apresenta o resultado para o item “repetição de técnicas de preparo”, com ocorrência de 50%, pois o cardápio emprega a mesma técnica de cocção, ensopado, no preparo das carnes em dias consecutivos.

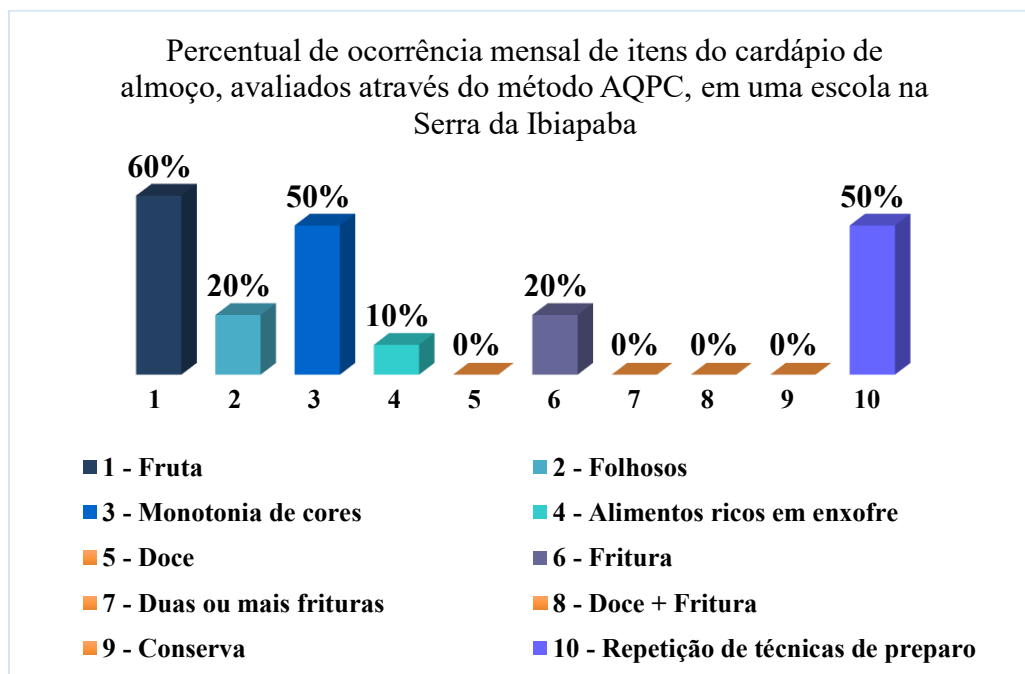
Tabela 1 – Análise qualitativa do cardápio do almoço servido em uma unidade escolar na Serra da Ibiapaba-CE, através do método AQPC.

	1 ^a Semana	2 ^a Semana	3 ^a Semana	4 ^a Semana	Total	Ocorrência %	Classificação
Dias de cardápio	5	5	5	5	20	100%	
Fruta	2	4	2	4	12	60%	Regular
Folhosos	1	1	1	1	4	20%	Péssimo
Monotonia de cores	3	2	3	2	10	50%	Regular
Alimentos ricos em enxofre	0	1	0	1	2	10%	Ótimo
Doce	0	0	0	0	0	0%	Ótimo
Fritura	0	2	0	2	4	20%	Bom
Doce + Fritura	0	0	0	0	0	0%	Ótimo
Conserva	0	0	0	0	0	0%	
Repetição de técnica de preparo de carnes	4	1	4	1	10	50%	

Fonte: Elaborado pela própria autora (2024).

O gráfico 1 ilustra o percentual de ocorrência mensal dos itens avaliados segundo o Método AQPC, conforme apresentado na tabela 1.

Gráfico 1 – Percentual de ocorrência mensal de itens do cardápio de almoço, avaliados através do método AQPC.



Fonte: Elaborado pela própria autora (2024).

Em relação à presença de frituras, a baixa oferta no cardápio caracteriza um resultado satisfatório, considerando que esta técnica deve ser pouco utilizada, pois, o consumo de alimentos fritos aumenta o risco do desenvolvimento de Doenças Crônicas Não Transmissíveis. Ressalta-se ainda que a “oferta de doces” não incluída em nenhum dia do cardápio, é um excelente resultado e contribui para a manutenção da saúde, especialmente considerando que “o consumo excessivo de açúcar aumenta o risco de cárie dental, de obesidade e de várias outras doenças crônicas” (Brasil, 2014, p. 35). O estudo de Costa (2015) através do método AQPC avaliou os cardápios mensais de escolas públicas municipais na Paraíba e encontrou resultados distintos dos observados neste estudo. A ocorrência para alimentos ricos em enxofre ficou em 85%, a de frituras em 50%, a dos doces em 45% e a de doces associados a frituras ficou em 15%, indicando a necessidade de mudanças no cardápio, devido ao alto índice de itens prejudiciais à saúde.

A fim de enriquecer a discussão dos resultados, a Tabela 2 apresenta uma comparação entre este estudo e outros trabalhos descritos na discussão que também utilizaram o método AQPC para avaliar a qualidade dos cardápios escolares. Essa comparação permite visualizar os dados obtidos e identificar padrões ou divergências entre diferentes realidades escolares, contribuindo para reflexões sobre práticas alimentares e políticas públicas voltadas à alimentação escolar. Esses achados contribuem para reflexões sobre políticas públicas e práticas alimentares que garantam o direito à alimentação adequada no ambiente escolar.

Tabela 2 – Comparação entre estudos que utilizaram o método AQPC para avaliação da qualidade dos cardápios escolares.

Autores	Local Estudo	Frutas (%)	Folhosos (%)	Frituras (%)	Doces (%)	Doces + Frituras (%)	Alimentos ricos em enxofre (%)	Observações
<i>Presente estudo (2025)</i>	Ensino Integral (CE)	60% (Regular)	20% (Péssimo)	20% (Bom)	0% (Ótimo)	0% (Ótimo)	10% (Ótimo)	Baixa oferta de folhosos; ausência de doces; técnica de cocção repetida (50%)
Rodrigues, Rodrigues e Hackenhaar (2022)	Duas escolas públicas (RS)	85%/75% (Bom)	80%/30% (Bom/Ruim)	Não informado	Não informado	Não informado	Não informado	Alta oferta de frutas; variação na presença de folhosos
Novaes, Santana e Almeida (2022)	Rede pública (local não especificado)	35% (Baixo)	90% (Excelente)	Não informado	Não informado	Não informado	Não informado	Alta presença de saladas; baixa oferta de frutas in natura
Costa (2015)	Escolas municipais (PB)	Não informado	Não informado	50% (Alto)	45% (Alto)	15% (Alto)	85% (Alto)	Alta presença de itens prejudiciais à saúde; necessidade de revisão do cardápio

Fonte: Elaborado pela própria autora (2025).

Considerações Finais/Conclusão

Ao analisar qualitativamente o cardápio da escola através dos métodos AQPC, observou-se que não houve oferta de doces e a presença de frituras teve baixa frequência,



elevando a qualidade do cardápio. O percentual de oferta de frutas foi satisfatório. Em contrapartida, a presença de folhosos ficou abaixo do recomendado. Desse modo, é necessário aprimorar a oferta deste item, a fim de que o cardápio seja mais rico nutricionalmente e atenda melhor as necessidades dos escolares. Torna-se preciso também que seja reduzida a quantidade de alimentos ricos em enxofre que ocasionam desconforto e ainda que sejam servidos alimentos com cores diversificadas, tornando a refeição mais atrativa e com maior aceitação entre os alunos. Conclui-se que essas alterações se tornam ainda mais necessárias, levando em consideração os objetivos do PNAE. Assim, oferecer alimentos seguros e saudáveis será importante para construir bons hábitos alimentares entre os alunos. E a escola, enquanto ambiente transmissor do conhecimento e capaz de influenciar nas escolhas alimentares dos estudantes, tem o papel de ajudar, especialmente durante a infância, na formação dos hábitos alimentares.

Referências:

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Guia alimentar para a população brasileira. 2. ed. Brasília: Editora MS, 2014. 156 p. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/publicacoes-para-promocao-a-saude/guia_alimentar_populacao_brasileira_2ed.pdf/view. Acesso em: 17 jul. 2024.

COSTA, J. D. da S. Avaliação qualitativa dos cardápios fornecidos nas escolas públicas municipais de um município de pequeno porte da Paraíba pelo método AQPC. Monografia (Graduação em Nutrição) – Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2015. Disponível em: <http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/jspui/bitstream/riufcg/8687/3/JANA%c3%8dNA%20DAYANA%20DA%20SILVA%20COSTA%20%20TCC%20BACHARELADO%20EM%20NUTRI%c3%87%c3%83O%20CES%202015.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2024.

NOVAES, T. G.; SANTANA, S. S.; ALMEIDA, R. S. Avaliação qualitativa das preparações do cardápio de uma unidade escolar da rede estadual de ensino em um município baiano. Revista Saúde.Com, [S. l.], v. 19, n. 1, p. 3127-3134, jan.-mar. 2023. Disponível em: <https://periodicos2.uesb.br/index.php/rsc/article/view/10512/7417>. Acesso em: 02 mai. 2024.

PRADO, B. G.; NICOLETTI, A. L.; FARIA, C. da S. Avaliação qualitativa das preparações de cardápio em uma unidade de alimentação e nutrição de Cuiabá-MT. J. Health Sci, [S. l.], v. 15, n. 3, p. 219-223, 2013. Disponível em: <https://journalhealthscience.pgsscogna.com.br/JHealthSci/article/view/681>. Acesso em: 21 mar. 2024.

RODRIGUES, R. A.; RODRIGUES, R. A.; HACKEN, M. L. Avaliação qualitativa de cardápios ofertados a escolares de duas escolas localizadas nos municípios de Cuiabá e Várzea Grande-MT. In: X MOSTRA DE TRABALHOS DO CURSO DE NUTRIÇÃO DO UNIVAG, 2023, Cuiabá. Anais eletrônicos. Cuiabá: Univag, 2023. p. 5-14. Disponível em: <https://periodicos.univag.com.br/index.php/mostranutri/article/view/2188/2390>. Acesso em: 02 mai. 2024.

Fonte(s) de financiamento/apoio: Direção das Escolas Municipais e Instituto Federal do Ceará (UBAJARA)

Conflito de interesses: Não há conflitos de interesses.

JUSTIFICATIVA PARA A PRESENÇA DE 05 AUTORES.

O trabalho foi realizado em um grupo de pesquisa, o que justifica a quantidade de autores existentes (05).