

PADRONIZAÇÃO DE LANCHES À BASE DE JACA (*Artocarpus heterophyllus*)

VERDE

Yasmim Vieira Barbosa.
Angélica Margarete Magalhães.

Resumo

Este trabalho teve por objetivo descrever o processo de padronização de preparações culinárias à base de jaca verde, destinadas a dietas vegetarianas. O estudo foi realizado na cozinha experimental da ITESS/UFGD, no período de agosto de 2017 a janeiro de 2018. Previamente os frutos foram coletados em seu estágio verde. Foi pesado o fruto inteiro e após, minimamente processado, para determinação do peso bruto e peso líquido. Após o cozimento, o produto resultante foi refogado formando o recheio para os lanches previamente definidos. Todos os ingredientes foram pesados e transformados em medida caseira, sendo definida, assim, a quantidade per capita em peso bruto e peso líquido, necessária para produzir uma porção. Foi elaborada, a partir daí a Ficha Técnica de Preparo. Como resultado, obteve-se a padronização de esfiha e sanduíche quente com recheio de jaca verde. Concluindo, o processo de padronização foi bem sucedido, uma vez que permitiu a transferência de conhecimento aplicável à produção de lanches destinados a público vegetariano.

Palavras-chave: *Fast-food*. Necessidade alimentares especiais. Dieta vegetariana.

STANDARDIZATION OF SNACKS BASED ON GREEN JACKFRUIT (*Artocarpus heterophyllus*)

Abstract

This work aimed to describe the process of standardization of culinary preparations based on green jackfruit, designed to vegetarian diets. The study was carried out in the experimental kitchen of ITESS/UFGD, from August 2017 to January 2018. Previously, the fruits were collected in their green stage. The whole fruit was weighed and then minimally processed for determination of gross weight and net weight. After cooking, the resulting product was reformed forming the filling for the previously defined snacks. All ingredients were weighed and processed for household measure, defined thus the amount per capita gross weight and net weight required to produce one portion. From then, it was elaborated the Preparation Technical Sheet. As a result, we obtained the standardization of sfiha and hot sandwich with green jackfruit filling. In conclusion, the process of standardization was successful, since it allowed the transfer of knowledge for the production of snacks for the vegetarian public.

Keywords: *Fast-food*. Special dietary needs. Vegetariandiet.

PADRONIZACIÓN DE BOCADILLOS A BASE DE JACA (*Artocarpus heterophyllus*)

VERDE

Resumen

Este trabajo tuvo por objetivo describir el proceso de estandarización de preparaciones culinarias a base de jaca verde, destinadas a dietas vegetarianas. El estudio fue realizado en la cocina experimental de ITESS / UFGD, en el período de agosto de 2017 a enero de 2018. Previamente los frutos fueron recolectados en su etapa verde. Fue pesado el fruto entero y después, minimamente procesado, para determinación del peso bruto y peso neto. Después de la cocción, el producto resultante fue rehogado formando el relleno para los aperitivos previamente definidos. Todos los ingredientes fueron pesados y transformados en medida casera, definiendo así la cantidad per cápita en peso bruto y peso neto, necesaria para producir una porción. Se elaboró, a partir de ahí, la Ficha Técnica de Preparación. Como resultado, se obtuvo la estandarización de enfriamiento y sándwich caliente con relleno de jaca verde. Concluyendo, el proceso de estandarización fue exitoso, ya que permitió la transferencia de conocimiento aplicable a la producción de aperitivos destinados al público vegetariano.

Palabras clave: *Fast-food*. Necesidad de alimentos especiales. Dieta vegetariana.

INTRODUÇÃO

As transformações sociais e econômicas, percebidas nos últimos anos, vêm alterando o ritmo de vida das pessoas levando à incorporação de novos meios de consumo, particularmente de alimentos. Essa transformação faz com que o modelo alimentar denominado *fast-food*, que se caracteriza por alimentos já preparados, pré-processados e industrializados, se torne cada vez mais presente no cotidiano das famílias (BARRADO *et al.*, 2008; FREITAS; FONTES; OLIVEIRA, 2008; COSTA, 2017; CASTILHO, 2017). Entretanto esse tipo de alimentação traz consigo o risco de contribuir para um desequilíbrio nutricional, devido ao alto valor calórico e baixo teor de fibras, vitaminas e minerais (BARRADO *et al.*, 2008; FREITAS; FONTES; OLIVEIRA, 2008; CASTILHO, 2017).

As mudanças nos padrões alimentares, com crescimento do modelo *fast food*, estão relacionadas à um aumento na prevalência de Obesidade e Doenças Crônicas não Transmissíveis – DCNT, como Hipercolesterolemia, Hipertensão e Diabetes (GÓES, 2005; BRASIL, 2011; SBP, 2012). Paralelamente a esse processo observa-se um aumento na prevalência de necessidades alimentares específicas, tais como intolerância a lactose, doença celíaca, alergias alimentares e opções de dietas vegetarianas (SILVA, 2008; DOLCI; CURY, 2014; MAGALHÃES; LOU-BONAFONTE; PANILLO, 2016).

De acordo com Ferreira *et al* (2006), as práticas alimentares vegetarianas incluem a dieta *vegan*, com restrição total de produtos de origem animal e a *ovolactovegetariana* que, como o próprio nome diz, inclui leite e ovos.

Serviços que oferecem refeição fora do lar vêm ganhando destaque e devem ser espaços que proporcionem uma alimentação mais saudável, do ponto de vista nutricional, auxiliando na promoção de bons hábitos alimentares na população (SILVERIO; OLTRAMARI, 2014), além de ofertarem alimentos para clientes com necessidades alimentares específicas (FRANCO; REGO, 2005).

A Universidade Federal da Grande Dourados - UFGD, preocupada com essa problemática, desenvolveu um projeto de extensão universitária: UFGD+Saúde, implantando uma lanchonete nas dependências do Centro de Convivência, que procura proporcionar refeições rápidas, mas que ao mesmo tempo sejam nutricionalmente adequadas, além de atender as especificidades de público com necessidades alimentares especiais.

Padronização de lanches à base de jaca (*Artocarpus heterophyllus*) verde

Dentre as preparações que compõem os cardápios da referida lanchonete, podem ser observados: esfiha com recheio de carne, frango ou vegetariano, sanduíche quente com recheio de frango, carne ou vegetariano, sanduíche natural, sucos mix de frutas e hortaliças, bolinho de polvilho sem glúten, pastel de forno com recheio de carne, frango ou vegetariano. Os lanches são preparados por empreendedoras solidárias, oriundas de um quilombo localizado na região próxima à universidade, gerando a necessidade de formação dessas mulheres, no que tange à qualidade higiênico-sanitária, o desenvolvimento de novas receitas e padronização de preparações.

A padronização de processos e de procedimentos técnicos, com posterior treinamento, pode colaborar de uma forma positiva para a mitigação de perdas, melhoria da qualidade e redução de custos nos estabelecimentos que produzem refeições (SILVÉRIO; OLTAMARI, 2014).

Este trabalho teve por objetivo descrever o processo de padronização de preparações de lanches vegetarianos à base de jaca verde, que são comercializados na lanchonete UFGD+Saúde, destinadas a público adepto a dieta vegetariana, visando transferir conhecimentos a empreendimentos do setor de refeições fora do lar.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo é parte integrante de um projeto de pesquisa com interface em ensino e extensão sobre segurança alimentar e nutricional, utilizando um restaurante escola como laboratório.

As preparações selecionadas para padronização, neste estudo foram àquelas que utilizavam jaca verde como recheio, destinadas ao público vegetariano.

Existem duas classificações de jaca (*Artocarpus heterophyllus*), sendo elas: jaca dura e jaca mole, sendo a mole com frutos menores e mais adocicados. A jaca pode ser consumida em sua quase totalidade, permitindo a utilização de seu caroço assado e sua polpa *in natura*. (CORRÊA, 1984; LEMOS, 2012). Neste estudo foi utilizada a jaca dura, no seu estágio verde.

Além da jaca verde foram utilizados ingredientes básicos de culinária como farinha de trigo, cebola, tomate, óleo de soja e temperos, os quais estão especificados na Ficha Técnica de Preparo - FTP (figura 1).

Padronização de lanches à base de jaca (*Artocarpus heterophyllus*) verde

Dados referentes a tipos de gêneros, peso bruto, peso líquido, rendimento, forma e tempo de preparo também foram registrados na FTP, (TEICHMANN, 2000), facilitando assim, os relativos cálculos necessários para definição de gramaturas per capita, conforme recomendações da literatura científica (MASCARENHAS; TORRES, 2012; CABRAL; MORAIS; CARVALHO, 2013; SOUZA; OLIVEIRA, 2015) e do Índice de Partes Comestíveis- IPC o qual é um indicador de desperdício que tem como objetivo determinar a quantidade de alimento que será descartada e se estabelece pela relação entre peso bruto, que é o alimento na forma que foi adquirido, com suas características físicas originais, e o peso líquido, que é após o alimento ter sido minimamente processado (BOTELHO; CAMARGO, 2005).

As atividades de padronização foram realizadas na cozinha experimental da ITESS/UFGD, no período de agosto de 2017 a janeiro de 2018.

Previamente os frutos foram coletados em seu estado verde em pomar localizado em área circunvizinha a universidade.

Foi pesado o fruto inteiro e após, minimamente processado, para determinação do peso bruto e peso líquido. No processamento mínimo foram descartados a casca, as sementes e o invólucro das sementes, sendo aproveitada a parte da polpa. Após o cozimento, o produto resultante foi refogado em óleo com cebola, tomate e os temperos, formando o recheio para as diferentes preparações.

Todos os ingredientes foram pesados e transformados em medida caseira, sendo definida a partir daí a porção per capita padrão.

FICHA TÉCNICA DE PREPARO n° _____								
Preparação:				Classificação da preparação:				
Rendimento total (kg):				Rendimento per capita (kg):				
Tempo de Preparo:				Nº de porções:				
Informações sobre a Receita								
Nº	Ingrediente	Medida caseira	PB (kg)	PL (kg)	IPC	Nº de porções	Per capita bruto (kg)	Per capita líquido (kg)
1								
2								
3								
4								
5								
6								
Modo de preparo:								
Observações:								

Figura 1: Modelo de Ficha Técnica de Preparação.

Fonte: Elaborado pelas autoras, adaptado de registros do Restaurante Escola Bistrô Eco Sol UFGD.

Padronização de lanches à base de jaca (*Artocarpus heterophyllus*) verde

RESULTADOS E ANÁLISES

As duas preparações/lanche padronizadas foram: Esfiha de jaca verde e sanduíche quente com recheio de jaca verde, também conhecido como buraco quente.

De acordo com Degiovanni (2010), na etapa de processamento mínimo é fundamental saber quanto de perdas ocorre, no sentido de controlar o desperdício e reduzir custos. A padronização permitiu verificar que a jaca verde tem uma perda que por sua vez eleva o IPC, mesmo tendo-se o cuidado de evitar desperdício. Isso pode ser explicado pelo fato de que, no processo da elaboração das preparações só foi possível utilizar a polpa, não sendo possível o aproveitamento de outras partes do fruto, como sementes e invólucro, ou seja, não houve geração excessiva de aparas e descarte de partes aproveitáveis, o que é considerado como principal causa de perdas nessa etapa.

Inicialmente, obteve-se o recheio e, posteriormente, as duas preparações de lanche. A figura 2 mostra aspectos da preparação do recheio.



Figura 2: Aspectos da preparação do recheio.

A partir do recheio, foram padronizados os lanches. Os dados referentes à preparação de esfiha estão demonstrados na Ficha Técnica de Preparo, figura 3.

Padronização de lanches à base de jaca (*Artocarpus heterophyllus*) verde

FICHA TÉCNICA DE PREPARO n° _____								
Preparação: Esfiha com recheio de jaca verde					Classificação da preparação: Médio			
Rendimento total (kg): 3,964					Rendimento per capita (kg): 198,2			
Tempo de Preparo: 1 h e 20 minutos					Nº de porções: 20			
Informações sobre a Receita								
Nº	Ingrediente	Medida caseira	PB (kg)	PL (kg)	IPC	Nº de porções	Per capita bruto (kg)	Per capita líquido (kg)
Ingredientes do recheio:								
1	Jaca verde	2 unidade pequenas	3,728	0,928	4,02	20	0,186	0,046
2	Cebola	3 unidades médias	0,293	0,28045	1,04	20	0,015	0,014
3	Tomate	4 unidades grandes	0,561	0,520	1,08	20	0,028	0,026
4	Alho	5 dentes médios	0,029	0,025	1,17	20	0,001	0,001
5	Pimentão	2 unidades médias	0,167	0,148	1,13	20	0,008	0,007
6	Cheiro verde	2 maços	0,124	0,091	1,36	20	0,006	0,005
7	Colorau	3 colheres de chá	0,008	0,008	1	20	0,000	0,000
8	Pimenta do reino preta moída	3 colheres de chá	0,004	0,004	1	20	0,000	0,000
9	Orégano	4 e 1/2 colheres de chá	0,004	0,004	1	20	0,000	0,000
10	Sal	2 e 1/2 colheres de chá	0,008	0,008	1	20	0,000	0,000
11	Óleo	4 colheres de sopa	0,033	0,033	1	20	0,002	0,002
Ingredientes da massa:								
12	Farinha de trigo	1 pacote + 1 1/2 copo de requeijão	1,900	1,900	1	20,00	0,095	0,095
13	Açúcar	2 colheres sopa G	0,028	0,028	1	20,00	0,001	0,001
14	Óleo de soja	1 copo Requeijão + 1 colher de sopa	0,371	0,371	1	20,00	0,019	0,019
15	Leite	3 copos cheios requeijão	0,532	0,532	1	20,00	0,027	0,027
16	Ovos	4 unidades	0,182	0,158	1,15	20,00	0,009	0,008
17	Sal	1 colher sopa cheia	0,019	0,019	1	20,00	0,001	0,001
18	Fermento biológico de pão	1 colher sopa cheia	0,010g	0,010g	1	20,00	0,001	0,001
Modo de preparo:								
<p>Recheio de jaca: Corte a jaca em partes para que caiba na panela. Cozinhe a jaca na panela de pressão por 15 minutos. Enquanto ocorre o cozimento, pique a cebola, o alho, o tomate, o cheiro verde e o pimentão. Após o cozimento da jaca, selecione a parte a ser utilizada para o refogado (polpa/baga) e descarte o restante. Em uma panela, refogue a cebola, depois acrescente o alho, o tomate e o pimentão. Adicione a jaca cozida, o colorau, a pimenta do reino, o sal e o orégano, mexa bem até que tudo se misture. Em seguida adicione o cheiro verde, mexa por aproximadamente mais 1 minuto e desligue.</p> <p>Massa esfiha: Bater por 2 minutos no liquidificador o leite morno com os demais ingredientes exceto a farinha de trigo. Em uma bacia colocar a farinha e acrescentar o conteúdo do liquidificador mechendo até desgrudar das mãos até ficar uniforme (se necessário, acrescentar farinha aos poucos). Numa superfície lisa, sovar a massa por 10 minutos sem parar. Reparta a massa em pedaços de aproximadamente 103 gramas e abra com o rolo. Abra em formato redondo, coloque o recheio (aproximadamente 67g) e feche a esfiha modelando no formato de esfiha. Antes de ir ao forno, pincelar a esfiha com 1 ovo com e 1 colher de sopa de óleo de soja. Numa forma untada com farinha levar ao forno médio por aproximadamente 25 minutos. Não há necessidade de pré-aquecimento.</p>								
Observações: Receita ovolactovegetariana.								

Figura 3: Padronização de ficha técnica – Esfiha com recheio de jaca verde.

Os dados referentes à preparação de sanduíche quente recheado com jaca verde, validada durante as atividades, que foram registrados nas Fichas Técnicas de Preparo estão descritos na figura 4.

Padronização de lanches à base de jaca (*Artocarpus heterophyllus*) verde

FICHA TÉCNICA DE PREPARO n° _____								
Preparação: Pão de ervas com recheio de jaca verde (Buraco quente)						Classificação da preparação: Fácil		
Rendimento total (kg): 2,031						Rendimento per capita (kg): 0,123		
Tempo de Preparo: 1h e 30 minutos						Nº de porções: 16,52		
Informações sobre a Receita								
Nº	Ingrediente	Medida caseira	PB (kg)	PL (kg)	IPC	Nº de porções	Per capita bruto (kg)	Per capita líquido (kg)
Ingredientes recheio de jaca:								
1	Jaca verde	1 unidade pequena	3,079	0,767	4,01	16,520	0,186	0,046
2	Cebola	2 unidades médias	0,241	0,231	1,04	16,520	0,015	0,014
3	Tomate	4 unidades médias	0,463	0,429	1,08	16,520	0,028	0,026
4	Alho	4 dentes médios	0,023	0,020	1,15	16,520	0,001	0,001
5	Pimentão	1 unidade grande	0,137	0,122	1,12	16,520	0,008	0,007
6	Cheiro verde	1 maço	0,102	0,075	1,36	16,520	0,006	0,005
7	Colorau	2 colheres de chá	0,006	0,006	1,00	16,520	0,000	0,000
8	Pimenta do reino preta moída	2 colheres de chá	0,003	0,003	1,00	16,520	0,000	0,000
9	Orégano	4 colheres de chá	0,003	0,003	1,00	16,520	0,000	0,000
10	Sal	2 colheres de chá	0,006	0,006	1,00	16,520	0,000	0,000
11	Óleo	3 colheres de sopa	0,027	0,027	1,00	16,520	0,002	0,002
Ingredientes pão de ervas:								
1	Farinha	½ pacote	0,500	0,500	1,00	16,52	0,030	0,030
2	Óleo de soja	2 colheres de sopa	0,020	0,020	1,00	16,52	0,001	0,001
3	Fermento	½ envelope	0,005	0,005	1,00	16,52	0,000	0,000
4	Cebolinha	2 colheres sopa	0,010	0,010	1,00	16,52	0,001	0,001
5	Sal	1 colher chá	0,004	0,004	1,00	16,52	0,000	0,000
6	Água	1 copo	0,250	0,250	1,00	16,52	0,015	0,015
7	Açúcar	1 colher sopa	0,010	0,010	1,00	16,52	0,001	0,001
Modo de preparo:								
<p>Recheio de jaca: Corte a jaca em partes para que caiba na panela. Cozinhe a jaca na panela de pressão por 15 minutos. Enquanto ocorre o cozimento, pique a cebola, o alho, o tomate, o cheiro verde e o pimentão. Após o cozimento da jaca, selecione a parte a ser utilizada para o refogado (polpa/baga) e descarte o restante. Em uma panela, refogue a cebola, depois acrescente o alho, o tomate e o pimentão. Adicione a jaca cozida, o colorau, a pimenta do reino, o sal e o orégano, mexa bem até que tudo se misture. Em seguida adicione o cheiro verde, mexa por aproximadamente mais 1 minuto e desligue.</p> <p>Pão de ervas: Misture todos os ingredientes secos. Junte o óleo, vá adicionando água a temperatura ambiente misturando. Depois amasse bem e deixe crescer até a massa dobrar de volume. Sove bem, molde os pães e deixe crescer de novo até dobrar de volume. Coloque para assar por aproximadamente 30 minutos.</p>								
Observações: Receita vegetariana.								

Figura 4: Padronização de ficha técnica – Pão de ervas com recheio de jaca verde.

Os aspectos das preparações podem ser verificados na figura 5.

Padronização de lanches à base de jaca (*Artocarpus heterophyllus*) verde



Figura 5: Preparações: Esfiha com recheio de jaca verde e buraco quente com recheio de jaca verde, respectivamente.

Pode se observar que os dados gerados permitirão a replicação das preparações por diferentes manipuladores em distintas situações, sem perda do padrão, com facilidades para obtenção dos gêneros em quantidades suficientes e necessárias, independente do número de comensais, uma vez que foram determinadas as quantidades per capita, tanto para os ingredientes *in natura* quanto para a porção do alimento preparado.

Este aspecto está alinhado ao proposto por Vieira (2011), segundo o qual a elaboração das Fichas Técnicas de Preparo auxilia na integração e treinamento de funcionários na execução das preparações e, além disso, padroniza o sistema de produção garantindo que o produto final tenha sempre semelhante composição, valor nutritivo e apresentação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As preparações à base de jaca verde podem representar uma alternativa viável, para diversificação de lanches a serem ofertados para público adeptos de dietas vegetarianas.

Embora a utilização do fruto verde contribua para o combate ao desperdício, verifica-se que há uma perda de subprodutos como as sementes e o invólucro, o que sugere a realização de estudos complementares para possível aproveitamento dessas partes.

São recomendadas pesquisas adicionais que verifiquem a aceitabilidade e o valor nutricional das preparações padronizadas neste estudo.

Padronização de lanches à base de jaca (*Artocarpus heterophyllus*) verde

REFERÊNCIAS

BARRADO, E. *et al.* Composicióngrasa de diversos alimentos servidos em estabelecimentos de "comida rápida". **Nutrición Hospitalaria**, v. 23, n. 2, p. 148-158, 2008.

BOTELHO, R. A.; CAMARGO, E. B. **Técnica Dietética: Seleção e Preparo de Alimentos – Manual de Laboratório**. São Paulo: Atheneu; 2005.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano de ações estratégicas para o enfrentamento das doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) no Brasil 2011-2022**. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

CABRAL, H. C. C.; MORAIS, M. P.; CARVALHO, A. C. M. S. Composição nutricional e custo de preparações de restaurantes por peso. **Demetra: Alimentação, Nutrição e Saúde**, Goiânia, v.8, n.1, p. 23-38, 2013.

CASTILHO, L. F. *Análise de um restaurante de empreendedorismo social e solidário: estudo aplicado ao Bistrô Eco Sol UFGD*. 2017. Dissertação de Mestrado em Agronegócio - Universidade Federal da Grande Dourados, Dourados, 2017.

DOLCI, M.I.; CURY, C. **Cartilha da alergia alimentar**. 2014. Disponível em: <<http://www4.planalto.gov.br/consea/publicacoes/seguranca-alimentar-e-nutricional/cartilha-da-alergia-alimentar/9-cartilha-da-alergia-alimentar.pdf>>. Acesso em: 10 jan. 2018.

COSTA, M. L. *Análise econômico-ambiental e nutricional em processos de produção de refeições*. 2017. Dissertação de Mestrado em Agronegócio - Universidade Federal da Grande Dourados, Dourados, 2017.

CORRÊA, M. P. **Dicionário das plantas úteis do Brasil**. Brasília: Ministério da Agricultura, 1984.

DEGIOVANI, G. C. et al. Hortaliças *in natura* ou minimamente processadas em unidades de alimentação e nutrição: quais aspectos devem ser considerados na sua aquisição? **Revista de Nutrição**, v.23, n.5, p.813-822, 2010.

SOUZA, L. V.; OLIVEIRA MARSI, T. C. **Importância da ficha técnica em UANs: produção e custos de preparações/refeições**. 2015.

Padronização de lanches à base de jaca (*Artocarpus heterophyllus*) verde

FERREIRA, L. G.; BURINI, R. C.; MAIA, A. F. Dietas vegetarianas e desempenho esportivo. **Revista de Nutrição**, v. 19, n. 4, p. 469-477, 2006.

FRANCO, E. S.; REGO, R. A. **Marketing estratégico para subculturas: um estudo sobre hospitalidade e gastronomia vegetariana em restaurantes da cidade de São Paulo**. 2005. Disponível em: <www.anptur.org.br/anais/anais_2005/Artigo_20.pdf>. Acesso em: 10 jan. 2018.

FREITAS, M. C. S.; FONTES, G. A. V.; OLIVEIRA, N. **Escritas narrativas sobre alimentação e cultura**. Salvador: EDUFBA, 2008.

GÓES, J. A. W. *Mudanças de hábitos alimentares e saúde: um estudo em fastfood*. 2005. Tese de Doutorado em Saúde Pública - Instituto de Saúde Coletiva, Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2005.

LEMOS, *et al.* Propriedades físico-químicas e químicas de duas variedades de jaca. **Revista Verde Mossoró – RN**, v. 7, n. 3, p. 90-93, 2012.

MAGALHAES, A. M.; LOU-BONAFONTE, J. M.; PANILLO, N. C. Prevalência de necessidades alimentarias específicas entre niños de escuelas públicas de Zaragoza – España. XI Congreso de lasociedadespañola de nutricióncomunitaria. **Anais...** Zaragoza – España. 2016.

MASCARENHAS, M. C. K; TORRES, I. A. Estrutura de custos de uma refeição em uma unidade de alimentação e nutrição do DF. **Universitas: Gestão e TI**, v.2, n.1, p.93-112, 2012.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Secretaria de Vigilância em Saúde**. Departamento de Análise de Situação de Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2011.

SILVA, L. R. Consenso Brasileiro sobre alergia alimentar: 2007. **Revista Brasileira de Alergia e Imunopatologia**, v.31, n.2, p. 64-89, 2008.

SILVÉRIO. G. A; OLTRAMARI, K. Desperdício de alimentos em Unidades de Alimentação e Nutrição brasileiras. Ambiências. **Revista do Setor de Ciências Agrárias Ambientais**, v.10, n.1, p. 125-133, 2014.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA – SBP. **Manual de Orientação**. Sociedade Brasileira de Pediatria. Departamento Científico de Nutrologia. 2. ed. São Paulo: SBP. 2012.

Padronização de lanches à base de jaca (*Artocarpus heterophyllus*) verde

TEICHMANN, I. M. **Tecnologia Culinária. Caxias do Sul:** EDUCS, 2000.

VIEIRA, A. S. **Fichas técnicas de preparação em Unidade de Alimentação e Nutrição.**
In: XX Congresso de Iniciação Científica da Universidade Federal de Pelotas. 2011.