

HORA DE RENDER HOMENAGENS



Nesta edição, o caderno GAZtronomia celebra o nutricionista, profissional que transforma escolhas em saúde e bem-estar, e destaca a chegada da Semana Farroupilha trazendo uma receita com sabores e ingredientes típicos do Rio Grande do Sul para celebrar nossa tradição à mesa.

O nutricionista na alimentação de quem trabalha

Fotos: Divulgação/GS



A alimentação coletiva, uma das áreas da nutrição, envolve a alimentação diária de centenas ou de milhares de trabalhadores

Quando o almoço começa a ser servido em uma empresa, boa parte do trabalho do nutricionista já aconteceu: foi preciso planejar o cardápio, calcular as quantidades, avaliar os ingredientes, acompanhar o preparo e verificar se os alimentos estavam nas condições adequadas para o consumo. Essas tarefas fazem parte da alimentação coletiva, área da Nutrição menos associada à imagem tradicional da profissão, geralmente relacionada ao atendimento em consultório. Nesse campo, as decisões envolvem a alimentação diária de centenas ou de milhares de trabalhadores.

Na Refeições Ao Ponto, empresa com 34 anos dedicados à alimentação corporativa, os nutricionistas participam de diferentes etapas da operação, antes, durante e depois de a refeição ser servida. Tudo começa com o planejamento dos cardápios, que considera fatores como núme-

ro de trabalhadores, turnos, horários, estrutura disponível, hábitos alimentares e características das atividades profissionais. Os cardápios também precisam contemplar variedade, equilíbrio nutricional, sazonalidade dos ingredientes, aceitação do público e capacidade de produção da cozinha.

Segundo a nutricionista da Ao Ponto, Bruna Assmann, o planejamento procura compatibilizar as exigências do contrato com o perfil nutricional e as preferências dos colaboradores. "Isso envolve o equilíbrio e a variação das preparações dentro da incidência contratual, a sazonalidade para garantir alimentos frescos e com qualidade nutricional, a preferência e maior aceitação das combinações e a composição do cardápio, atendendo às necessidades energéticas do perfil dos colaboradores da empresa", destaca.

A partir desse diagnóstico, a



Bruna é nutricionista da Ao Ponto

equipe define o modelo de alimentação mais adequado, com restaurante instalado na unidade ou com refeições produzidas na matriz da Ao Ponto e transportadas até o local de consumo.

Controle em todo o percurso

Depois de planejados os cardápios, a atenção se volta para a execução. Os nutricionistas acompanham o recebimento das matérias-primas, o armazenamento, a higiene dos ambientes, os procedimentos de manipulação e as temperaturas durante a produção e a distribui-

ção. Uma falha em qualquer etapa pode comprometer o resultado. Por isso, a segurança dos alimentos integra a rotina.

Na Ao Ponto, esse acompanhamento envolve registros, verificações e orientação contínua das equipes. Gestores, cozinheiros e auxiliares precisam conhecer os procedimentos e compreender como cada atividade interfere na qualidade do serviço.

"Fazemos acompanhamento integral ao longo da produção e da distribuição, realizando aferições de temperatura para que

se mantenha adequada durante a preparação, o armazenamento e o transporte dos alimentos. Também conferimos os insumos, a amostragem da qualidade, a temperatura dos equipamentos e um extenso checklist, garantindo que o ambiente esteja limpo e organizado durante toda a produção", detalha Bruna.

Além disso, o processo exige articulação entre produção, armazenamento, transporte, distribuição e controle de qualidade, com os nutricionistas conectando cada etapa.

A sobra no prato também informa

A rotina dos nutricionistas continua depois que as refeições são servidas, e a resposta dos colaboradores às preparações passa a integrar o planejamento dos cardápios. "Avaliamos os feedbacks, aumentando a incidência de preparações bem aceitas e realizando trocas na composição dos cardápios de baixa aceitação", explica Bruna.

A equipe acompanha a aprovação das preparações, observa o desperdício, conversa com os usuários e analisa indicadores da operação. Sabor, textura, apresenta-

ção, frequência no cardápio e tamanho das porções podem ajudar a compreender uma baixa aceitação. O volume descartado também pode sinalizar a necessidade de rever quantidades, combinações ou procedimentos do serviço.

Esses dados retornam ao planejamento dos cardápios seguintes, que passa a considerar critérios nutricionais, condições de produção e a experiência dos trabalhadores. Esse ciclo de avaliação e de ajuste permite adequar continuamente o serviço às características de cada empresa.

ANTES, DURANTE E DEPOIS DAS REFEIÇÕES

O Dia do Nutricionista, que será celebrado nesta segunda, 31, também chama a atenção para os espaços ocupados pela profissão fora do consultório. Na alimentação coletiva, o trabalho começa muito antes de o prato chegar à mesa e continua depois da refeição. Para aqueles que frequentam o refeitório, o almoço pode durar poucos minutos. Já para os nutricionistas, cada refeição carrega horas de planejamento, decisões técnicas e um cuidado cotidiano que, muitas vezes, permanece invisível para quem se senta à mesa.

Nossa homenagem a você,

Nutricionista,

que transforma
conhecimento em **cuidado**,
escolhas em **saúde**
e alimentação em **bem-estar**.

31 de Agosto

Dia do Nutricionista



Ao Ponto

Referência em Alimentação

www.aoponto.com.br

@refeicoesaoponto

/aoponto



Nutrição é cuidado, conhecimento e segurança.

Da escolha dos ingredientes às informações da tabela nutricional, cada etapa exige atenção e responsabilidade para garantir qualidade e segurança alimentar.

Lisa Ruth
Delícias Caseiras

Matriz Pinheiral - RSC 287
Filial Fritz & Frida - Lisaruth Open Mall
Casa de Carnes Pinheiral - RSC 287

f @ lisaruthdeliciascaseiras

O papel dos nutricionistas nas empresas de refeições coletivas

Quem almoça diariamente em um restaurante empresarial talvez não imagine a quantidade de processos que acontecem nos bastidores e contam com a atuação dos nutricionistas. Muitas vezes invisível para quem está do outro lado do buffet, o trabalho desses profissionais é essencial

para que milhares de pessoas tenham acesso a refeições equilibradas, seguras, saborosas e adequadas às suas necessidades.

A atuação dos nutris começa antes mesmo de os alimentos chegarem à cozinha. Eles participam de processos como a seleção de fornecedores, o recebimento e armazenamento de ingredientes, o planejamento nutricional e a elaboração dos cardápios, que, além de deliciosos, devem suprir as necessidades nutricionais dos usuários.

No dia a dia das unidades operacionais, são eles que acompanham e supervisionam todas as etapas de produção dos alimentos, garantindo a qualidade e, principalmente, a segurança das refeições servidas. O trabalho desses profissionais passa também pela gestão e capacitação das equipes. Em empresas de refeições coletivas, o conhecimento precisa estar presente em todas as etapas do processo. Por isso, orientar, treinar e acompanhar os colaboradores é fundamental para manter padrões de qualidade e garantir que os procedimentos sejam realizados corretamente.

No Grupo Prato Feito, que está há 35 anos no segmento de refeições corporativas, são mais de cem nutricionistas trabalhando em diferentes áreas da empresa. Esses profissionais atendem tanto em setores administrativos, como o de Planejamento e Controle da Produção (PCP) e o de Qualidade, quanto diretamente na gestão



Registro da nutricionista Stefane Unfer, colaboradora do Grupo Prato Feito, na unidade da Germani Alimentos

das mais de 150 unidades operacionais da empresa.

Mais do que planejar refeições, os nutricionistas são profissionais estratégicos, empenhados em promover segurança alimentar, saúde e bem-estar. Sua presença nas unidades representa um cuidado diário com as empresas contratantes e com as pessoas que utilizam os restaurantes.

Em um ambiente corporativo, a alimentação está diretamente relacionada à satisfação no ambiente de trabalho. Uma refeição equilibrada, preparada com cuidado e carinho, contribui para o bem-estar dos trabalhadores, para a sua qualidade de vida e para a construção de uma rotina mais saudável. Nesse contexto, o nutricionista exerce um papel que vai além dos limites da cozinha: ele ajuda a transformar a alimentação em uma ferramenta de cuidado.

Por trás de cada refeição servida, existe planejamento, conhecimento técnico e responsabilidade. É esse trabalho que permite unir nutrição, sabor, qualidade e segurança em uma mesma experiência.

Nas empresas de refeições coletivas, os nutricionistas são, portanto, peças fundamentais para a construção de operações mais eficientes, responsáveis e sustentáveis, e para que o cuidado com a alimentação esteja presente, todos os dias, na vida de milhares de pessoas.

Uma profissão e diversas formas de atuar

A possibilidade de contribuir para a saúde das pessoas através dos alimentos e a identificação com a área de alimentação fizeram com que a catarinense Liziane Hermes, 42 anos, escolhesse a Nutrição como profissão. Para ela, os reflexos desse trabalho são amplos, tanto no cuidado individual quanto coletivo. Entre as principais contribuições está ajudar as pessoas a ter uma relação mais consciente e equilibrada com a alimentação.

E isso vai muito além de prescrever uma dieta. “O nutricionista atua na prevenção de doenças, na promoção da saúde, na educação alimentar e também na garantia da qualidade e da segurança dos alimentos que chegam à população”, destaca. Em seu trabalho, Li-

ziane percebe o quanto sua profissão se faz necessária nas mais diversas etapas dentro de uma empresa do ramo de alimentação. Há 14 anos, ela faz parte da equipe da Lisaruth e salienta que, ao longo de todo esse tempo, sua atuação foi se transformando.

Hoje, além da parte sanitária, está envolvida com controle e gestão de custos dos produtos, elaboração de fichas técnicas e desenvolvimento de produtos, e elaboração e atualização de rotulagem. “Meu trabalho busca equilibrar diferentes aspectos: cuidar da segurança e da qualidade dos alimentos, atender às necessidades do consumidor e contribuir para que o produto seja viável para a empresa”, resume.

Para o consumidor existe a garantia de receber um produto se-



A nutricionista da Lisaruth, Liziane Hermes, ajuda a garantir produtos seguros para a empresa e o consumidor

guro, com qualidade, informações corretas na rotulagem e dentro dos padrões estabelecidos. Para a empresa, esse olhar técnico contribui para a qualidade e a segurança dos produtos, mas também para a organização e sustentabilidade do negócio.

www.grupopratofeito.com.br

31 de agosto, **Dia do Nutricionista**



Parabéns
Nutricionista

**Por trás de cada cardápio
colorido, nutritivo e saboroso,
há um nutricionista dedicado, que coloca
cuidado e amor em tudo o que faz!**

35 anos
grupo
prato feito
gastronomia e facilities

Sabores da tradição

Setembro se aproxima e, com ele, chegam os festejos da Semana Farroupilha, momento de celebrar as tradições e os sabores do Rio Grande do Sul. Que tal aproveitar a ocasião para preparar uma receita especial com ingredientes típicos da nossa terra? Para ajudar, a Cátia Leal, chef do curso de Gastronomia da Escola Senac Santa Cruz do Sul, preparou um delicioso Escondidinho, que reúne a cremosidade do aipim e o sabor marcante do charque. Uma sugestão saborosa para reunir a família e levar à mesa um pouco da cultura e da gastronomia gaúcha. Confira a receita!

ESCONDIDINHO DE CHARQUE

Purê de aipim

800g de aipim descascado
2 colheres de sopa de manteiga
100 ml de leite
50g de crème de leite
Sal a gosto
Noz-moscada a gosto



Direcione a câmera de seu celular para assistir ao vídeo da receita com a chef Cátia Leal

Modo de preparo

Cozinhe o aipim em água e sal até ficar bem macio. Depois de cozido, retire a fibra mais dura do centro e amasse (ou passe no processador) ainda quente. Depois de amassado misture os outros ingredientes do purê mexendo até ficar cremoso. Se precisar, coloque um pouco da água do cozimento.



Recheio de charque

400 g de charque (bovino, ovino ou suíno)
1 alho-poró cortado em meia lua
1 cebola grande fatiada
2 ou 3 dentes de alho picados
1 tomate sem sementes picado (pode ser molho de tomate, ou tomate pelati, ou tomate cereja confitado)
2 colheres de sopa de banha ou óleo
Pimenta-do-reino a gosto
2 colheres de sopa de salsa e cebolinha picadas (cheiro verde)
manjerona picada a gosto
1 pimentão vermelho em tiras
Páprica defumada a gosto

Modo de preparo

Corte o charque em pedaços e coloque em água. Deixe de molho, trocando a água algumas vezes. Depois cozinhe até ficar macio. Desfie (ou passe no processador) o charque e reserve.

Aqueça a banha em uma panela e refogue a cebola, o alho e o alho-poró. Depois de alguns minutos, acrescente o pimentão e o tomate e refogue bem. Adicione o charque desfiado e refogue por mais alguns minutos. Para não ficar seco, coloque um pouco da água do cozimento do aipim e finalize com a manjerona, o cheiro verde, a páprica defumada e a pimenta-do-reino.

Montagem

Divida o purê em duas partes. Numa travessa coloque uma camada do purê, uma do refogado e cubra com a outra parte do purê. Polvilhe queijo colonial ralado (ou muçarela) e orégano e leve ao forno pré-aquecido (170/180°), por aproximadamente 20 minutos. Antes de servir, coloque mais um pouco de cheiro verde e pimenta por cima.

Curso de
Confeitaria
Técnicas e bases - 80h

DEIXE O SEU
FUTURO MAIS DOCE

Senac Santa Cruz do Sul
Rua Venâncio Aires, 300
(51) 3376.6025
(51) 99210.5036

Senac Fecomércio
IFEP Sesc
Sindicatos Empresariais