Anais do XXVII Encontro de Iniciação à Docência
Pró-reitoria de graduação - ENID - 2025

https://periodicos.ufpb.br/ojs/index.php/enid/index

RESUMO SUBMETIDO AO XXVII ENID - 2025 - UFPB
MONITORIA EM PLANEJAMENTO DE REFEIÇÕES: A SUSTENTABILIDADE NA GESTÃO DE SOBRAS E RESTOS

Larissa Yasmim Costa do Nascimento;
Ana Karoline de Oliveira Barbosa;
Jossana Pereira de Sousa Guedes (Orientadora).

Programa de *Monitoria*
Campus III

RESUMO: A sustentabilidade no Planejamento de Refeições é um tema de crescente relevância, impulsionado por imperativos éticos, econômicos e ambientais. No contexto dos serviços de alimentação, a gestão de sobras e restos é um indicador crítico de boas práticas. O desperdício de alimentos, que pode atingir 15 a 20% da produção, é classificado como sobra limpa, alimentos produzidos, mas não distribuídos, e resto, alimentos devolvidos nos pratos. A redução desses índices é fundamental para a otimização de custos e a promoção de um sistema alimentar mais justo. Este resumo tem por objetivo relatar a experiência da monitoria na disciplina de Planejamento de Refeições do Curso Técnico em Nutrição e Dietética do CAVN, destacando a abordagem pedagógica utilizada para engajar os estudantes no tema da sustentabilidade, com foco na gestão e controle de sobras e restos. A monitoria foi estruturada em colaboração com a docente, buscando uma interação leve, dinâmica e compreensiva com os estudantes, dada a extensão da matéria. A estratégia pedagógica integrou a teoria e a prática, visando o engajamento. O uso de livros didáticos e a leitura foi incentivado durante a disciplina para aprofundamento e interação com o conteúdo. As atividades incluíram a elaboração de cardápios e visita técnica a um restaurante universitário, o que proporcionou aos estudantes a observação prática do funcionamento de uma unidade produtora de refeições e dos pontos críticos de desperdício. Além dessas atividades, foi realizada aula prática de planejamento e execução de um cardápio de almoço (salada tropical, arroz nutritivo, feijão preto, bife à rolê e purê de jerimum), com posterior avaliação de sobras e restos. Os estudantes utilizaram fichas técnicas padronizadas em momento anterior da disciplina e planejaram e executaram a produção do almoço para 22 comensais. O cardápio foi executado conforme as fichas, respeitando todas as etapas de preparo e cocção. Os resultados obtidos demonstraram valores de sobra total de 0,976 kg (12,17%) e restos alimentares de 0,278 kg (3,95%), índices que refletem um bom planejamento da produção. A proximidade do monitor com os estudantes da turma, mantida durante todo o processo, facilitou a troca de informações e o esclarecimento de dúvidas, consolidando o aprendizado. A integração do tema sustentabilidade nas atividades práticas reforça a importância do gerenciamento e controle do desperdício como uma competência essencial do futuro profissional Técnico em Nutrição e Dietética. Ações educativas para comensais e o treinamento de funcionários são estratégias-chave para manter as sobras e restos dentro dos limites aceitáveis. A monitoria demonstrou ser um instrumento eficaz para aprimorar o processo de ensino-aprendizagem, tornando o conteúdo de Planejamento de Refeições mais acessível e prático. A abordagem dinâmica e a integração de temas atuais, como a sustentabilidade e a gestão de sobras e restos, preparam os futuros Técnicos em Nutrição e Dietética para enfrentar os desafios reais do mercado de trabalho, promovendo a responsabilidade ética, econômica e ambiental na produção de refeições.