

DOI: 10.22481/recuesb.v10i17.9589

**AÇÕES DE CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE O APROVEITAMENTO INTEGRAL  
DOS ALIMENTOS EM UM RESTAURANTE UNIVERSITÁRIO DA PARAÍBA**

***AWARENESS ACTIONS ABOUT THE FULL USE OF FOOD IN A UNIVERSITY  
RESTAURANT IN PARAÍBA***

***ACCIONES DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE EL PLENO USO DE ALIMENTOS EN UN  
RESTAURANTE UNIVERSITARIO EN PARAÍBA***

Fernanda Fatima Costa Maciel<sup>1</sup>

Mayany Carolynny Germano de Araújo<sup>2</sup>

Lauany Maria dos Santos Barreto<sup>3</sup>

Nágila Cintia de Medeiros Silva<sup>4</sup>

Rayane Ráisse Fernandes da Silva<sup>5</sup>

Raphaela Veloso Rodrigues Dantas<sup>6</sup>

**Resumo:** O desperdício e a perda de alimentos ainda são uma dificuldade enfrentada em diversos países. Este fato dá-se, em alguns casos, pelo equívoco de acreditar que determinadas frações dos vegetais sejam insignificantes e comumente rejeitados. Aproveitar os alimentos integralmente reduz esse impacto somando-se aos benefícios nutricionais através de cascas, sementes e talos. Com isso, reduz-se o desperdício, o gasto com alimentação, melhora-se a

---

<sup>1</sup> Graduanda em Nutrição, pela Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), *campus* Cuité, Paraíba, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1607-0110> E-mail: [costafernanda909@gmail.com](mailto:costafernanda909@gmail.com)

<sup>2</sup> Graduanda em nutrição, Universidade Federal de Campina Grande(UFCG), *campus* Cuité, Cuité, Paraíba, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1730-4524> E-mail: [mayanycarolynny@gmail.com](mailto:mayanycarolynny@gmail.com)

<sup>3</sup> Graduanda em Nutrição, Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), *campus* Cuité, Paraíba, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-9743-1215> E-mail: [lauanybarreto251@gmail.com](mailto:lauanybarreto251@gmail.com)

<sup>4</sup> Graduanda em Nutrição, Universidade Federal de Campina Grande(UFCG), *campus* Cuité, Paraíba, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-2733-6693> E-mail: [nagimedeiros@hotmail.com](mailto:nagimedeiros@hotmail.com)

<sup>5</sup> Graduanda em Nutrição, Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), *campus* Cuité, Paraíba, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1202-6956> E-mail: [rayaneraysse@hotmail.com](mailto:rayaneraysse@hotmail.com)

<sup>6</sup> Doutora em Ciências da Nutrição, pela Universidade Federal da Paraíba. Docente da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), *campus* Cuité, Paraíba, Brasil. Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4350-7237> E-mail: [raphaelavrodrigues@yahoo.com.br](mailto:raphaelavrodrigues@yahoo.com.br)

qualidade nutricional da preparação e sua diversificação, pois em muitos alimentos o teor de nutrientes da parte não convencional é maior em relação às cascas e polpa. O presente trabalho teve como objetivo descrever as experiências sobre as ações de educação a respeito do aproveitamento integral dos alimentos e a elaboração de receitas, as quais usavam-se as partes não convencionais dos alimentos que seriam descartadas pelo Restaurante Universitário (RU), do Centro de Educação e Saúde (CES), da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), por meio do projeto de extensão universitária: Nutrição na luta pelo consumo sustentável: a prática dos 3Rs na produção de refeições - Renutri. Percebeu-se que a elaboração e degustação das preparações na prática podem trazer mudança de estilo e hábitos de todos os envolvidos na dinâmica. Dito isso, houve uma redução de lixo orgânico no restaurante universitário e uma promoção das receitas com rico valor nutricional, o que pode diversificar o cardápio do local, assim como favorece uma mudança na esfera econômica e sustentável de quem executa tais preparações em casa. Dessa forma, a comunidade participante beneficiou-se da ação realizada por meio do conhecimento de estratégias do consumo integral dos alimentos que podem ser aplicadas no cotidiano de forma prática e saudável.

**Palavras-chave:** Desperdício. Alimento Integral. Valor Nutricional.

***Abstract:** Waste and loss of food are still a difficulty faced in many countries. This fact is, in some cases, due to the mistake of believing that certain fractions of vegetables are insignificant and commonly rejected. Use food integrally reduces this impact, in addition to the nutritional benefits of husks, seeds and stalks. This reduces waste, reduces food costs, improves the nutritional quality of the preparation and its diversification, because in many foods the nutrient content of the non-conventional part is higher than the peel and pulp. This paper aimed to describe the experiences of educational actions regarding the full use of food and the preparation of recipes, which used the unconventional parts of the food that would be discarded by the university restaurant (RU) in the Education and Health Center (CES) of the Federal University of Campina Grande (UFCG), through the university extension project: Nutrition in the struggle for sustainable consumption: the practice of the 3Rs in the production of meals - Renutri. It was noticed that the development and tasting of preparations in practice can change the style and habits of everyone involved in the dynamics. There was a reduction in organic waste at the university restaurant and a promotion of recipes with rich nutritional value, which can diversify the local menu, as well as favoring a change in the economic and sustainable sphere of those who make such preparations at home. Therefore, the participating community benefited from the action carried out through the knowledge of strategies for the integral consumption of food that can be applied in a practical and healthy way in daily life.*

***Keywords:** Waste. Integral Food. Nutritional Value.*

***Resumen:** El desperdicio y la pérdida de alimentos sigue siendo una dificultad que enfrentan muchos países. Este hecho se debe, en algunos casos, al error de creer que determinadas fracciones de hortalizas son insignificantes y comúnmente rechazadas. El uso de alimentos en su totalidad reduce este impacto al agregar beneficios nutricionales a través de cáscaras, semillas y tallos. Con ello se reduce el desperdicio y gasto en alimentos, se mejora la calidad nutricional de la preparación y su diversificación, ya que en muchos alimentos el contenido de nutrientes de la parte no convencional es mayor en relación a la cáscara y pulpa. Este estudio tuvo como objetivo describir las experiencias de acciones educativas en cuanto al uso pleno de los alimentos y la elaboración de recetas, en las que se utilizaron las partes no convencionales de los alimentos que fueron tirados a la basura en el restaurante universitario (RU) del Centro de Educación y Salud. (CES), Universidad Federal de Campina Grande (UFCG), a través del*

*proyecto de extensión universitaria: Nutrición en la lucha por el consumo sostenible: la práctica de las 3R en la producción de harinas - Renutri. Se notó que la preparación y degustación de las preparaciones en la práctica puede cambiar el estilo y los hábitos de todos los involucrados en la dinámica. Dicho esto, hubo una reducción de los residuos orgánicos en el restaurante de la universidad y una promoción de recetas con rico valor nutricional, que pueden diversificar el menú local, además de favorecer un cambio en el ámbito económico y sostenible de quienes realizan tales preparaciones en hogar. Sin embargo, la comunidad participante se benefició de la acción realizada a través del conocimiento de estrategias para el consumo integral de alimentos que se pueden aplicar de manera práctica y saludable en la vida diaria.*

**Palabras clave:** Residuos. Comida Integral. Valor Nutricional.

## **Introdução**

A alimentação é a base da vida, sendo capaz de fornecer ao indivíduo energia e nutrientes, permitindo, assim, um equilíbrio ao organismo (GOMES; TEXEIRA, 2017). Com isso, a utilização integral dos alimentos é designada como uma maneira de agregar maior valor nutricional à alimentação, dado que, na maioria dos alimentos, grande parte dos nutrientes está contida na porção que é frequentemente descartada, além de ser uma técnica caracterizada por reduzir, de forma exacerbada, o lixo orgânico (DANTAS *et al.*, 2018). Posto isto, aproveitar integralmente os alimentos não faz bem somente ao meio ambiente e a sociedade, como também contribui para a construção de uma alimentação mais saudável, apresentando um elevado teor de micronutrientes e fibras na refeição (GOMES; TEIXEIRA, 2017).

Há diferentes possibilidades da utilização integral dos alimentos, visto que é preciso encontrar alternativas que ofereçam produtos que resultem das partes de valor nutricional dos alimentos, ou seja, aquelas que são descartadas, mas que cuja eficácia é comprovada, além de promoverem à redução no volume de resíduos gerados (SILVA *et al.*, 2020; CARVALHO; LIMA; ROCHA, 2015). O aproveitamento integral dos alimentos é identificado pela utilização de um determinado alimento na sua totalidade (GOMES; TEIXEIRA, 2017).

Desse modo, as sobras que são comumente descartadas e que podem ser utilizadas na formulação de receitas culinárias são as cascas, sementes e talos, as quais podem ser usadas em diferentes preparações, como bolos, sucos, doces, tortas salgadas, dentre outras. Esse aproveitamento aumenta o valor nutricional das receitas, visto que essas partes descartadas são

mais nutritivas que a parte usual do alimento como, por exemplo, as folhas verdes da couve-flor, que apesar de ser mais dura, contém ferro e é mais nutritiva que a própria couve (SILVA *et al.*, 2020; MARQUES *et al.*, 2010). No entanto, existe ainda pouco conhecimento da população acerca das formas de uso dos alimentos de maneira integral e este é um dos grandes motivos de desperdício, ainda mais pelo pouco conhecimento de seu alto valor nutricional (DANTAS *et al.*, 2018).

Assim, o espaço escolar, como também o da faculdade e o da comunidade se tornam locais privilegiados para se pôr em prática e disseminar a ideia de que a alimentação saudável e a utilização integral dos alimentos são fundamentais para a vida, propiciando a redução de desperdícios nesses locais. Diante do exposto, o objetivo do presente trabalho é descrever as experiências sobre as ações de educação a respeito do aproveitamento integral dos alimentos e a elaboração de receitas, as quais se usavam as partes não convencionais dos alimentos que seriam eliminados no lixo no Restaurante Universitário (RU), do Centro de Educação e Saúde (CES), da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), por meio do projeto de extensão universitária: Nutrição na luta pelo consumo sustentável: a prática dos 3Rs na produção de refeições - Renutri.

## **Metodologia**

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, de um projeto de extensão, intitulado Renutri, executado por discentes e docentes do curso de bacharelado em Nutrição do CES da UFCG na cidade de Cuité, na Paraíba, no período de agosto a dezembro de 2019.

Foram realizadas, primeiramente, ações educativas com os manipuladores de alimentos do RU visando a redução do lixo orgânico produzido no estabelecimento. Desse modo, realizou-se palestras educativas e conscientizadoras junto aos trabalhadores/as para promover ajustes de técnicas de pré-preparo e de conservação dos alimentos na sua rotina de trabalho. Tais ações foram desenvolvidas no RU para facilitar o acesso aos colaboradores, bem como melhorar a visualização e o entendimento das ações educativas por parte dos/das trabalhadores/as.

Após estas atividades, foi realizada uma avaliação do serviço para verificar quais alimentos eram desperdiçados. A partir disso, foram selecionadas parte dos resíduos orgânicos

que poderiam ser reutilizados na alimentação humana e elaborou-se preparações que faziam o uso integral desses alimentos. Esta fase foi desenvolvida nas dependências do Laboratório de Análise Sensorial e no Laboratório de Técnica e Dietética do CES/ UFCG, sendo elaborada a ficha técnica das preparações viáveis de serem incluídas no cardápio do RU.

A inclusão das preparações selecionadas considerou a viabilidade da execução e disponibilidade dos operários. Além disso, realizou-se um treinamento com os/as trabalhadores/as para execução das preparações, bem como de ações educativas junto aos comensais do RU, abordando a importância do consumo sustentável dos alimentos.

## **Resultados e discussão**

Inicialmente foi listada uma série de estratégias que podem ser utilizadas para desenvolver uma atividade sustentável em uma Unidade de Alimentação e Nutrição, que foram baseadas em estudos, dentre as estratégias estão: educação e conscientização de colaboradores e comensais; elaboração de cardápios sustentáveis com técnicas adequadas relacionadas ao preparo; a qualidade nutricional e o aspecto sensorial das refeições; descarte apropriado do lixo, para evitar poluição e contaminação (SILVA *et al.*, 2020; VEIROS; PROENÇA, 2010).

Sendo assim, realizou-se a ação de conscientização com os/as manipuladores/as do RU, com a finalidade de viabilizar uma melhor concepção sobre o benefício da aplicação do alimento íntegro na preparação de uma refeição, impulsioná-los a aplicar a técnica mencionada na elaboração dos pratos alimentícios do estabelecimento e, por fim, reduzir o lixo orgânico produzido no final do dia. A iniciativa contou com a participação de 9 manipuladores, na faixa etária de 25 a 50 anos, no RU, em que por meio do auxílio da televisão e do computador, do local referenciado, foi possível realizar a atividade. Para tal, utilizou-se de recursos audiovisuais, como os slides, os quais continham imagens e textos informativos para proporcionar uma compreensão dos assuntos propostos, de forma simplificada e objetiva, visando facilitar o entendimento dos/das trabalhadores/as, dado que a maioria não detém acesso ao ensino superior. Destarte, ocorreu, a apresentação da equipe e, subsequentemente, a difusão do projeto e a sua devida finalidade.

A princípio, foram abordados os seguintes tópicos: “O desperdício alimentar” com a explanação dos dados referentes ao desperdício de alimentos no RU e o percentual do desperdício na população mundial. Ainda, foi possível exibir as estatísticas das pessoas que

estavam em situação de miséria ou insegurança alimentar e nutricional, no estado da Paraíba, fazendo um parâmetro com a quantidade de pessoas que poderiam ser alimentadas, mostrando, assim, uma estratégia para reverter esse quadro a partir do uso do alimento em sua totalidade.

Segundo os dados obtidos pelo Inquérito Nacional sobre Insegurança Alimentar no Contexto da Pandemia da Covid-19 (VIGISAN), no Brasil, no ano de 2021 a 2022, cerca de 58,7% da população brasileira convive com a insegurança alimentar e nutricional (IAN), resultando em 125,2 milhões de brasileiros em IAN e mais de 33 milhões de pessoas em situação de fome. O caso torna-se mais preocupante nas regiões Norte e Nordeste do país, em que a IAN era realidade em 54,6% e 43,6% das residências e o acesso íntegro aos alimentos existia em apenas 20,1% (Norte) e 16,4% (Nordeste) das moradias.

Em paralelo, o desperdício de alimentos ainda é presente nas Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN), mesmo com tantas pessoas passando fome, pode-se verificar durante uma pesquisa coletada, no decorrer de 5 dias, em um restaurante popular no Paraná, o qual fornece cerca de 1.000 refeições de segunda a sexta feira, uma quantidade de 332,58 kg/dia de sobra limpa advinda do estabelecimento, o qual é capaz de alimentar em torno de 534 indivíduos (CANONICO; PAGAMUNICI; RUIZ, 2014).

Ainda que haja um grande desperdício alimentar, vale ressaltar que há possibilidades de controlar ou até mesmo diminuir esse desperdício, ou seja, a implementação e desenvolvimento de algumas mudanças, como práticas de aproveitamento, que podem ser utilizadas ainda na fase de pré-preparo das refeições. Sendo assim, é possível citar algumas medidas que podem ser adotadas, como: o planejamento e a execução do cardápio pré-estabelecido, pré-preparo e preparo das refeições definidos, controle de índice do resto-ingestão, como também o índice de aceitação do cardápio ofertado (PROENÇA; NISHIDA, 2019).

Durante a exploração do tópico “O aproveitamento integral dos alimentos” foi mencionado o conceito e os benefícios da ingestão do alimento íntegro na saúde do consumidor, destacando-se a existência de um maior teor de micronutrientes e fibras nas aparas quando comparada com os pedaços convencionais. Na abordagem das “Técnicas de Cocção”, discutiu-se sobre os alimentos que poderiam ser aproveitados nas preparações, como as folhas, talos, cascas, entrecascas e sementes. Também, abordou-se sobre os métodos para usufruir o vegetal por inteiro, eliminando somente a sua raiz.

Quando explorado o tópico “Receitas”, abordaram-se algumas alternativas do uso integral dos alimentos para conscientizar os manipuladores sobre a problemática, como também

foi apresentada a receita do Doce da Entrecasca da Melancia para ser produzido e ofertado aos comensais da unidade. Ao término da palestra de capacitação, realizou-se a entrega de chaveiros com mensagens simbólicas para fortalecer o vínculo com os funcionários e manter uma boa comunicação, além de incentivá-los a realizar o procedimento, porque os operários foram designados como tendo os cargos essenciais para o progresso da ação.

Após esta atividade, foi executada uma ação educativa com o público atendido pelo RU, com o propósito de sensibilizá-los quanto a questão do elevado desperdício de sobras sujas da unidade alimentar, além de orientá-los sobre o aproveitamento integral dos alimentos, objetivando impulsioná-los a executar este recurso em suas residências. Para tanto, utilizou-se de materiais didáticos que atraíssem a atenção das pessoas, como panfletos e banner, conforme apresentado na Figura 1, a seguir.

**Figura 1 – Atividade educativa com os alunos no RU, exposição do banner. Cuité, Paraíba, Brasil, 2019.**



Fonte: MACIEL *et al.*, 2021.

Em vista disso, as extensionistas abordavam os alunos, antes de entrar no RU, elucidando, de maneira breve e descomplicada, sobre o consumo alimentar e a sustentabilidade frente ao impacto ao meio ambiente e a sociedade. Após essa conversa, entregava-se o panfleto e um questionário a cada usuário, com o intuito de avaliar o perfil dos estudantes com relação a esta temática, conforme a Figura 2.

**Figura 2 – Educação alimentar e nutricional no RU, através da entrega de panfletos instrutivos a respeito da sustentabilidade alimentar aos comensais do local. Cuité, Paraíba, Brasil, 2019.**



Fonte: MACIEL *et al.*, 2021.

Posteriormente, entre os meses de setembro a dezembro, foram realizadas as preparações culinárias com a técnica supramencionada, para minimizar o desperdício na Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN). Sendo assim, foram elaboradas diversas preparações onde as extensionistas selecionavam e repassavam as receitas, contendo os ingredientes e o modo de preparo, para a nutricionista, responsável técnica (RT) da unidade. Desse modo, a mesma calculava, conforme o número de usuários, o quantitativo dos insumos



necessários para execução dos pratos. Após, os cardápios eram produzidos e fornecidos pelos manipuladores aos comensais, durante o período do almoço ou jantar.

O primeiro produto a ser desenvolvido foi o doce da entrecasca da melancia, utilizando as sobras que eram habitualmente inutilizadas e, conseqüentemente, jogadas no lixo. Em seguida, elaborou-se a torta salgada de legumes, a farofa temperada, os bolinhos de talos e folhas, os quais usavam-se as aparas de alimentos, como: coentro, tomate, cebola, couve, acelga, cenoura, brócolis entre outros.

Um trabalho também desenvolvido nesse mesmo RU, em dezembro de 2017, fora elaborado várias preparações, dentre elas o doce da entrecasca da melancia e realizada a análise sensorial com amostras de 36 comensais, o resultado foi de 8,33% adoraram; 69,44% gostaram; assim 19,44% acharam regular e apenas 2,78% dos comensais não gostaram (ARAÚJO *et al.*, 2018). Assim, pode-se compreender que essa preparação tem uma boa aceitabilidade e é uma ótima opção para sobremesa.

Em suma, o aroma e o sabor que são considerados os atributos mais relevantes no teste sensorial, possuem direta influência na aceitação ou não do produto a ser analisado (BRESSIANI *et al.*, 2017; ALAMANOU *et al.*, 1996). Dessa forma, por preparações baseadas no aproveitamento integral, além da possibilidade da redução no desperdício dos alimentos, também ocorre a melhora no aspecto nutricional das refeições com alimentos de baixo custo, e têm-se o favorecimento das questões socioambientais (BRESSIANI *et al.*, 2017; HARDISSON *et al.*, 2001; GONDIM *et al.*, 2005).

Por fim, pode-se perceber um *feedback* positivo dos usuários do RU quanto as preparações alimentares, visto que foi observado uma redução das sobras sujas e o interesse pelos pratos mencionados, por conter uma textura e palatabilidade agradável. Também, com relação aos manipuladores percebeu-se uma boa adesão a temática do projeto, dado que foi relatado uma boa produtividade e conhecimento, entendendo assim a relevância da aplicação dessa técnica para o desenvolvimento socioambiental. Além disso, a extensão foi um elo essencial entre os discentes e a comunidade extra acadêmica, contribuindo assim para uma comunicação real e consolidada entre os dois públicos. Assim, o projeto foi de grande valia para todos os discentes envolvidos já que obteve uma grande contribuição na área acadêmica como na área social.

Posto isso, é de suma importância que o estabelecimento tenha conhecimento sobre estas informações, em razão que a implantação do aproveitamento integral dos alimentos é

caracterizada por ser um procedimento simples, de fácil acesso e custo benefício alto, além de deixar a preparação saborosa e prazerosa, considerado útil para substituir as refeições a base de alimentos ultraprocessados.

## Conclusão

A comunidade participante se beneficiou das ações realizadas por meio do conhecimento de estratégias do consumo integral dos alimentos que podem ser aplicadas no cotidiano de forma prática e saudável. Torna-se evidente que com a elaboração das receitas no RU houve a utilização das aparas de frutas, vegetais e hortaliças que não eram utilizadas, promovendo a redução do lixo orgânico dessa unidade de alimentação, bem como o aumento do suporte nutricional das preparações. Desse modo, a educação nutricional deve propagar-se, com o intuito de tornar o indivíduo crítico, para que ele possa questionar suas escolhas e compreender se as mesmas são favoráveis a ele e a um futuro sustentável.

## Referências

- ALAMANOU, S. *et al.* Influence of protein isolate from lupin seeds (*Lupinus albus. ssp. Graecus*) on processing and quality characteristics of frankfurters. **Meat Science**, v. 42, n. 1, p.79-93, 1996.
- ARAÚJO, L. R. G. *et al.* Aproveitamento Integral de Alimentos em um Restaurante Universitário em Expansão. In: CONBRACIS, 3., 2018, Campina Grande. Anais [...]. Campina Grande: Realize Editora, 2018.
- BRESSIANI, J. *et al.* Desperdício alimentar X aproveitamento integral de alimentos: elaboração de bolo de casca de banana. **Uniciências**, v. 21, n. 1, p. 39-44, 2017.
- CANONICO, F. S.; PAGAMUNICI, L. M.; RUIZ, S. P. Avaliação de sobras e resto ingesta de um restaurante popular do município de Maringá-PR. **Revista UNINGÁ Review**, v. 19, n. 2, p. 5-8, 2014.
- CARVALHO, J. G.; LIMA, J. P.; ROCHA, A. Desperdício alimentar e satisfação do consumidor com o serviço de alimentação da Escola de Hotelaria e Turismo de Coimbra, Portugal. **Demetra Alimentação, Nutrição & Saúde**, v. 10, n. 2, p. 405-418, 2015.
- DANTAS, E. N. D. A. *et al.* A importância do Aproveitamento Integral dos Alimentos. **International Journal of Nutrology**, v. 11, n. 1, 2018.

GOMES, M. E. M.; TEIXEIRA, C. Aproveitamento integral dos alimentos: qualidade nutricional e consciência ambiental no ambiente escolar. **Ensino, Saúde e Ambiente**, v. 10, n. 1, p. 203-217, 2017.

GONDIM, J. A. M. *et al.* Composição centesimal e de minerais em cascas de frutas. **Ciência e Tecnologia de Alimentos**, Campinas, v. 25, n. 4, p. 825-827, out./dez. 2005.

HARDISSON, A. *et al.* Mineral composition of the banana (*Musa acuminata*) from the island of Tenerife. **Food Chemistry**, v. 73, n. 2, p. 153-161, May 2001.

MARQUES, A. *et al.* Composição centesimal e de minerais de casca e polpa de manga (*Mangifera indica L.*) cv. Tommy Atkins. **Revista Brasileira de Fruticultura**, v. 32, n. 4, p. 1206-1210, 2010.

PROENÇA, M. W.; NISHIDA, W. Aproveitamento integral dos alimentos em uma Unidade de Alimentação e Nutrição: elaboração de cartilha com dicas e receitas. **Journal of the Health Sciences Institute**, v. 37, n. 3, p. 234-239, 2019.

SILVA, B. L. *et al.* Sustentabilidade em unidades de alimentação e nutrição (UANS). **Saber Científico**, v. 9, n. 2, p. 105-112, 2020.

VEIROS, M. B.; PROENÇA, R. P. C. Princípios da sustentabilidade na produção de refeições. **Nutrição em Pauta**, São Paulo, p. 45-49, maio/jun. 2010.

Recebido: 30.09.2021

Aceito: 04.04.2022



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



Este trabalho está licenciado com uma Licença [Creative Commons - Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).