



# Ficha técnica de preparo (FTP)

---

Informa sobre o uso da ficha técnica de preparo de alimentos para elaboração de cardápios

---

Agência USP de Inovação

---

Janeiro/2018



Resposta Técnica	BUENO, Priscilla Mara Ficha técnica de preparo (FTP) Agência USP de Inovação 29/1/2018 Informa sobre o uso da ficha técnica de preparo de alimentos para elaboração de cardápios
<b>Demanda</b>	<b>Como elaborar fichas técnicas de preparação culinária?</b>
Assunto	Atividades de profissionais da nutrição
Palavras-chave	Alimento; cardápio; ficha técnica; nutrição; nutrição humana



Salvo indicação contrária, este conteúdo está licenciado sob a proteção da Licença de Atribuição 3.0 da Creative Commons. É permitida a cópia, distribuição e execução desta obra - bem como as obras derivadas criadas a partir dela - desde que criem obras não comerciais e sejam dados os créditos ao autor, com menção ao: Serviço Brasileiro de Respostas Técnicas - <http://www.respostatecnica.org.br>

Para os termos desta licença, visite: <http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/>

O Serviço Brasileiro de Respostas Técnicas – SBRT fornece soluções de informação tecnológica sob medida, relacionadas aos processos produtivos das Micro e Pequenas Empresas. Ele é estruturado em rede, sendo operacionalizado por centros de pesquisa, universidades, centros de educação profissional e tecnologias industriais, bem como associações que promovam a interface entre a oferta e a demanda tecnológica. O SBRT é apoiado pelo Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas – SEBRAE e pelo Ministério da Ciência Tecnologia e Inovação – MCTI e de seus institutos: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – CNPq e Instituto Brasileiro de Informação em Ciência e Tecnologia – IBICT.



TECPAR

IEL FIEMG



FIERGS SENAI



SENAI



Ministério da  
Ciência, Tecnologia  
e Inovação



## Solução apresentada

### Introdução

A alimentação é uma das ações mais importantes realizada pelos seres humanos, e por isso ela envolve diversos aspectos que abrangem desde a produção dos alimentos até as alterações nas refeições e sua distribuição às pessoas. Unidades de Alimentação e Nutrição (UAN) são locais com a função principal de ofertar uma refeição adequada nutricionalmente, conforme as características da clientela, além de terem a responsabilidade de apresentar um bom nível de salubridade (PASSOS, 2008).

Um cardápio, quando bem planejado por um nutricionista, torna-se um instrumento de promoção de educação nutricional, pois auxilia na prevenção do surgimento de doenças e promove a saúde (PASSOS, 2008). Seu objetivo é programar refeições de forma técnica, para que atendam a pré-requisitos importantes como, características nutricionais dos clientes, hábitos alimentares e qualidade sanitária/higiene. Um cardápio também precisa se adequar às necessidades dos mercados, à capacidade de produção da UAN e responder às necessidades de nutrição (AKUTSU *et al.*, 2005).

### Ficha técnica de preparo

Para assegurar que um planejamento de cardápio tenha um padrão de qualidade, o nutricionista precisa elaborar uma Ficha Técnica de Preparo (FTP). A FTP é “um instrumento gerencial de apoio operacional, pelo qual se fazem o levantamento dos custos, a ordenação do preparo e o cálculo do valor nutricional da preparação”. Nesta ficha, constarão informações importantes como ingredientes que serão usados, a quantidade adicionada, o rendimento da porção, o modo de preparo, o tempo total de preparo, dentre outras, que facilitarão o trabalho do nutricionista e do funcionário que executará a tarefa (AKUTSU *et al.*, 2005; PASSOS, 2008).


FICHA TÉCNICA							
Item: <b>Creme de milho</b>				Preço de custo por receita: R\$ 11,31			
Classificação: <b>Guarnição</b>				Preço de custo por porção: R\$ 2,26			
Número de porções: <b>20</b>				Preço de venda por receita: R\$ 45,22			
Peso da porção: <b>80 gramas</b>				Preço de venda por porção: R\$ 11,31			
Ingrediente	PB	Unidade	Aproveitamento ou FC	PL	Custo bruto unitário (R\$)	Custo bruto total (R\$)	Observações
Milho em lata	0,900	Kg	100%	0,900	4,29	3,90	
Farinha de trigo	0,120	Kg	100%	0,120	1,10	0,13	
Manteiga sem sal	0,800	Kg	100%	0,800	5,50	4,40	
Leite integral	1,600	Litro	100%	1,600	1,14	1,82	
Cebola	0,094	Kg	85%	0,080	1,15	0,11	
Alho	0,018	Kg	85%	0,015	4,70	0,08	
Louro seco	0,020	Kg	100%	0,020	12,00	0,26	
Sal	0,010	Kg	100%	0,010	0,80	0,01	
Noz moscada	0,010	kg	100%	0,10	59,00	0,59	
<b>Tempo de preparo: 30 min</b>				<b>Custo total: 11,31</b>			
Equipamentos necessários: - Fogão industrial - Processador de alimentos				<b>Modo de preparo:</b> 1. Picar a cebola em brunoise e o alho em cubos pequenos. 2. Triturar o milho em pedaços pequenos. 3. Em uma panela de tamanho pequeno, derreter a manteiga, juntar a farinha e preparar o roux branco (1 a 2 min). 4. Em uma panela de tamanho grande, aquecer o leite, a cebola, o alho e o louro. 5. Juntar o leite aquecido com o roux e mexer até engrossar. 6. Juntar o milho e temperar com sal e noz moscada.			
Informação nutricional	<b>Total</b>	<b>Porção</b>					
Valor Calórico	2400 kcal	120 kcal					
Carboidratos	300g	15g					
Proteínas	60g	3g					
Lipídios	106,67g	5,3g					
Colesterol	800 mg	40 mg					
Fibra alimentar	60g	3g					
Sódio	6400 mg	320 mg					

Figura 1 – Ficha técnica de preparo

Fonte: (SILVA; SLATER, [201-]).

Pela FTP é possível obter dados relevantes, referente ao fator de correção e cocção, composição centesimal em macro e micronutrientes de preparação, per capita, rendimento e numero de porções. Estes dados são permitem um maior controle financeiro, além de auxiliarem na composição nutricional. A FTP também é uma ferramenta de controle dos gêneros e cálculo do cardápio, onde todos os ingredientes estarão separados, assim como os equipamentos a serem usados. As etapas e o tempo de processo, assim como a ordem e as quantidades de ingredientes usados, também estarão descritas na FTP (AKUTSU *et al.*, 2005).

Segundo Akutsu *et al.* (2005):

A descrição precisa dos equipamentos utilizados no processo ajuda no planejamento do cardápio, possibilitando a execução de preparações adequadas aos equipamentos, pessoal e tempo disponíveis. A definição de fatores de correção das preparações facilita o planejamento e a confecção da lista de compras e efetivas aquisições aleatórias que acarretam elevação dos custos. Os fatores de correção também são importantes formas de avaliar a necessidade de treinamento para os funcionários e de controlar o desperdício na unidade. Como cada ficha possui a composição centesimal da preparação, é possível combiná-las de tal forma que se obtenha um cardápio equilibrado e balanceado, do ponto de vista nutricional, e também garante ao cliente que determinada preparação terá sempre o mesmo aspecto físico e sensorial, garantia essa que o tornará satisfeito e fiel à empresa.

Desse modo, as FTP fornecem instruções e informações, que irão orientar o modo e o uso de equipamentos, utensílios e produtos no processo de elaboração dos alimentos. Implementá-las, pode favorecer as categorias envolvidas no processo de produção, pois simplifica o trabalho do profissional de nutrição, proporciona um aprimoramento dos funcionários e ainda permite a melhoria da saúde da população (AKUTSU *et al.*, 2005).

### Conclusões e recomendações

A seguinte Resposta Técnica buscou apresentar informações sobre fichas técnicas de preparo e sua importância na produção de cardápios em unidades de alimentação nutricional (UANs). Como estas fichas técnicas necessitam ser produzidas por nutricionistas, recomenda-se o contato com consultorias de nutrição, pois estas são especializadas na elaboração deste documento.

Recomenda-se a leitura dos seguintes documentos:

AKUTSU, R. C. et al. A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições. **Revista de Nutrição**, Campinas, nº18 (2): 277-279, mar./abr., 2005. Disponível em:

<[http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/2114/1/ARTIGO\\_FichaTecnicaPreparacao.pdf](http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/2114/1/ARTIGO_FichaTecnicaPreparacao.pdf)>.

Acesso em: 29 jan. 2018.

CABRAL, H. C. C.; MORAIS, M. P.; CARVALHO, A. C. M. S. Composição nutricional e custo de preparações de restaurantes por peso. **Demetra**, Rio de Janeiro, v.8, nº1, 23-38, 2013.

Disponível em: <<http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/demetra/article/viewFile/3597/4355>>. Acesso em: 29 jan. 2018.

CASTRO, D. S. et al. Implantação de fichas técnicas de preparo para a padronização de processos produtivos em UAN. **Informativo técnico do semiárido**, Pombal, v.7, n.1, p. 106-110, jan./dez., 201. Disponível em:<

<http://www.gvaa.com.br/revista/index.php/INTESA/article/viewFile/2285/1782>>. Acesso em:

29 jan. 2018.

MENDES, K. A. *et al.* Ficha técnica de preparo (FTP): uma ferramenta de padronização para novos produtos à base de pescado. In: XXV CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE ALIMENTOS. 2016, Gramado. **Anais...** Gramado: FAURGS, 2016.

Disponível em: <<http://www.ufrgs.br/sbctars-eventos/xxvcbcta/anais/files/447.pdf>>. Acesso em: 29 jan. 2018.

SERVIÇO BRASILEIRO DE APOIO ÀS MICRO E PEQUENAS EMPRESAS – SEBRAE.

**Gostar de cozinhar não é o bastante para empreender em gastronomia:** perfil de negócios em gastronomia. Recife, 2014. Disponível em:

<<http://www.sebrae.com.br/Sebrae/Portal%20Sebrae/UFs/PE/Anexos/Perfil-de-neg%C3%B3cios-Gastronomia.pdf>>. Acesso em: 29 jan. 2018.

SOUZA, L. V.; MARSI, T. C. O. Importância da ficha técnica em UANs: produção e custos de preparações/refeições. **Journal of the Health Sciences Institute**, São Paulo, v.33, nº 3, p.248-53, 2015. Disponível em: [https://www.unip.br/presencial/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2015/03\\_jul-set/V33\\_n3\\_2015\\_p248a253.pdf](https://www.unip.br/presencial/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2015/03_jul-set/V33_n3_2015_p248a253.pdf)>. Acesso em: 29 jan. 2018.

Sugere-se também, o contato com as seguintes instituições que poderão lhe fornecer maiores informações sobre o assunto:

#### **ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DAS EMPRESAS DE REFEIÇÕES COLETIVAS – ABERC**

Rua Estela, 515 – Paraíso

São Paulo/SP

CEP: 04011-904

Tel.: (11) 5572-9070

Site: <<http://www.aberc.com.br/>>. Acesso em: 29 jan. 2018

#### **ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DAS INDÚSTRIAS DA ALIMENTAÇÃO – ABIA**

Avenida Brigadeiro Faria Lima, 1478, 11 andar – Jardim Paulista

São Paulo/SP

CEP: 01451-001

Tel.: (11) 3030-1353 / 4380-2020

E-mail: <[abia@abia.org.br](mailto:abia@abia.org.br)>.

Site: <<http://www.abia.org.br/vsn/>>. Acesso em: 29 jan. 2018.

#### **ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE NUTRIÇÃO - APAN**

Av. Pacaembu, 746, 10º andar – Barra Funda

São Paulo/SP

Cep: 01234-000

Tel.: 911) 3255-2187

E-mail: <[apanutri@apanutri.com.br](mailto:apanutri@apanutri.com.br)>.

Site: <<http://www.apanutri.com.br/>>. Acesso em: 29 jan. 2018.

#### **EMPRESA JÚNIOR DOS ESTUDANTES DE NUTRIÇÃO DA UNESP DE BOTUCATU – EJENUTRI**

Distrito de Rubião Júnior, s/n - Rubião Júnior

Botucatu/SP

CEP: 18610-970

Tel.: (14) 3880-2001

E-mail: <[ejenutri.unesp@gmail.com](mailto:ejenutri.unesp@gmail.com)>.

Site: <<http://www.ibb.unesp.br/#!/extensao/ejenutri/principal/>>. Acesso em: 29 jan. 2018.

#### **NUTRI JUNIOR (UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO – USP)**

Av. Dr. Arnaldo, 715 – Pacaembu

São Paulo/SP

CEP: 01246-904

Tel.: (19) 99301-8110

E-mail: <[nutrijr.empresa@gmail.com](mailto:nutrijr.empresa@gmail.com)>.

Site: <<https://www.nutrijr.com.br/>>. Acesso em: 29 jan. 2018.

#### **Fontes consultadas**

AKUTSU, R. C. et al. A ficha técnica de preparação como instrumento de qualidade na produção de refeições. **Revista de Nutrição**, Campinas, nº18 (2): 277-279, mar./abr., 2005. Disponível em: <[http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/2114/1/ARTIGO\\_FichaTecnicaPreparacao.pdf](http://repositorio.unb.br/bitstream/10482/2114/1/ARTIGO_FichaTecnicaPreparacao.pdf)>. Acesso em: 29 jan. 2018.

PASSOS, A. L. A. P. **Análise do cardápio de uma unidade de alimentação e nutrição institucional em Brasília – DF, segundo o método “Avaliação qualitativa das preparações do cardápio”**. 2008. Trabalho de conclusão de curso (Especialização em

Gastronomia e Saúde) – Centro de Excelência em Turismo, Universidade de Brasília (UNB), Brasília, 2008. Disponível em: <[http://bdm.unb.br/bitstream/10483/341/1/2008\\_AnaLuizaAraujoPassos.pdf](http://bdm.unb.br/bitstream/10483/341/1/2008_AnaLuizaAraujoPassos.pdf)>. Acesso em: 29 jan. 2018.

SILVA, M. E. M. P. **Ficha técnica de preparo**. [201-]. Tamanho 364KB. Formato JPEG. Disponível em: <<https://edisciplinas.usp.br/mod/resource/view.php?id=1423453>>. Acesso em: 29 jan. 2018.