

MIX DE FRUTAS SECAS E OLEAGINOSAS: PROPOSTA DE UM NOVO PRODUTO PARA COMERCIALIZAÇÃO EM DOURADOS-MS

Lorrainy Ramires Silva^{1*}, Luana Ale Bertoncello¹, Bruna Menegassi¹.

1. Universidade Federal da Grande Dourados - UFPGD.

* Autor para contato: lorrainysilva1995@gmail.com

O mix de frutas secas e oleaginosas vem ganhando cada vez mais seu espaço no mercado da nutrição por ser uma opção de lanche prático e saudável. Beneficamente, apresentam em sua composição uma importante fonte de aminoácido essencial chamado Triptofano, este responsável pela atuação dos hormônios Leptina (saciedade), Grelina (fome) e Serotonina (sono). Nessa perspectiva, o presente trabalho tem por objetivo elaborar um mix de frutas secas e oleaginosas para comercialização em um restaurante localizado no município de Dourados-MS, em seu horário de funcionamento. O planejamento foi realizado no campo concedente de estágio, no primeiro semestre de 2020. Num primeiro momento foi feito um levantamento das variedades de frutos e oleaginosas. A escolha da composição do mix (Ameixa seca, Damasco seco, Uva passa, Castanha-do-Brasil, Noz pecan e Amendoim) foi baseada em consideração às propostas da nutricionista e proprietária do estabelecimento. Com a escolha das matérias-primas, foi realizada a pesquisa de preços em três diferentes mercados a granel da região a fim de custear o mix e estudar as possibilidades economicamente viáveis. O peso final e informação nutricional do produto foi obtido através de mensuração em balança semi-analítica utilizando o peso médio de três valores diferentes e para composição nutricional como referência a Tabela de Composição Brasileira (TACO). O mix foi armazenado em sacos plásticos com identificação e com peso em média de 37g, devido à impossibilidade de padronizar pesos iguais para cada item do mix. Utilizando os dados da TACO estimamos o valor nutricional do produto em 37g, que apresentou 162kcal, 3,38g de proteína, 14,5g de carboidrato, 10,16g de lipídeo e quantidade

significativa de alguns minerais como: Cálcio (31,31mg), Fósforo (110,17mg) e Magnésio (47,49mg). Para mais informações e como uma estratégia de demonstração do produto, foi elaborado um banner contendo informações nutricionais e benefícios para a saúde de cada componente do mix. Pensando numa proposta saudável e prática de lanche, o mix de frutas secas e oleaginosas atendeu às expectativas da nutricionista. Num cenário pandêmico como estamos vivendo, reinventar-se e utilizar novos artifícios para atrair o público, por menores que sejam, agregam valor e traz um diferencial para o restaurante

Palavras-chave: Alimentação e nutrição, Composição dos alimentos, Vendas.