

135

COMPOSIÇÃO CENTESIMAL E VALOR ENERGÉTICO DE PRATOS TRADICIONAIS DO RIO GRANDE DO SUL. *Carolina de Marco Veríssimo, Cássia Regina Nespolo, Fernanda Arboite de Oliveira, Bruno Dalmagro Vivan, Paula Cilene Pereira dos Santos (orient.)* (IPA).

As tabelas de composição química de alimentos usadas no Brasil são incompletas, dificultando sua utilização em ações de saúde. Com base nisso, realizou-se levantamento na literatura sobre pratos tradicionais do RS, representativos de quatro etnias formadoras do nosso estado: italiana, alemã, africana e campeira. Selecionou-se dois pratos de cada etnia, sendo respectivamente: sagu, pudim de leite, macarrão ao sugo e polenta; apfelstrudel, torta de requeijão, salada de batata e carne de porco com batata doce; quindim, pé-de-moleque, feijoada e quibebe; ambrosia, arroz de leite, carreteiro de charque e feijão mexido. A elaboração das receitas, conforme a literatura, foi feita na Unidade de Alimentação e Nutrição (UAN) do IPA. Após coleta em triplicata das amostras, determinou-se a composição centesimal no Laboratório de Análise de Alimentos - IPA, de acordo com as Normas Analíticas do Instituto Adolfo Lutz. Confrontamos os resultados obtidos com os valores que constam nas principais tabelas de composição de alimentos da literatura: TBCA/USP, TACO/UNICAMP, FRANCO e IBGE. A comparação entre os resultados apresentou muitas diferenças em relação às diversas frações da composição centesimal das receitas. Além disso, a análise laboratorial demonstrou que a maioria das receitas gaúchas possui alto conteúdo lipídico e valor energético e, desta forma, contribuem para grande percentual da ingestão diária recomendada.