



## 1. Cardápio da Semana

13/04 a 17/04 – Segunda à Sexta

Dia da Semana	Cardápio Convencional	Cardápio Vegetariano
Segunda - 13/04	Isca bovina/Purê de batatas	PTS acebolado/Purê de batatas
Terça -14/04	Frango com pimentão ao molho shoyu/Farofa com bacon	Grão de bico ao molho com pimentão/Farofa
Quarta - 15/04	Coxinha da asa /Polenta	Lentilha ao molho/Polenta
Quinta - 16/04	Carne de panela/Creme de milho	PTS crocante/Creme de milho / Milho com legumes
Sexta - 17/04	Estrogonofe de frango/Batata palha	Estrogonofe de grão de bico/Batata palha

\* Os cardápios podem sofrer alterações sem aviso prévio.

## 2. Movimento da Semana

30/03 a 03/04 – Segunda à Sexta

Dia da Semana	Café da Manhã	Almoço	Janta	Total do Dia
Segunda - 30/03	207	1.947	848	3.002
Terça - 31/03	215	2.021	793	3.029
Quarta - 01/04	219	2.080	824	3.123
Quinta - 02/04	171	1.615	-	1.786
Sexta - 03/04	Feriado	Feriado	Feriado	Feriado
<b>Total Geral</b>	<b>812</b>	<b>7.663</b>	<b>2.465</b>	<b>10.940</b>
Média	203	1.916	822	2.735
Desvio padrão	22	208	28	635
Mediana	211	1.984	824	3.016
Assimetria	-1,70	-1,60	-0,38	-1,96
Curtose	2,92	2,66	2,47	3,87

Fonte: RU (2026).

### 3. Pesquisa acadêmica revela que cardápio do Restaurante Universitário atinge altos índices de aprovação nutricional e sensorial

**Autores:** Jordania Lima de Souza Setubal, Amábile Mariano Marques, Angela Pierina dos Reis Buzzo, Bruna Carla Leite Viana, Elienae da Silva Gomes, Gabrieli de França Tonhão, Julie Suzan da Silva, Luana Morais Antonini e Simone Maria Altoé Porto.



Uma análise detalhada das refeições servidas no Restaurante Universitário da Universidade Estadual de Maringá (RU/UEM) confirmou o que muitos estudantes já sentiam no dia a dia: a comida é saudável, equilibrada e segue rigorosos padrões de qualidade. O estudo, publicado recentemente na revista Aurum (ISSN: 3085-7783), aplicou o método de Avaliação Qualitativa das Preparações do Cardápio (AQPC) para monitorar 82 dias de serviço entre os meses de abril e julho de 2025.

#### **Destaques Positivos: Frutas e Zero Fritura**

O levantamento trouxe dados expressivos sobre o compromisso do RU com a saúde da comunidade universitária:

- **Frutas em abundância:** Presentes em **94%** dos dias avaliados, garantindo o aporte de vitaminas e fibras.
- **Vegetais garantidos:** O consumo de folhosos foi registrado em **73%** do período, índice considerado "muito bom" pelos pesquisadores.
- **Fritura Zero:** Durante todo o período do estudo, não houve oferta de preparações fritas, evidenciando uma escolha técnica por métodos de cocção mais saudáveis.
- **Baixo índice de doces:** Sobremesas açucaradas apareceram em apenas **6%** das refeições, combatendo o excesso de calorias vazias.

**O que achou das novidades?**  
Compartilhe sua opinião conosco: [sec-ru@uem.br](mailto:sec-ru@uem.br)!



## O que pode melhorar?

Apesar da média mensal de adequação ser de 64,5% (classificada como satisfatória), a pesquisa identificou pontos para o aprimoramento contínuo do serviço:

- **Variedade Visual:** Em 26% dos dias, observou-se monotonia de cores nas bandejas. Aumentar a diversidade cromática torna o prato mais atrativo e nutricionalmente rico.
- **Conforto Digestivo:** O uso de alimentos ricos em enxofre (como repolho e brócolis) ocorreu em 32% dos dias, o que pode causar desconforto gástrico em alguns usuários e requer monitoramento.
- **Opções de Proteína:** A presença de carnes gordurosas em 16% dos dias sugere que a substituição por cortes mais magros pode elevar ainda mais o perfil nutricional das refeições.

## Ciência a serviço da Nutrição

A pesquisa foi conduzida por uma equipe multidisciplinar da UEM, incluindo doutorandas e mestrandas em Ciências de Alimentos. Segundo as autoras, os resultados demonstram que o cardápio está em total sintonia com o Guia Alimentar para a População Brasileira, priorizando alimentos in natura e minimamente processados para prevenir doenças crônicas como diabetes e hipertensão.

O monitoramento sistemático, como o realizado neste estudo, reafirma o papel do nutricionista na gestão da alimentação coletiva, garantindo que o RU continue sendo um espaço de promoção de saúde e bem-estar para todos.



**O que achou das novidades?**  
 Compartilhe sua opinião conosco: [sec-ru@uem.br](mailto:sec-ru@uem.br)!

## 4. Dicas Úteis

Seguir essas regras contribui para a organização do espaço e a harmonia da comunidade universitária.



### Acesso ao RU

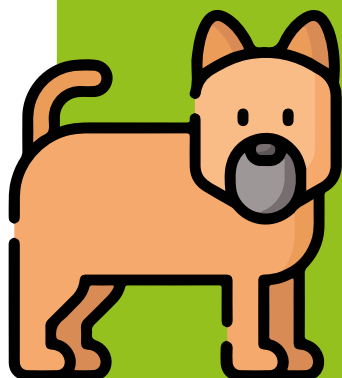
A entrada no Restaurante Universitário é permitida apenas com o Documento de Identificação, que é de uso pessoal e intransferível.



### Descarte correto de resíduos

Para garantir a separação adequada do lixo, siga as orientações:

- Utilize as **lixeiras específicas** para resíduos orgânicos e não orgânicos, localizadas na saída.
- **Talheres** devem ser colocados na estrutura fixada na parede.
- **Bandejas** devem ser deixadas no balcão indicado para coleta.



### Respeito aos cães comunitários

Os animais que circulam pelo câmpus já recebem alimentação adequada em pontos estratégicos. Por isso:

- **Não alimente os cães dentro do RU** - alimentos consumidos no restaurante podem prejudicar a saúde deles.
- Sua colaboração é essencial para o bem-estar dos animais.

## 5. Saiba mais: Projeto RU das Artes movimentada Restaurante Universitário da UEM com programação cultural



A última sexta-feira (10) foi marcada por mais uma edição do RU das Artes, iniciativa que integra apresentações culturais à rotina do Restaurante Universitário da Universidade Estadual de Maringá (UEM).

O projeto visa consolidar o RU – tradicional ponto de encontro da comunidade acadêmica – como um espaço de fruição artística durante os horários de almoço e jantar. A proposta faz parte de um objetivo maior: transformar a UEM e seus câmpus regionais em palcos para atividades culturais permanentes.

**O que achou das novidades?**  
Compartilhe sua opinião conosco: [sec-ru@uem.br](mailto:sec-ru@uem.br)!

## 6. Horário de funcionamento e Valor das Refeições por Categoria



**Café da manhã: 6h40 - 7h40**  
**Almoço: 10h45 - 13h00**  
**Jantar: 17h45 - 19h45**



### Valores de aquisição dos tickets

Café da Manhã	
Categorias	Valor da Refeição
Estudantes e servidores	R\$ 2,00
Almoço/Jantar	
Categorias	Valor da Refeição
Estudantes	R\$ 5,00
Servidores com renda até 3 salários mínimos	R\$ 5,00
Servidores com renda acima de 3 salários mínimos	R\$ 10,00
Comunidade Externa	R\$ 19,00

Para adquirir os tickets ou acessar o Restaurante Universitário (RU) da UEM, é obrigatória a apresentação de um documento de identificação válido.

- **Estudantes** devem apresentar o **Registro Acadêmico (RA)**, que é de uso pessoal e intransferível.
- **Servidores** (docentes e técnico-administrativos) precisam apresentar a **Carteira Funcional** como comprovante.

A identificação é necessária para garantir o acesso ao RU.

Formas de pagamento: dinheiro, PIX, cartão de débito ou crédito.



### ELABORAÇÃO



Diretora de Assuntos Comunitários - DCT  
 PROFA. DRA. ADRIANA APARECIDA PINTO

Coordenador de Reestruturação do RU  
 CANUTO VIEIRA NETTO

Chefe do Restaurante Universitário - RU  
 MILTON GARCIA

Nutricionistas do RU  
 ANGELA PIERINA DOS REIS BUZZO  
 JORDÂNIA LIMA DE SOUZA SETÚBAL  
 VALMIR ANTONIO CORREA

COLABORAÇÃO  
 Coordenador Técnico do Escritório de Projetos e Processos - EPP  
 SIDINEI SILVÉRIO DA SILVA

Coordenadora Geral do Escritório de Projetos e Processos - EPP  
 PROFA. DRA. GISLAINE CAMILA LAPASINI LEAL