

**CENTRO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO TECNOLÓGICA  
PAULA SOUZA  
ETEC JULIO DE MESQUITA**  
HABILITAÇÃO PROFISSIONAL DE TÉCNICO EM GASTRONOMIA

AGATHA CASIMIRO LOPES  
ANA LÍDIA SILVEIRA ALENCAR  
ANA MARIA ALVES CAVALCANTI  
CLEUSA APARECIDA MARCIANO DE SÁ  
CRISTIANE MERCEDES DE PAIVA DUTRA  
EDIMILSON DE SOUZA DIAS  
GABRIELA DE JESUS FERNANDES RIBEIRO  
GIOVANNA BEATRIZ SOARES

**RAIZ DO BRASIL**  
MANDIOCA: SABOR BRASILEIRO E GASTRONOMIA  
INCLUSIVA

SANTO ANDRÉ  
2022

AGATHA CASIMIRO LOPES  
ANA LÍDIA SILVEIRA ALENCAR  
ANA MARIA ALVES CAVALCANTI  
CLEUSA APARECIDA MARCIANO DE SÁ  
CRISTIANE MERCEDES DE PAIVA DUTRA  
EDIMILSON DE SOUZA DIAS  
GABRIELA DE JESUS FERNANDES RIBEIRO  
GIOVANNA BEATRIZ SOARES

**RAIZ DO BRASIL**  
MANDIOCA: SABOR BRASILEIRO E GASTRONOMIA INCLUSIVA

Trabalho de Conclusão de Curso em Habilitação Profissional de Técnico em Gastronomia, apresentado ao Centro de Educação Tecnológica Paula Souza, ETEC Júlio de Mesquita, como requisito para a obtenção do certificado de Técnico em Gastronomia orientado pela Gabriela Wojakevycz Barbosa de Oliveira e Co-orientado pela Prof<sup>a</sup> Ma. Sandra Lee de Carvalho.

SANTO ANDRÉ  
2022

AGATHA CASIMIRO LOPES  
ANA LÍDIA SILVEIRA ALENCAR  
ANA MARIA ALVES CAVALCANTI  
CLEUSA APARECIDA MARCIANO DE SÁ  
CRISTIANE MERCEDES DE PAIVA DUTRA  
EDIMILSON DE SOUZA DIAS  
GABRIELA DE JESUS FERNANDES RIBEIRO  
GIOVANNA BEATRIZ SOARES

**RAIZ DO BRASIL**  
**MANDIOCA: SABOR BRASILEIRO E GASTRONOMIA**  
**INCLUSIVA**

Trabalho de Conclusão de Curso foi julgado e aprovado para obtenção do Título de Técnico, no curso de Habilitação Profissional de Técnico em Cozinha do Centro de Educação Tecnológica Paula Souza – ETEC Júlio de Mesquita.

Santo André, 01 de dezembro de 2022.

Sandra Lee de Carvalho  
Coordenador do curso de Habilitação Profissional de Técnico em Gastronomia

---

Prof. Sandra Lee de Carvalho

---

Prof. Gabriela W. Barbosa

---

Avaliador

---

Avaliador

Dedicamos este trabalho primeiramente a Deus, por nos dar a capacidade, inteligência e não nos deixar desistir para obtermos nossa vitória e a nossa família por todo apoio e compreensão.

## **AGRADECIMENTOS**

- A professora Gabriela W. Barbosa, pela orientação, apoio e confiança.
- A todos os professores por nos proporcionaram o conhecimento não apenas racional, mas a manifestação do caráter e afetividade da educação no processo de formação profissional, por tanto que se dedicaram a nós, não somente por terem nos ensinado, mas por terem nos feito aprender. A palavra “mestre” nunca fará justiça aos professores dedicados aos quais sem nominar terão os meus eternos agradecimentos.
- A nossa família, parentes e amigos que com seu incentivo nos fizeram chegar à conclusão do curso e começo de uma nova carreira.

**"Comer de pé é modalidade de pasto, indispensável, justo, mas não humano, não natural, não social."**

**(Luís da Câmara Cascudo)**

## RESUMO

Esta pesquisa apresenta como tema central a mandioca que é um tubérculo vasto, versátil e muito cultivado em todas as regiões do Brasil, e, também, a inclusão dentro dos restaurantes, dos quais muitos acabam não adequando as preparações apresentadas no cardápio para o público portador de algumas restrições alimentares, como a intolerância ao glúten, que é nomeada Doença Celíaca (DC). O objetivo desse estudo foi apresentar a produção de pratos que tivessem como base mandioca, um ingrediente que, além de possuir grande multifuncionalidade de produtos derivados, por não conter glúten, torna-se uma excelente opção de alimento para pessoas com a DC e sensibilidade ao glúten. Elas podem se alimentar sem preocupação e sem medo de conter alguma contaminação cruzada. A coleta de dados foi realizada por meio de um formulário na plataforma do Google Forms, onde pessoas do Grande ABC e SP tiveram acesso as questões. A partir da análise dos dados podemos perceber a falta e a importância da inclusão dentro dos restaurantes. Por este motivo decidimos abrir um estabelecimento inclusivo que contém um cardápio livre de glúten com preparações que exploram a mandioca e, ou, seus derivados como ingredientes presentes em todos os pratos oferecidos, contando com fornecedores que não apresentem risco de contaminação cruzada durante o processo de beneficiamento.

Palavras-chaves: Mandioca, Inclusão, Restrições Alimentares, Contaminação cruzada



## **ABSTRACT**

This research presents cassava as a central theme, which is a vast, versatile tuber and widely cultivated in all regions of Brazil, and also its inclusion within restaurants, many of which end up not adapting the preparations presented on the menu for the carrier public of some dietary restrictions, such as gluten intolerance, which is called Celiac Disease (CD). The objective of this study was to present the production of dishes based on cassava, an ingredient that, in addition to having great multifunctionality in derived products, as it does not contain gluten, becomes an excellent food option for people with CD and sensitivity to gluten. They can feed without worry and without fear of cross-contamination. Data collection was carried out using a form on the Google forms platform, where people from São Paulo and metropolitan region had access to the questions. From the analysis of the data, we can see the lack and importance of inclusion within restaurants. For this reason, we decided to open an inclusive establishment, which has a gluten-free menu with preparations that use cassava and/or its derivatives as ingredients present in all dishes offered, relying on suppliers that do not present a risk of cross-contamination during the process of beneficiation.

Keywords: Cassava, Inclusion, Food restrictions, Cross contamination

# SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO.....	12
2.	OBJETIVO .....	14
2.1.	OBJETIVO GERAL.....	14
2.2.	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	14
3.	REFERENCIAL TEÓRICO .....	15
3.1.	História da Mandioca .....	15
3.2.	Cultura: Mandioca é a raiz brasileira.....	16
3.3.	Economia: como gira em torno da mandioca.....	17
3.4.	Preparação Culinária .....	18
3.5.	Eventos .....	20
3.6.	Alergia Alimentar x Intolerância .....	21
3.6.1.	Alergia Alimentar.....	21
3.6.2.	Intolerância Alimentar.....	21
3.7.	Doença Celíaca.....	22
4.	METODOLOGIA.....	23
5.	RESULTADOS .....	24
6.	PLANO DE NEGÓCIOS .....	31
6.1.	Empresa.....	31
6.2.	Missão .....	31
6.3.	Visão.....	31
6.4.	Valores.....	31
6.5.	Capital Social.....	32
6.6.	Layout do Empreendimento.....	33
6.7.	Processo Operacional.....	33
6.8.	Análise de Mercado.....	36
6.8.1.	Clientes .....	36

6.8.2.	Concorrentes.....	36
6.8.3.	Fornecedores .....	37
6.9.	PLANO DE MARKETING .....	37
6.9.1.	Estratégias de Produto .....	37
6.9.2.	Estratégias de Preço .....	37
6.9.3.	Estratégias de Praça ou Distribuição .....	37
6.10.	Plano Financeiro.....	38
6.11.	Análise FOFA (SWOT) .....	38
6.12.	Cardápio .....	39
7.	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	41
8.	REFERÊNCIAS .....	43
9.	ANEXOS.....	47

## 1. INTRODUÇÃO

O Brasil possui uma gastronomia rica e diversificada em toda sua extensão. Dentro dessa variação podemos considerar que a mandioca está presente na alimentação da população brasileira.

Considerada uma fonte abundante de carboidrato, é um ingrediente brasileiro com nutrientes importantes e essenciais, tais como, cálcio, magnésio, fósforo, potássio, vitamina C e fibras, sendo que 30% da composição a cada 100g é de carboidrato. Além da grande multifuncionalidade de produtos derivados.

A oferta de preparações sem glúten em estabelecimentos de Alimentação Fora do Lar (AFDL) na Região do Grande ABC é deficiente, ou seja, os restaurantes não oferecem tais preparações. Sendo assim, a importância da mandioca como fonte energética na alimentação humana já é bem estabelecida e por não conter glúten torna-se uma excelente opção de alimento para pessoas com a doença celíaca e sensibilidade ao glúten.

Mesmo que os produtos sem glúten tenham aumentado nos últimos anos, a adesão à dieta é muito difícil devido: ao alto custo dos produtos inseridos no mercado, pela contaminação cruzada no processamento dos mesmos e pela dificuldade na inclusão social dessas pessoas, visto que a maioria das relações entre indivíduos envolvem alimentação, afetando diretamente a qualidade de vida das pessoas. Por esse motivo, surgiu a ideia de criar o Raiz do Brasil, para melhorar a inclusão dessas pessoas na sociedade, possibilitando relações sociais fora de casa em ambientes propícios e que não afetem a sua saúde, ofertando preparações acessíveis com um ingrediente nativo, histórico e riquíssimo em nutrientes: a mandioca.

A principal substituição de nosso cardápio será a mandioca e seus derivados, além de arroz, milho, lentilha, quinoa, ervilha e grão de bico,

tornando o cardápio livre de glúten e da contaminação cruzada, que pode se dar de forma direta ou indireta por partículas (traços) de glúten de outros alimentos.

Este trabalho se justifica, pois, fala sobre a mandioca, um tubérculo vasto, versátil que é muito cultivado no país. Além disso, ela leva nossa gastronomia e culinária para o mundo podendo ser consumida de diferentes versões - frita, cozida, ensopada e como farinha, fécula e polvilho.

## **2. OBJETIVO**

### **2.1. OBJETIVO GERAL**

Mostrar a versatilidade da mandioca, como base para diversas preparações e como sua utilização foi importante para o povo brasileiro, fazendo parte da cultura e economia.

### **2.2. OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Elaborar um folder de preparações culinárias utilizando a mandioca.

Realizar um evento em que o foco seja apresentar preparações a base de mandioca, visando suprir as necessidades de pessoas com sensibilidade ao glúten e doença celíaca.

### **3. REFERENCIAL TEÓRICO**

#### **3.1. História da Mandioca**

Acredita-se que a mandioca já era cultivada pelos índios na região amazônica há 4 mil anos, mas a primeira referência à raiz aparece na época do descobrimento do Brasil, citada nas cartas de Pero Vaz de Caminha destinadas a Portugal. (CANDIDO, 2001)

A verdade é que a origem da mandioca continua envolta em controvérsia. Alguns pesquisadores definem a sua origem na América Central e Sul, outros acreditam que ela surgiu no cerrado brasileiro e depois se espalhou pela Amazônia. (ALLEM, 2002)

A mandioca já era popular na alimentação do Brasil quando os portugueses chegaram. “O termo mandioca é utilizado na região Sul e Sudeste, a macaxeira ou aipim na região Norte e Nordeste do país, e no Rio de Janeiro é o aipim.” (ROMANO, 2020)

De acordo com o IBGE, (2017), a mandioca é um tubérculo de origem brasileira, popularizada na África, e após na Europa, por meio das navegações e comércio marítimos realizados pelos portugueses no século XV. É uma planta arbustiva, persistente e pertence à família Euphorbiaceae. Muito antes dos portugueses chegarem ao Brasil, os índios já cultivam esta planta cuja raiz é a parte mais importante, sendo rica em amido, e podendo ser utilizada na alimentação humana e de animais, ou ainda ser matéria prima para diversas indústrias. O Brasil é um dos maiores produtores mundiais, com produções de 23 milhões de toneladas de raízes frescas de mandioca e o período da safra é de janeiro a julho. Na alimentação podemos transformá-la em vários tipos de farinha e em diversos outros pratos, tais como: tutu de feijão, pirão de peixe, pato no tucupi, tacaca, beiju, tapioca; a mandioca se destaca por ser a base comum desses pratos regionais.

Considerando ainda as possíveis origens da mandioca depara-se com várias lendas indígenas, como nos lembra o folclorista José Magalhães (1876):

As narrativas míticas dos povos de língua tupi sobre o surgimento da mandioca têm uma estrutura comum e diversas variantes para composição do enredo de cada povo”. Sendo a mais conhecida a história da “Mani”.

Segundo MAGALHÃES, (1976), Mani era uma índia, neta de um grande cacique, de uma tribo antiga. Desde que nasceu, ela andava e falava. De repente, morreu em sua oca, sem ficar doente e sofrer. Por ser tradição de sua tribo, Mani foi enterrada em sua própria oca. Todos os dias os índios da aldeia iam visitá-la e choravam sobre a sua sepultura, até que nela surgiu uma planta desconhecida. Então os índios resolveram cavar para ver que planta era aquela, e ao examiná-la, eles viram que ela era marrom por fora e branca por dentro. Após cozinharem e provarem a raiz, eles entenderam que se tratava de um presente do deus Tupã. A raiz de Mani veio para saciar a fome da tribo. Os indígenas deram o nome desta raiz de Mani, e como nasceu dentro da oca da indiazinha, ficou Manioca – a qual conhecemos hoje como mandioca.

### **3.2. Cultura: Mandioca é a raiz brasileira**

De acordo com LODY (2013), no Brasil, a mandioca é uma marca fundamental, e nativa, da organização de vários sistemas alimentares. Estes sistemas envolvem todos os processos relacionados à alimentação - desde a produção, o processamento e a distribuição de um alimento, até sua preparação e consumo. Segundo LODY, (2013), muitos produtos possibilitam realizações culinárias que trazem a herança de povos que já habitavam nas florestas antes do descobrimento do Brasil.

Conforme nos lembra CONCEIÇÃO, (1979), em seus estudos sobre os textos da época colonial, em 1500, Pero Vaz de Caminha deixou registrado através de uma



carta enviada ao rei de Portugal sobre os hábitos naquela localidade recém-descoberta: “Eles não comem senão d’outra coisa a não ser dum inhame que brota da terra”. Base alimentar dos indígenas, a mandioca acompanhou a miscigenação que resultou no povo brasileiro. O inhame a que se referia Pero Vaz de Caminha era a raiz do Brasil: a mandioca – Os mitos sobre a origem da mandioca são muitos e variam de acordo com cada região do Brasil, onde cada grupo os constrói de acordo com as suas próprias tradições e concepções de mundo, têm em comum, segundo Cascudo (2007), a origem sagrada, nascida do corpo humano, feminino, e em sacrifício. A lenda mais citada e que dá origem ao nome Mandioca, é assim narrada por Couto de Magalhães.

### **3.3. Economia: como gira em torno da mandioca**

De acordo com a Embrapa (A mandioca é cultivada em todas as regiões do Brasil, assumindo destacada importância na alimentação humana e animal, além de ser utilizada como matéria-prima em inúmeros produtos industriais. Tem ainda papel importante na geração de emprego e de renda, notadamente nas áreas pobres da Região Nordeste

A estimativa de produção brasileira de raiz de mandioca para o ano de 2021, de acordo com a última atualização do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística-IBGE (janeiro/2020), é de 18,80 milhões de toneladas, colhidas em uma área de 1,24 milhão de hectares. (CONAB, 2021)

Se comparada a 2020, cuja produção foi de 18,96 milhões de toneladas, os dados apontam para um aumento de 0,80%. (CONAB, 2021)

O ano de 2021 iniciou com fraco movimento no mercado de raiz de mandioca. As indústrias de processamento estenderam o recesso de final de ano devido ao fraco movimento do mercado e o alto nível de seus estoques. (CONAB, 2021)

De acordo com o Cepea a produção no Brasil nesse mês foi de 23 mil toneladas, 49,5% menor que no mesmo período de 2020. Os estoques baixaram gradativamente durante o mês e fecharam no menor patamar desde abril/2020. (CONAB, 2021)

O ano de 2021 começou de maneira muito lenta em todos os segmentos da cadeia produtiva da mandioca. A crise econômica, agravada pela pandemia, ainda repercute em todos os segmentos econômicos, os mercados estão retraídos. As incertezas quanto aos preços da raiz de mandioca fizeram os produtores se retraírem, e o excelente preço dos grãos estão contribuindo para redução da área destinada à raiz. (CONAB, 2021)

Por outro lado, o mercado internacional aparece como excelente oportunidade para a raiz e a fécula de mandioca, tanto em virtude da cotação do dólar frente ao real, quanto em ao preço da fécula de mandioca que atingiu os US\$475/t. (CONAB, 2021)

### **3.4. Preparação Culinária**

A preparação culinária é a arte de cozinhar, ou seja, o ato de confeccionar alimentos. Ela evoluiu ao longo da história dos povos para tornar-se parte da cultura de cada povo. (FERREIRA, 2021)

De acordo com CARVALHO, (2022), apresentar a culinária brasileira é um desafio complexo. São muitas culturas, ingredientes, histórias e territórios que entram na cozinha. Num país de dimensões continentais, não há como reduzir sua imensidão de sabores e ingredientes. No entanto, a mandioca é um alimento que pode ser encontrado em, praticamente, todas as culinárias brasileiras.

Cada região do país acrescenta opções para a refeição diária do brasileiro. Seja no Norte, Nordeste, Centro-Oeste, Sul ou Sudeste, ela é determinada pela cultura local. (SESI-SP,2020)

Segundo CARVALHO, (2022), em Minas Gerais, a vaca atolada é tradicional, prato com mandioca e carne bovina. Foi de Pernambuco que veio a tapioca e ganhou o resto do país. As culinárias paraenses e amapaenses têm a Maniçoba como um dos pratos típicos, feito a partir da folha da mandioca-brava. Não poderíamos deixar de citar nosso amado sagu, tradicional na serra gaúcha, que transforma bolinhas de mandioca em uma sobremesa saborosa com vinho.

O Guia Alimentar da População Brasileira (2008) descreve as a distribuição quando a preparação culinária consumida é uma composição de vários alimentos com diferentes proporções em sua composição, como por exemplo, o consumo de uma lasanha que é composta pela massa (grupo de cereais), muçarela (grupo de leite), presunto (grupo de carnes) e o molho de tomate (grupo de hortaliças). Padronizar a distribuição destes ingredientes em preparações culinárias contribui para melhor avaliação de consumo assim como na elaboração de planos alimentares.

A culinária, em toda a sua inventividade, diversificou os modos de preparar um mesmo ingrediente, inclusive de forma que cada maneira represente um significado ou situação do nosso dia a dia. As sete principais maneiras de se preparar um alimento ou finalizar um prato:

<b>Cozinhar</b>	<b>Cozinhar no Vapor</b>	<b>Refogar</b>	<b>Assar</b>
Preparar um alimento imerso em água fervente ou caldos diversos, de modo que o sabor dos ingredientes se dilua no líquido ou que absorvam o sabor do caldo.	Comum na culinária oriental e mediterrânea. Coloca-se água para ferver numa panela onde se encaixa um	Ou deglacear: os ingredientes são levados, diretamente na panela com alguma gordura	Consiste em cozinhar o alimento sem fervura (submetendo diretamente à ação do calor ou do fogo).

	utensílio próprio para conter os alimentos que são cozidos com o calor produzido pela fervura da água.	(manteiga, óleo, azeite ou banha).	
<b>Grelhar</b>	<b>Fritar</b>	<b>Gratinar</b>	
É este modo de preparo o responsável por selar alimentos, mantendo-os tenros, uma vez que preserva em seu interior a suculência de cada ingrediente enquanto por fora confere um aspecto apetitoso devido às marcas queimadinhas que resultam.	É a imersão do alimento em óleo ou outra gordura em abundância. Resulta em um alimento crocante e dourado.	Mais uma técnica de finalização de pratos do que um modo de preparo em si, um gratinado acontece quando uma fonte de calor vinda de cima acaba por dar um aspecto de crosta por cima do prato, como normalmente ocorre em pizzas e massas que são levadas ao forno.	

**Fonte:** Instituto Cristina Martins - Educação em Saúde

### 3.5. Eventos

A palavra evento tem sua origem no latim *eventu*, que significa acontecimento. É um episódio que reúne pessoas com objetivos específicos em comum (HOUAISS, 2009, p. 851).

Está presente na sociedade com contextos específicos, seja em área institucional (de organização pública ou privada), área sociocultural ou área promocional.

É um acontecimento programado visando a divulgação, a comercialização e o desenvolvimento de atividades científicas, culturais, desportivas, assistências, etc. Servem como instrumento de incentivo ao turismo. (BENI, 1998).

De acordo com OLIVEIRA, (2014), tem como finalidade atrair a atenção do público, como também da imprensa, utilizando meios de comunicação na divulgação de forma efetiva, integrando ideias, conceitos, conhecimentos e, também, de promover produtos e serviços das organizações.

Para um evento de sucesso e com objetivos alcançados, certas medidas são estritamente necessárias: organização, planejamento e a execução. (OLIVEIRA, 2014)

### **3.6. Alergia Alimentar x Intolerância**

#### **3.6.1. Alergia Alimentar**

É um processo alérgico de ordem rápida e geralmente severo, onde o sistema imunológico combate o alimento como se fosse um agente agressor, normalmente tem um componente hereditário ou genético envolvido (PATRIOTA, 2022).

#### **3.6.2. Intolerância Alimentar**

É um processo em que o corpo possui dificuldade de digestão de um determinado alimento, devido a uma deficiência enzimática onde a pessoa não consegue produzir as enzimas necessárias para a correta digestão dos alimentos (PATRIOTA, 2022).

De acordo com MAHAN (2012) e GASPARIN, 2010, a intolerância alimentar:

é uma reação adversa a um aditivo ou alimento que não envolve o sistema imunológico e ocorre devido à forma como o organismo processa o alimento ou os componentes do alimento. Estas podem ser causadas pela ação de toxinas produzidas por bactérias e fungos, agentes farmacológicos, digestivos, psicológicos, erros metabólicos por deficiência enzimática ou idiopática a um alimento ou substância química presente no alimento.

### **3.7. Doença Celíaca**

De acordo com o Ministério da Saúde (2020) a Doença Celíaca-(DC):

é uma doença autoimune causada pela intolerância ao glúten, é uma enteropatia crônica do intestino delgado, em indivíduos geneticamente predispostos de caráter autoimune, desencadeada pela exposição ao glúten (principal fração proteica presente no trigo, centeio e cevada) em indivíduos geneticamente predispostos, sendo a proteína encontrada no trigo, aveia; não contém glúten, mas durante o processamento pode haver contaminação cruzada, tornando-se um produto impróprio para consumo, cevada, centeio e seus derivados, como massas, pizzas, bolos, pães, biscoitos, cerveja, whisky, vodka e alguns doces, provocando dificuldade do organismo de absorver os nutrientes dos alimentos, vitaminas, sais minerais e água.

Segundo a FENACELBRA, (2020), as três formas descritas da Doença Celíaca são classificadas em: clássica, típica, não clássica, atípica, assintomática e silenciosa. Os sintomas, em geral, aparecem entre os seis meses e dois anos e meio de vida. No entanto, isso não é regra. Portadores da doença podem manifestar os sintomas na fase adulta: Diarreia ou prisão de ventre crônica, dor abdominal, inchaço na barriga, danos à parede intestinal, falta de apetite, baixa absorção de nutrientes, osteoporose, anemia, perda de peso e desnutrição.

#### **4. METODOLOGIA**

O presente estudo foi realizado no mês de outubro do ano de 2022, por meio de revisão bibliográfica de pesquisas em sites relacionados ao tema, livros e publicações eletrônicas.

Para a coleta de dados, foi elaborado um formulário quantitativo com questões fechadas que foram respondidas virtualmente entre os dias 13 ao dia 27 de outubro, no qual obteve-se a participação de cento e trinta (130) pessoas.

Participaram pessoas com idades entre dezoito (18) a trinta e cinco (35) anos, ambos os gêneros, residentes da região do Grande ABC e São Paulo, e com os resultados da pesquisa foi possível definir o público-alvo para o direcionamento do empreendimento gastronômico proposto neste trabalho.

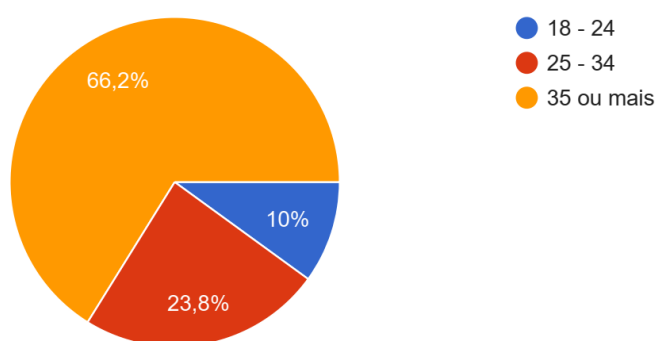
Com base nos dados levantados e analisados foi desenvolvido o plano de negócios para implantação do Restaurante Raiz do Brasil para orientar o local a ser implantado o empreendimento e as demais questões referentes ao público-alvo, cardápio, formas de atendimentos, horários de funcionamento e embalagens, entre outros itens descritos e estruturados no plano de negócios.

## 5. RESULTADOS

No presente estudo participaram 130 pessoas da região do Grande ABC e São Paulo. Todos permitiram sua participação por meio de um formulário de pesquisa online e responderam de acordo com suas preferências alimentares.

Quando questionados sobre sua faixa etária, pode-se observar que o maior grupo de respondentes (66,2%) estão na faixa a partir de 35 anos. A seguir observa-se que a segunda faixa etária mais presente entre os respondentes é de 25 a 34 anos (23,8%). Sendo assim, a menor participação foi a faixa de menores que 24 anos, com apenas 10% dos respondentes (Figura 1).

**Figura 1** – Qual é a sua faixa etária?



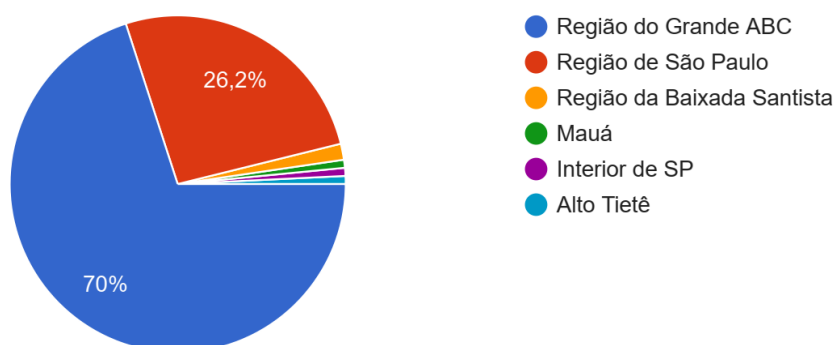
Fonte: Google Forms, 2022

Na análise geral pode-se observar que a maior parte do público possui a partir de 25 anos, fazendo com que a linguagem utilizada na identidade visual do Raiz do Brasil seja feita focada nos interesses de pessoas nessa faixa de idade.

A figura 2 mostra a região em que os respondentes residem. Foi notado que 70% deles residem na região do Grande ABC, em seguida os que residem na região de São Paulo (26,2%) e o restante (3,8%) em outras regiões do Estado.

O resultado dessa questão nos auxiliou a definir a região em que o Raiz do Brasil será estabelecido.

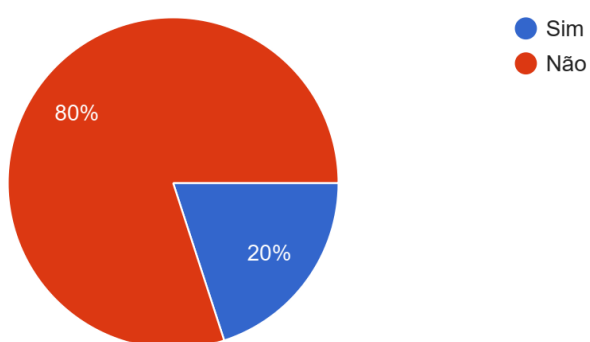


**Figura 2 – Em qual região você mora?**

Fonte: Google Forms, 2022

A figura 3 representa a porcentagem de respondentes que possuem alguma restrição alimentar, e conclui-se que 80% dessas pessoas têm algum tipo de restrição. E, 20% informou possuir algum tipo de restrição.

Segundo um levantamento feito pela Euromonitor Internacional (2018), o público com restrições alimentares, seja por opção ou por causas ligadas a saúde não para de aumentar.

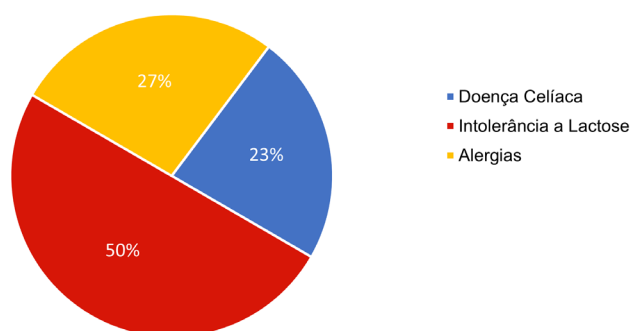
**Figura 3 – Você possui restrição alimentar?**

Fonte: Google Forms, 2022

Em um estudo da Nielzen (2016) em 63 países, sendo esse realizado através da plataforma Survey, ou seja, uma plataforma online, que atingiu mais de 30.000 pessoas de todos os continentes, teve como resultado que 36% dos consumidores dizem ter alergia ou intolerância a um ou mais gêneros alimentícios, sendo que no Brasil a média é de 48% dos brasileiros.

Na figura 4, as pessoas que indicaram possuir alguma restrição alimentar puderam especificar qual seria. 50% delas têm intolerância à lactose. Nota-se que 27% possuem outras restrições ligadas às alergias, e 23% dos respondentes informaram serem portadores da doença celíaca.

**Figura 4** – Se sim, qual seria a restrição.



Fonte: Google Forms, 2022

Em 2021, o Sehal (Sindicato das Empresas de Hospedagem e Alimentação do Grande ABC) fez um alerta a seus associados e empreendedores em geral dos setores de hospedagem e alimentação sobre cardápio e atendimento exclusivo para clientes que são celíacos e que precisa de uma dieta diferenciada. “Se trata de um público que busca casas especializadas ou que atendam às suas necessidades. Apesar de ter estabelecimentos que oferecem esse tipo de alimentação, esse nicho de mercado ainda é pequeno considerado pelos consumidores”, explica Beto Moreira, presidente do Sehal.

Tendo acesso a esses resultados e considerando o alerta feito pelo Sehal, definimos que o diferencial do restaurante Raiz do Brasil será oferecer um cardápio totalmente isento de glúten, tendo como ingrediente presente em todas as preparações a mandioca e, ou, seus derivados.

De acordo com a figura 5, dos 130 respondentes, 43,2% indicaram que não vão a restaurantes que não possuam o cardápio adequado a sua restrição alimentar. E a menor participação (10,8%) informou que ao visitar restaurantes que não possuem um cardápio especial para sua restrição levam seu alimento preparado anteriormente.

Percebe-se que, muitas vezes, os restaurantes apresentam perigo aos que possuem restrição alimentar, fazendo com que essas pessoas que têm deixem de frequentar restaurantes com seus amigos e familiares.

**Figura 5** – Se possui restrição, quando vai a um restaurante com a família ou amigos, você:

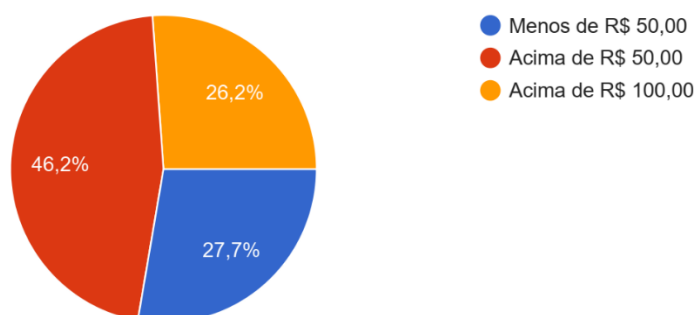


Fonte: Google Forms, 2022

Na figura 6 o gráfico indica que 46,2% costumam gastar um valor acima de cinquenta reais (R\$:50,00) em suas refeições e a menor participação com 27,7 %

costumam gastar a menos de cinquenta reais (R\$ 50,00) em suas refeições das participações informadas na pesquisa.

**Figura 6** - Quando vai a restaurantes, quanto costuma gastar (valor por pessoa):



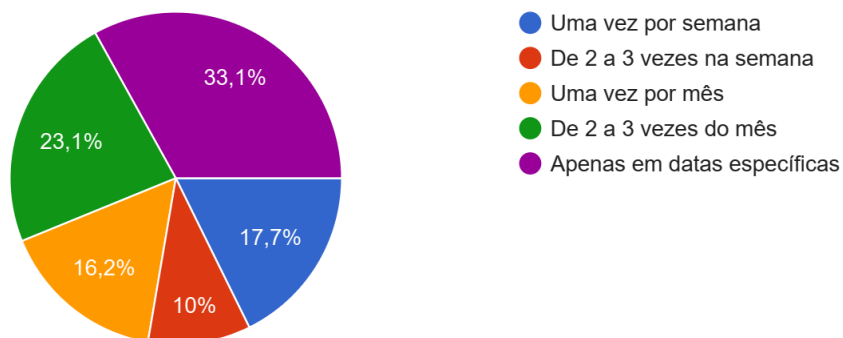
Fonte: Google Forms, 2022

Em pesquisa realizada pela empresa Alelo (2022), o preço médio de refeições *À la carte* (com ambiente mais sofisticado onde o consumidor escolhe o prato que será preparado na hora), nas regiões do Grande ABC têm custo médio por refeição: Santo André R\$: 49,16, São Caetano do Sul R\$:40,92, São Bernardo do Campo R\$46,85: Diadema R\$:45,29, um ponto negativo que não aparece na pesquisa as regiões de Mauá, Ribeirão Pires e Rio Grande da Serra com suas médias citadas na pesquisa. Nas regiões de São Paulo o valor médio da cidade girando em torno de R\$:43,01.

Nota-se que não há muita diferença na análise de dados tão grande entre os 130 respondentes e os valores informados com a pesquisa efetuada pela empresa.

Na figura 7, 33,1% dos respondentes dizem comparecer em restaurantes apenas em datas específicas e a menor participação com 10% dizem frequentar os estabelecimentos em torno de 2 a 3 vezes na semana.

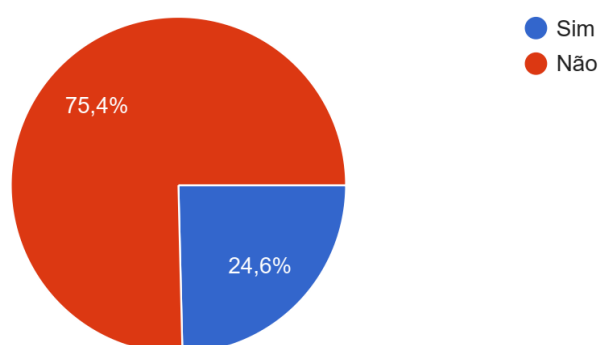
**Figura 7** - Com qual frequência você vai a restaurantes:



Fonte: Google Forms, 2022

Os dados fornecidos pela figura 8, mostra que o ingrediente mandioca é irrelevante para a maior parte dos entrevistados (75,4%). As informações foram importantes pois os demais entrevistados, que são 24,6% se manifestaram positivamente em relação ao um restaurante que sirva alimentos que sejam em sua maioria preparados com mandioca seriam os entrevistados que possuem doença celíaca. O que comprova a idealização de nosso empreendimento.

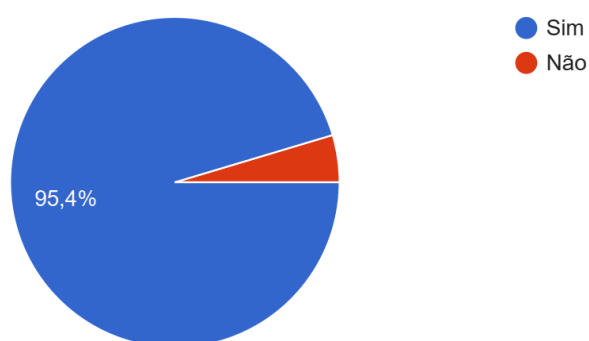
**Figura 8** - Se você gosta de mandioca, iria a um restaurante que tenha como ingrediente principal a Mandioca?



Fonte: Google Forms, 2022

Na figura 9, podemos ver claramente a carência que nossa região, ABC e São Paulo, possui em relação a estabelecimentos que ofereçam uma gastronomia diversificada e inclusiva e o quanto este público está em crescimento e se tornando visível, tornando ainda mais motivador dando vistas de sucesso o nosso empreendimento.

**Figura 9** - Se possui restrição ou convive com alguém que tenha, você iria a restaurantes na sua região que oferecessem uma gastronomia inclusiva?



Fonte: Google Forms, 2022

## **6. PLANO DE NEGÓCIOS**

### **6.1. Empresa**

O restaurante Raiz do Brasil tem como ingrediente principal a mandioca e seus derivados e apresenta releituras de pratos típicos de todas as regiões brasileiras. Tem como foco atender ao público em geral, principalmente pessoas com sensibilidade ao glúten e portadores da doença celíaca.

### **6.2. Missão**

Ser um restaurante com o diferencial de oferecer um cardápio livre de glúten visando atender ao público que possui essa restrição alimentar.

Proporcionar uma viagem gastronômica através de releituras de pratos típicos de todas as regiões do Brasil num ambiente totalmente aconchegante.

Demonstrar respeito as pessoas, ao meio ambiente e a valorização da agricultura familiar.

### **6.3. Visão**

Ser referência da gastronomia inclusiva brasileira.

### **6.4. Valores**

Responsabilidade social, transparência, inovação, criatividade e inclusão.

### 6.5. Capital Social

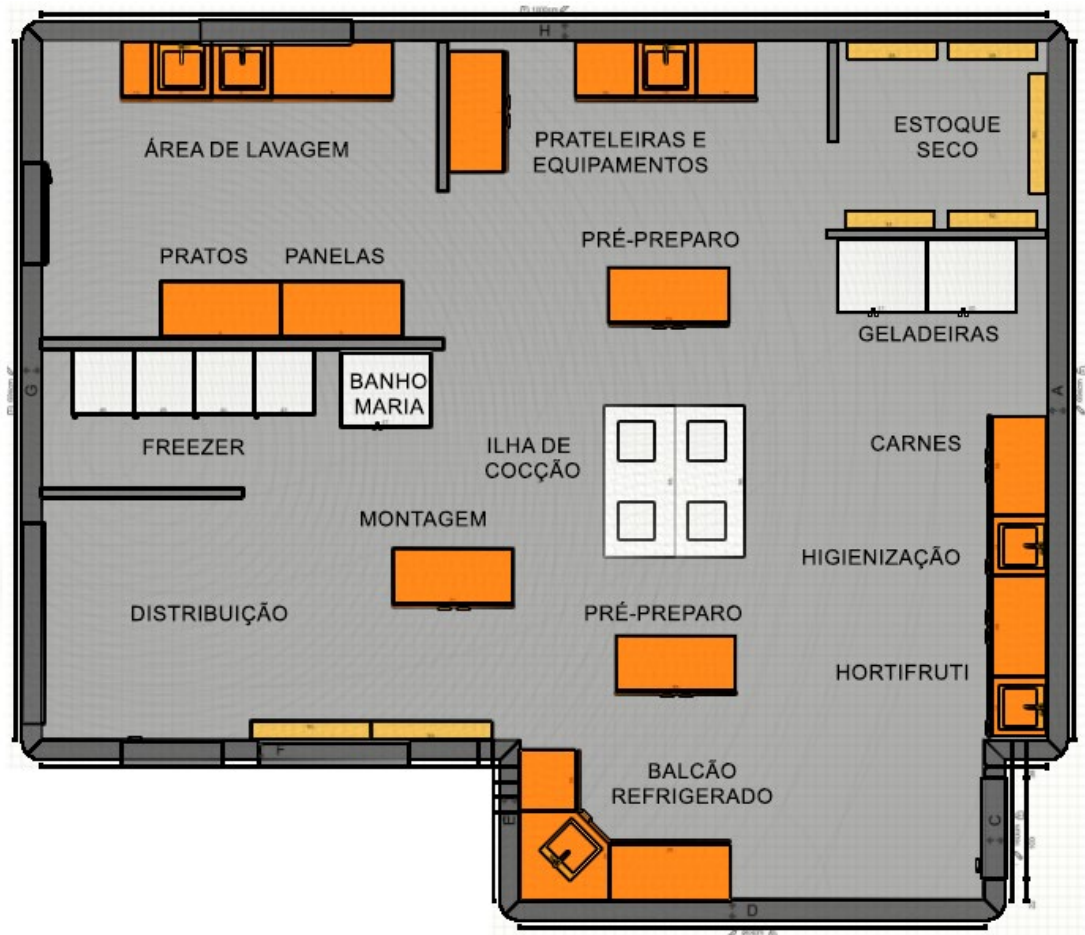
O capital social do Raiz do Brasil será de R\$ 400.000,00, dos quais seus sócios terão participação da seguinte forma:

<b>Nome do sócio</b>	<b>Valor</b>	<b>% de participação</b>
Agatha Casimiro Lopes	R\$ 50.000,00	12,5%
Ana Lídia Silveira Alencar	R\$ 50.000,00	12,5%
Ana Maria Alves Cavalcanti	R\$ 50.000,00	12,5%
Cleusa Aparecida Marciano Sá	R\$ 50.000,00	12,5%
Cristiane Mercedes de Paiva Dutra	R\$ 50.000,00	12,5%
Edimilson de Souza Dias	R\$ 50.000,00	12,5%
Gabriela de Jesus Fernandes Ribeiro	R\$ 50.000,00	12,5%
Giovanna Beatriz Soares	R\$ 50.000,00	12,5%
<b>Total</b>	<b>R\$ 400.000,00</b>	<b>100%</b>



## 6.6. Layout do Empreendimento

Figura 10 – Planta baixa do restaurante Raiz do Brasil



Fonte: Próprio Autor 2022

## 6.7. Processo Operacional

A principal atividade do restaurante Raiz do Brasil funcionará da seguinte maneira:

**Figura 11** – Fluxograma Raiz do Brasil



Fonte: Próprio Autor, 2022

As atividades do restaurante serão executadas por:

<b>CARGO</b>	<b>QUALIFICAÇÃO NECESSÁRIA</b>
Gerente	Formação Superior Nutrição, Administração ou Economia
Gerente Financeiro	Formação Superior em Economia ou Administração
Contabilidade	Terceirizada
Chef de Cozinha	Formação Superior em Gastronomia
Cozinheiro	Técnico em Gastronomia
Auxiliar de Cozinha	Ensino Médio Completo
Chef Confeiteiro	Formação Superior em Gastronomia/Especialização em confeitaria
Auxiliar de Confeiteiro	Ensino Médio Completo
Auxiliar de Serviços Gerais	Ensino Médio Completo
Lavador de Pratos	Ensino Fundamental Completo
Nutricionista	Formação Superior em Nutrição
Auxiliar de Limpeza	Terceirizado
Estoquista	Ensino Médio Completo

Maître	Curso Profissionalizante ou Técnico em Gastronomia
Garçom	Ensino Médio Completo
Barman	Ensino Médio Completo com Curso Profissionalizante
Cumim	Ensino Médio Completo
Hostess	Ensino Médio Completo
Caixa	Ensino Médio Completo
Manobrista	Ensino Médio Completo
Segurança	Ensino Médio Completo com Curso Profissionalizante

## **6.8. Análise de Mercado**

### **6.8.1. Clientes**

Considerando o estudo que foi realizado com possíveis clientes do restaurante, identificamos que a faixa etária inicial é de 35 anos de ambos os sexos o qual residem na região do Grande ABC. Tais possíveis clientes frequentam restaurantes em datas comemorativas e de 2 a 3 vezes por mês.

### **6.8.2. Concorrentes**

Diante da concorrência, o terá como diferencial a oferta de um cardápio totalmente livre de glúten, o qual não possui concorrente direto na cidade em que será estabelecido (Santo André – SP).

### **6.8.3. Fornecedores**

O Raiz do Brasil pressiona por fornecedores que tenham a responsabilidade de produzir insumos de qualidade. Para os perecíveis como hortifruti, por exemplo, valorizamos e contamos apenas com a agricultura familiar.

## **6.9. PLANO DE MARKETING**

### **6.9.1. Estratégias de Produto**

As preparações do restaurante terão origem de insumos de primeira linha, com responsável designado a fazer o controle de validade, armazenamento em embalagens adequadas, limpas e em locais apropriados.

Um dos objetivos do estabelecimento é manter a padronização e qualidade de todas as preparações.

### **6.9.2. Estratégias de Preço**

A definição do preço será feita com um planejamento considerando um percentual médio o qual estará de acordo com a concorrência, mesmo que de restaurantes que não possuam um cardápio inclusivo.

Também utilizaremos a tática de oferecer todos os dias um prato que será vendido por um preço especial.

### **6.9.3. Estratégias de Praça ou Distribuição**

A comercialização será feita de forma direta de alimentos, na qual o cliente virá até o Raiz do Brasil para consumir determinados produtos e, também, através do serviço Delivery que será realizado através de empresas especializadas e parceiras.

### **6.10. Plano Financeiro**

Para a abertura do restaurante, o investimento foi de R\$400.000,00, porém serão utilizados no Investimento:

**Obras:** R\$ 37.900,00

**Equipamentos:** R\$ 66.049,00

**Folha de pagamento:** R\$ 132.000,00

**Terceirizado:** R\$ 10.000,00

**Custos fixos:** R\$ 25.000,00

Totalizando o valor de custo de R\$ 279.949,00. Os R\$ 129.000,00 restantes serão divididos nas demais necessidades.

### **6.11. Análise FOFA (SWOT)**

A Análise FOFA (Força, Oportunidade, Fraqueza e Ameaça) é uma ferramenta utilizada para fazer análise de cenário.

Sob a perspectiva da dessa análise, a empresa apresenta suas principais linhas de atuação e observação conforme figura 12.

**Figura 12 – Matriz FOFA Raiz do Brasil**



Fonte: Próprio Autor, 2022

## 6.12. Cardápio

O cliente poderá saborear uma comida de sabor autêntico e conhecer pratos típicos do Brasil totalmente isentos do glúten. Abaixo segue o cardápio do Restaurante Raiz do Brasil, tabelado com preços.

Figura 13 – Cardápio Raiz do Brasil



Fonte: Próprio Autor, 2022



## 7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este trabalho conclui que a mandioca é um importante marcador na formação da culinária no Brasil, pois contou com a troca de saberes entre todas as suas regiões, gerando iguarias de extraordinária variedade, com ampla criatividade na elaboração, agradável sabor e aroma, itens importantes na formação da culinária brasileira, com pratos típicos que unem a tradição com a inventividade da região.

Além disso, é importante ressaltar a busca de relações com um sistema ecológico característico, entender a natureza da raiz e com escolhas sábias, introduzir em cada preparação a fração ideal, nomeando este tubérculo e seus derivados, alimentos fundamentais na alimentação dos brasileiros e no nosso estabelecimento.

Feita a aplicação do roteiro de entrevista, foi possível identificar as manifestações sobre a mandioca. Neste percurso, o questionário aplicado em uma plataforma online foi o condutor dos resultados que fizeram alcançar respostas para o objetivo geral deste trabalho, resultados estes postos em tabelas geradas a partir dos dados coletados.

No decorrer deste trabalho foi possível traçar um histórico da introdução da raiz da mandioca na alimentação brasileira. Durante este trajeto, foi feito o uso de diversos artigos, livros, documentários e textos. Nesse contexto, o trabalho tece-se em junções que interligam a utilização da mandioca desde sua descoberta até os dias de hoje. Notou-se a importância de desenvolver este trabalho com o referido tema, pois trata-se de um enriquecimento gastronômico, inclusivo e cultural. Mediante esta colocação, é relevante destacar que ao tentar identificar se a mandioca é o principal insumo utilizado na alimentação dos brasileiros, fica comprovado, de acordo com os dados

coletados, que a mandioca e seus derivados são os insumos mais consumidos em suas refeições.

Percorrer todos os caminhos desde o início desse trabalho até o momento de realizar esta pesquisa, foi e está sendo bastante enriquecedor e proveitoso, todos serviram de aprendizados que levaremos para o resto da vida tanto pessoal, quanto profissional.

## 8. REFERÊNCIAS

ALAEDINI A, Green PH. **Narrative review: celiac disease: understanding a complex autoimmune disorder**. Ann Intern Med. 2005; 142(4):289-98.

ATALA, Alex (ORG) *et al.* **Manihot utilissima pohl: mandioca**. São Paulo. Alaúde Editora, 2021. 66p.

BENI, Mário Carlos. **Análise Estrutural do Turismo**. São Paulo: SENAC/SP, 1998.

BIBLIOTECA Virtual em Saúde, **Ministério da Saúde**, 2020. Disponível em: < <https://bvsmms.saude.gov.br/doenca-celiaca/>>. Acesso em 20 out. 2022.

CAFÉ da manhã brasileiro. Em cada região, uma maneira diferente de começar o dia. **Alimente-se Bem Sesi - SP**, 2020. Disponível em: < <https://alimentesebem.sesisp.org.br>>. Acesso em 29 set. 2022.

CARVALHO, Marina. **Nossa gastronomia: conheça curiosidades sobre a mandioca, um dos principais alimentos do Brasil**. Disponível em: <<https://gauchazh.clicrbs.com.br>>. Acesso em 29 set. 2022.

CASCUDO. L. C. **História da Alimentação no Brasil**. São Paulo: Global, 2007. 955p.

CONAB. COMPANHIA NACIONAL DE ABASTECIMENTO. Acompanhamento de safra brasileiro – grãos: **Análise mensal**, janeiro 2021 – safra 2020.: Brasília: Companhia Nacional de Abastecimento. 2021. Disponível em: <<https://www.conab.gov.br/OlalaCMS>>. Acesso em 14 set. 2022.

CONCEIÇÃO, A. J. **A mandioca**. Cruz das Almas: UFBA/Embrapa/Brascan. Nordeste, 1979.

FERNANDES, Guilherme Leopoldo da Costa. **Análises gráficas dos principais produtos agropecuários do Estado do Pará**. Disponível em: <https://www.embrapa.br/documents/1354300/32272142/An%C3%A1lise+de+Cen%C>

[3%A1rios+-+Mandioca/a23876b7-97ba-aff7-8c95-5dd1578cbe12](https://blog.gokursos.com). Acesso em; 29 de set. 2022.

FERREIRA, Danilo. **Existe diferença entre culinária e gastronomia?** Disponível em: <<https://blog.gokursos.com>>. Acesso em 15 set. 2022.

GASPARIN, Fabiana Silva Rodrigues; CARVALHO, Jéssica Margato Teles; ARAÚJO, Sabrina Calaresi. **Alergia à Proteína do Leite de Vaca versus Intolerância à Lactose: As diferenças e semelhanças**. Revista Saúde e Pesquisa, Maringá, v.3. n.1, p. 107-114, abr. 2010.

HOUAISS, Antônio. **Dicionário Houaiss da Língua Portuguesa**. Editora Objetiva. Rio de Janeiro, 2001.

LODY, Raul; *et al.* **Farinha de Mandioca: o sabor brasileiro e as receitas da Bahia**. São Paulo: Senac São Paulo, 2013.

MAHAN, L. Kathleen; SWIFT, Kathie Madonna. **Tratamento Clínico Nutricional para Reações Adversas a Alimentos: Alergia e Intolerância Alimentar**. In: MAHAN, L. Kathleen; ESCOTT- STUMP, Sylvia; RAYMOND, Janice L. Krause: Alimentos, Nutrição e Dietoterapia. 13. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2012. p. 562-591.

MARTINS, Cristina. **Quais são as quatro bases de cozinha profissional?** Disponível em: <<https://institutocristinamartins.com.br>>. Acesso em 15 set. 2022.

MONTE, Helena Maria Carvalho. **Alergias e Intolerâncias Alimentares: Novas Perspectivas**. 2015. 40 f. Dissertação de Mestrado Integrado em Medicina. Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar, 2015.

OLIVEIRA, Kadidja Valéria Reginaldo de. **Planejamento e Organização de Eventos** – Brasília: NT Editora, 2014.

PATRIOTA, Gabriel Pavani (Intituto Supreme Medicina e Performance). **Intolerância Alimentar. Alergia, intolerância ou sensibilidade alimentar: qual é a**

**diferença e por que isso importa?**. Disponível em: <institutosupreme.com.br>. Acesso em 11 set. 2022.

PROTOCOLO Clínico e Diretrizes Terapêuticas da Doença Celíaca da manhã brasileiro. **FENALCEBRA**, 2021. Disponível em: <<https://www.fenacelbra.com.br/procolo-clinico-de-doenca-celiaca>>. Acesso em 22 set. 2022.

ROMANO, Valter. **Mandioca, macaxeira ou aipim? Diversidade da fala é tema de pesquisa da UFLA** – 2020 Disponível em:<<https://ciencia.ufla.br/reportagens/sociedade/627-mandioca-ou-aipim-diversidade-da-fala-e-tema-de-pesquisa-da-ufla>>. Acesso em 29 set. 2022.

Sem autor: **Cardápio celíaco é um nicho de mercado a ser explorado pelos restaurantes**. Disponível em: <<https://sehal.com.br/cardapio-celiaco-e-um-nicho-de-mercado-a-ser-explorado-pelos-restaurantes-diz-sehal>>. Acesso em 23 nov. 2022.

Sem autor: **É caro comer fora? Veja como gastar menos em restaurantes**. Disponível em: [É caro comer fora? Veja como gastar menos em restaurantes \(globo.com\)](https://globo.com) Acesso em 24 nov. 2022.

Sem autor: **Mandioca - Lendas e Mitos** em Só História. Virtuoso Tecnologia da Informação, 2009. Disponível em: <<http://www.sohistoria.com.br/lendasemitos/mandioca/>>. Acesso em 29 de set. 2022.

Sem autor: **Pesquisa de preço médio**. Disponível em: [Descubra o Preço Médio de Refeição e Alimentação \(pesquisaprecomedio.com.br\)](https://pesquisaprecomedio.com.br) Acesso em 24 nov. 2022.

Sem autor: **Preço médio das refeições: saiba como adequar seu estabelecimento para se manter competitivo**. Disponível em: [Preço médio das refeições: saiba como se manter competitivo \(alelo.com.br\)](https://alelo.com.br) Acesso em 24 nov. de 2022.

SILVA, H. Camila; ARAÚJO, Mariangela. **Preparações Culinárias: desmembramento dos ingredientes em grupos alimentares**. Disponível em: <<http://revistas.unq.br>>. Acesso em 15 set. 2022.

SOUZA, C. F. Carolina. **Consumidores com intolerância ou alergia alimentar: um estudo exploratório sobre suas estratégias de compra.** Disponível em: <<https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/32522/32522>>. Acesso em 18 nov. 2022.

SOUZA, C. F. Carolina. **Consumidores com intolerância ou alergia alimentar: um estudo exploratório sobre suas estratégias de compra.** Disponível em: <<https://www.maxwell.vrac.puc-rio.br/32522/32522>>. Acesso em 18 nov. 2022.

SOUZA, L. S.; FIALHO, J. F. **Importância Econômica.** Disponível em: <[https://sistemasdeproducao.cnptia.embrapa.br/FontesHTML/Mandioca/mandioca\\_errados/importancia.htm](https://sistemasdeproducao.cnptia.embrapa.br/FontesHTML/Mandioca/mandioca_errados/importancia.htm)>. Acesso em 14 set. 2022.

## 9. ANEXOS

Frente



RAÍZ do  
BRASIL

A mandioca é fundamental na alimentação brasileira, tem sabor neutro e vai bem tanto em receitas doces quanto salgadas. Sua textura depois de cozida é macia – essa característica tem a ver com o amido, que deixa os preparos cremosos. O melhor jeito para descascar é cortar em pedaços de cerca de 10 cm, fazer um corte superficial de ponta a ponta e puxar a casca com a faca - lave os pedaços descascados para tirar a terra.

Verso



### SUCO MANÍ

- |                         |                                |
|-------------------------|--------------------------------|
| 200g de Mandioca Cozida | 1. Adicione a mandioca cozida, |
| 1 Lt de Água Filtrada   | a água, o suco dos limões,     |
| Gelada                  | o manjericão e o açúcar no     |
| 3 Limões Médios         | liquidificador e bata até que  |
| 3 colheres de sopa de   | que tudo esteja homogêneo;     |
| açúcar                  | 2. Se preferir, adicione cubos |
| 10 folhas de manjericão | de gelo e sirva em seguida.    |

### BOLO DE MANDIOCA

- |                          |                                |
|--------------------------|--------------------------------|
| 800g de Mandioca crua    | 1. Esprema a mandioca ralada   |
| ralada                   | até retirar o excesso de       |
| 200ml de Leite de Coco   | água e reserve;                |
| 50g de Coco Ralado Seco  | 2. Misture os ovos, o açúcar e |
| 30gr de manteiga sem sal | a manteiga com um fouet;       |
| 3 Ovos                   | 3. Acrescente a mandioca, o    |
| 200g de Açúcar Refinado  | leite de coco, o coco ralado   |
| 15g de Fermento Químico  | e o fermento. Misture até      |
|                          | ficar homogêneo;               |
|                          | 4. Assar numa forma untada e   |
|                          | em forno pré-aquecido a        |
|                          | 180°C por 35 minutos.          |

