

Planetpro

REVISTA DE SUSTENTABILIDADE
NESTLÉ PROFESSIONAL

NÃO HÁ TEMPO A PERDER

O papel do restaurante
na redução do lixo



Como resolver
o problema

Como tratar o
desperdício, da
porta ao prato

O dilema
das sobras

bem-vindo à
PLANETPRO



A Nestlé está sempre procurando maneiras de lhe proporcionar um futuro melhor. Na Nestlé Professional, nosso objetivo é apoiar nossos clientes na indústria de serviços alimentares, ajudando a compartilhar ideias e conhecimento sobre novas tendências, questões importantes e as melhores práticas necessárias para concretizá-las.

Com base no excelente retorno que recebemos para nossa revista Nutripro, que se concentra em nutrição, saúde e bem-estar, estamos estendendo o mesmo nível de apoio a outra questão que afeta a todos nós: a sustentabilidade.

Por isso, temos o orgulho de lançar uma nova revista, que será publicada duas vezes por ano: a Planetpro, da Nestlé Professional.

Esta revista abordará uma série de tópicos ambientais que estão intimamente ligados ao ramo de serviços alimentares. Ao compartilhar essas informações, pretendemos ajudá-lo a encontrar maneiras de reduzir o impacto ambiental da sua empresa e trabalhar juntos para proteger o planeta.

Sabemos que nosso setor está enfrentando sérios desafios durante a pandemia. A Nestlé Professional está profundamente empenhada em apoiar todos os clientes durante a retomada de suas atividades. Sabemos que nunca deixaremos de compartilhar, nos alegrar, celebrar e viver. Estamos aqui para apoiá-lo, sempre de portas abertas para você.

*Esperamos que você goste
desta primeira edição.*

TRABALHANDO
PARA ELIMINAR O
desperdício



AGORA É HORA DE PARAR DE ALIMENTAR OS ATERROS.

Quanto resíduo sua empresa produz? Mesmo para quem se preocupa com o meio ambiente, quando se começa a somar tudo o que é jogado fora semanalmente, a resposta pode ser surpreendente.

Há muitas razões para reduzirmos o desperdício. Em primeiro lugar, você pode economizar dinheiro para sua empresa — o que é mais importante do que nunca após a pandemia da COVID-19. Além disso, é claramente a coisa certa a se fazer em termos de proteção do meio ambiente. Nosso planeta tem recursos limitados (incluindo espaços para aterros sanitários), e precisamos usá-los com sabedoria se quisermos que eles durem por gerações.

E, finalmente, reduzir o desperdício é importante para seus clientes. Isso significa que também deve ser importante para você se deseja atrair novos clientes e manter os que já possui. Nesta edição, daremos uma olhada neste tópico e mostraremos algumas maneiras práticas de gerenciar o desperdício em todo o seu

fluxo de trabalho, da entrega à preparação e ao descarte dos alimentos. Vamos ajudá-lo a entender como identificar o desperdício, o que contribui para isso e como você pode introduzir melhores práticas que o reduzem em todos os setores da sua empresa. Vamos começar.

o desperdício em NÚMEROS

1,4

ISSO É
1/3 DE TODO
O ALIMENTO
QUE
CULTIVAMOS

BILHÃO DE TONELADAS
DE ALIMENTOS É
DESPERDIÇADA
TODOS OS ANOS.¹



ISSO ALIMENTARIA

**DOIS
BILHÕES**

DE PESSOAS POR ANO.¹

70%

DA ÁGUA
POTÁVEL É
USADA PARA
A AGRICULTURA.²

PORTANTO,
DESPERDIÇAR
COMIDA =
DESPERDIÇAR
ÁGUA.

8

MILHÕES
DE TONELADAS
DE PLÁSTICO SÃO
DESPERDIÇADOS NOS
OCEANOS
A CADA ANO.³

ISSO AMEAÇA PEIXES,
AVES MARINHAS
E OUTRAS
FORMAS
DE VIDA MARINHA.

**APENAS
14%**

DOS PLÁSTICOS
SÃO RECICLADOS
ANUALMENTE⁴



AS SOLUÇÕES
DE PREVENÇÃO
E DESPERDÍCIO
AJUDAM OS
RESTAURANTES A
**AUMENTAR
O LUCRO EM
US\$ 620
MILHÕES
A CADA ANO.**⁵

2/3

DOS
RESTAURANTES
ESTÃO DISPOSTOS
A PAGAR
MAIS POR
PRÁTICAS
SUSTENTÁVEIS.⁶

COM CADA
DÓLAR
GASTO COM A
REDUÇÃO NO
DESPERDÍCIO
DE ALIMENTOS,
OS RESTAURANTES
PODEM GERAR
**US\$ 8 EM
ECONOMIA.**⁷

28% DOS CONSUMIDORES EVITARAM
JANTAR FORA DEVIDO A
PREOCUPAÇÕES
SOBRE SUSTENTABILIDADE
ENTRE PESSOAS DE 18 A 24 ANOS, SÃO 48%⁸



A

DESEMBALAGEM
PÁGINA 10

FRIGORÍFICO

LATICÍNIOS

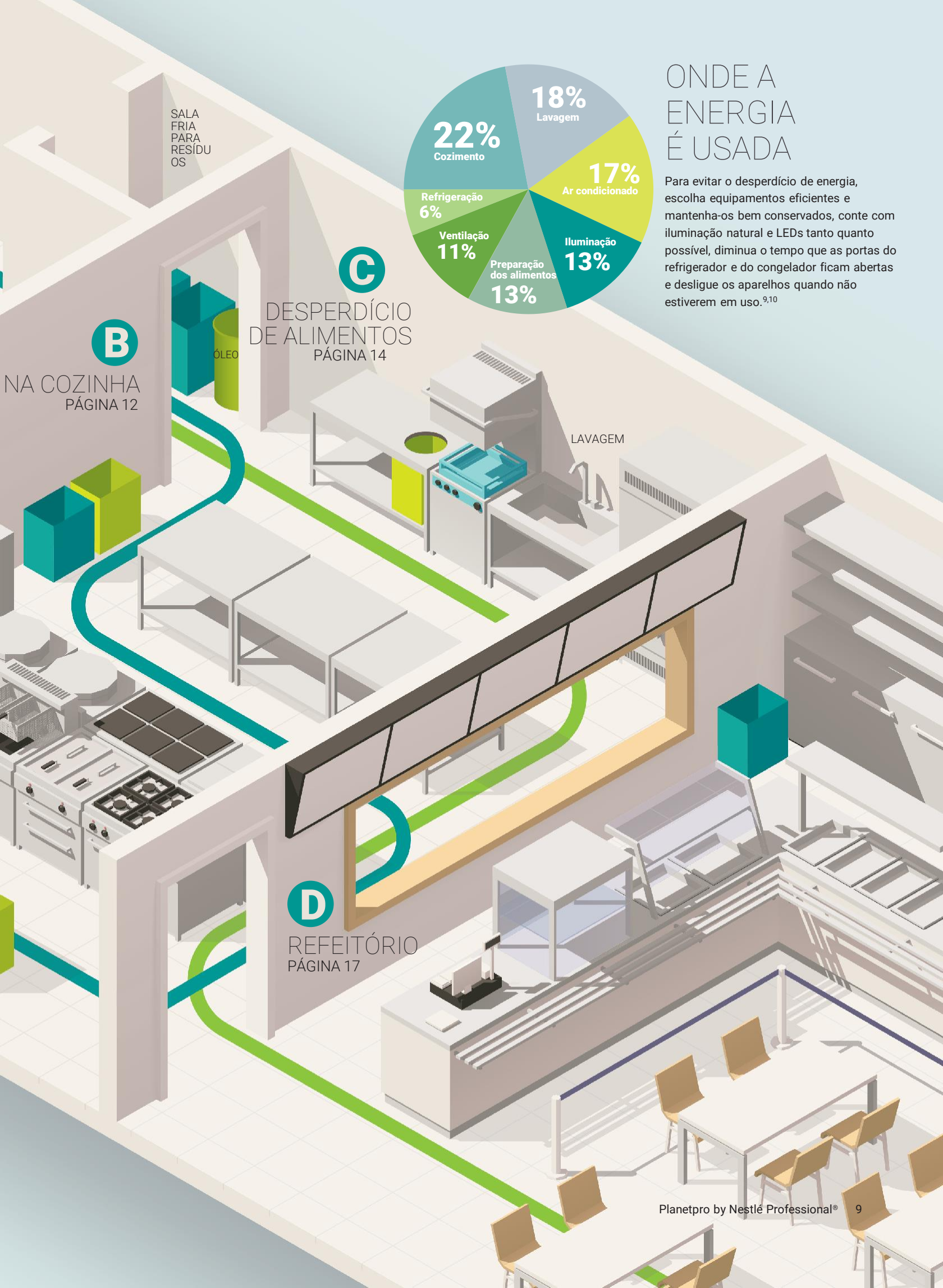
REFEIÇÕES
PREPARADAS

ARMAZENAMENTO
A FRIO

resíduos

DA DOCA AO REFEITÓRIO

Resolver o problema do desperdício exige uma visão ampla. Nas próximas páginas, vamos percorrer todas as fases do seu processo, desde o desempacotamento até a entrega da refeição, visando as principais áreas onde você pode reduzir ou eliminar o desperdício ao longo do caminho.



SALA
FRIA
PARA
RESÍDU
OS

B

NA COZINHA
PÁGINA 12

ÓLEO

C

DESPERDÍCIO
DE ALIMENTOS
PÁGINA 14

LAVAGEM

D

REFEITÓRIO
PÁGINA 17



ONDE A ENERGIA É USADA

Para evitar o desperdício de energia, escolha equipamentos eficientes e mantenha-os bem conservados, conte com iluminação natural e LEDs tanto quanto possível, diminua o tempo que as portas do refrigerador e do congelador ficam abertas e desligue os aparelhos quando não estiverem em uso.^{9,10}

Desembalando

PROBLEMAS COM O RESÍDUO

De ingredientes a produtos de papel e suprimentos de limpeza, a maioria dos itens que sua empresa adquire chegará em algum tipo de embalagem. Para reduzir o desperdício de embalagens, faça o possível para seguir os três R's da sustentabilidade.

REDUZA

Peça aos fornecedores que usem materiais de embalagem mais sustentáveis (papelão, plásticos nº 1 ou nº 2, vidro, aço, alumínio, estanho e "plásticos" de origem vegetal são os melhores) ou que diminuam suas embalagens, usando apenas o suficiente para proteger os ingredientes no trajeto. Você também pode encomendar grandes quantidades, quando possível, para ter menos caixas e menos embalagens de plástico para descartar.

REUSE.

Em vez de embalagens e invólucros descartáveis, peça recipientes recarregáveis ou reutilizáveis como barris, engradados de plástico, paletes de madeira e lonas. Quando os recipientes estiverem vazios, guarde-os em um espaço designado até que o fornecedor possa retirá-los novamente.

RECICLE.

Consulte a legislação local para ver quais materiais podem ser reciclados e como devem ser limpos e separados. Então, treine sua equipe nesse sentido, conscientizando-os de que a reciclagem é importante. Você pode tornar o processo mais fácil, designando áreas de coleta. Organize a coleta ou a entrega de materiais regularmente, para manter sua empresa limpa e organizada.

EMISSÕES DE GASES DE EFEITO ESTUFA^{11,12} POR QUILO DE ALIMENTO

Carne	51 kg	
Camarões	22 kg	
Cordeiro/Cabra	14 kg	
Peixe	10 kg	
Carne de porco	10 kg	
Frango	10 kg	
Espargos	8,9 kg	
Abacate	1,3 kg	
Banana	1,3 kg	
Berinjela	1,3 kg	
Pimentão	1 kg	
Salsão	0,7 kg	
Cenouras	0,5 kg	
Maçã	0,4 kg	
Repolho	0,3 kg	



ESCOLHENDO INGREDIENTES MAIS SUSTENTÁVEIS

Certos tipos de alimentos sobrecarregam o meio ambiente devido às necessidades de água ou terra, pegada de carbono, produtos químicos agrícolas, preocupações com a biodiversidade ou outras pressões ambientais. Embora você provavelmente não queira remover todos esses alimentos do seu menu, é bom entender seus impactos e escolher os ingredientes com atenção, para evitar o desperdício de recursos limitados.

PRODUTOS AGRÍCOLAS

Frutas e vegetais podem variar muito em termos de impacto ambiental, portanto, pense nas substituições ao escolher os ingredientes. Produtos cultivados em lugares distantes também exigem mais combustível e refrigeração para permanecerem frescos durante o transporte, enquanto produtos cultivados localmente podem ir da fazenda à mesa com uma pegada ambiental menor, se produzidos por fornecedores responsáveis.

PEIXES

Algumas organizações, como a Seafood Watch, publicam listas para ajudar empresas e consumidores a escolher opções de peixes e frutos do mar com o mínimo impacto sobre a vida marinha e o meio ambiente. As recomendações variam de acordo com o local.

CARNES/AVES

A pegada de carbono da proteína animal pode variar amplamente, com a carne bovina e de cordeiro contribuindo com a maioria dos gases de efeito estufa e exigindo mais terra, água e ração.

mais

DE CADA INGREDIENTE

Gerações de cozinheiros aprenderam a extrair cada grama nutritiva de seus ingredientes. E muitas técnicas consagradas pelo tempo também são maneiras eficazes de se reduzir o desperdício na cozinha.

PREPARE PARA AGRADAR

Forneça uma variedade de tamanhos de porções no menu para que os clientes possam combinar seus pedidos com seu apetite.

Prepare os pratos somente sob demanda ou use pedidos anteriores para prever as quantidades adequadas.

Deixe os clientes escolherem seus próprios molhos e acompanhamentos para não deixarem alimentos de que não gostam no prato.

Treine e oriente a equipe para evitar erros na receita e no cozimento e seguir as diretrizes de tamanho das porções.

OBTENDO MAIS COM MENOS

ÓLEO DE COZINHA USADO:

- Faça parceria com um fornecedor que possa equipar sua cozinha para reter a gordura e o óleo de cozinha usados, agendar coletas e transportá-los para serem reaproveitados como biocombustível ou suplemento para ração animal.

FRUTAS, VEGETAIS E ERVAS:

- Use apenas guarnições comestíveis.
- Adicione aparas desfiadas e cascas em recheios, hambúrgueres sem carne ou pães.
- Pique caules, caroços e sobras para elaborar saladas ou pickles rápidos.
- Use pedaços defeituosos em saladas ou purês.
- Coloque as peles e as cascas da cebola em uma peneira e cozinhe-as em caldo para adicionar cor.
- Pique ou amasse para aromatizar a manteiga.
- Use amidos para engrossar molhos.
- Transforme sobras de frutas ou frutas muito maduras em geleias, molhos, tortas ou *cobblers*.
- Faça sucos para smoothies ou xaropes e infusões.

PROTEÍNA E QUEIJO:

- Corte sobras de guarnição para salada, quiche ou sopas.
- Ferva as carcaças de aves com as sobras de vegetais para fazer um caldo que possa ser congelado.
- Asse os ossos e cozinhe com extrato de tomate, aromas e ervas para fazer base para molhos.
- Adicione sobras e crostas de queijo para dar sabor ao caldo com umami.

BEBIDAS:

- Adicione açúcar à borra de café e use-a para amaciar a carne.
- Use a sobra de laticínios em sopas ou pudins.
- Congele suco ou café em cubos de gelo aromatizados que não diluem as bebidas.





O dilema

DAS SOBRAS

Apesar de seus esforços de planejamento, há sempre sobras da comida que não foi servida ao final da noite. O que você pode fazer para reduzir o desperdício?

GUARDE-AS

- Contanto que a qualidade da comida não seja afetada e haja espaço de armazenamento, você sempre pode armazená-la para uso futuro.
- Identifique o recipiente de armazenamento com o conteúdo e a data em que o preparou.

DOE

- Após o turno, doe o restante da comida aos funcionários.
- Doe para instituições de caridade, faça acordos com organizações sem fins lucrativos, como cozinhas populares ou despensas de alimentos, para que você possa fazer bom uso de seu alimento e desenvolver a caridade em sua comunidade. Mantenha registros dessas doações para fazer deduções fiscais, quando permitido por lei.
- Faça acordos com as fazendas próximas (incluindo seus fornecedores) para usar suas sobras para alimentação animal.

MOVIMENTE

- Reduza os preços dos alimentos em 1/3 quando estiver perto da hora de fechar.
- Para chamar a atenção para essa opção (e potencialmente aumentar seu movimento noturno), anuncie o desconto nas mídias sociais e ofereça cupons.



COMPOSTAGEM

Faça você mesmo

Se você tiver espaço e tempo, transformar restos em composto pode ser muito gratificante. Você pode encontrar depósitos on-line, construir o seu próprio ou até mesmo usar um balde.

AQUI ESTÁ A ABORDAGEM BÁSICA:

- Escolha um local, interno ou externo.
- Crie um depósito.
- Faça camada de resíduos de alimentos, material vegetal seco como folhas ou serragem e terra.
- Adicione água para manter a pilha úmida.
- Mexa a mistura para arejar.
- Espere 2 a 3 meses, continuando a arejar e mantendo a mistura úmida.
- Use o composto pronto em seu jardim e recipientes.
- Se produzir composto suficiente, poderá distribuí-lo aos fornecedores de produtos agrícolas e/ou clientes.
- Lembre-se de divulgar seus esforços ao público!

Faça parceria com um Fornecedor

Se tiver espaço limitado ou muitas sobras, procure um serviço de aplicação industrial que fornecerá os depósitos e transportará seu composto para processamento.

Siga essas diretrizes:

COMPOSTÁVEL

Coloque no balde

- Restos de frutas e vegetais
- Carne, ossos, produtos da pesca
- Macarrão, pão, cereal
- Alimentos cozidos
- Produtos lácteos, cascas de ovo
- Pó de café, filtros e saquinhos de chá
- Toalhas de papel e rolos de toalha de papel
- Embalagem de alimentos com restos de comida
- Caixas de pizza
- Embalagens de muffin
- Sacos de farinha e açúcar
- Itens rotulados como compostáveis certificados pelo BPI

NÃO COMPOSTÁVEL

Coloque na reciclagem ou no lixo

- PLÁSTICO (a menos que rotulado como compostável)
- Bandejas de isopor para carne
- Folha de alumínio
- Conchas de moluscos, ostras e mexilhões
- Velas, rolhas sintéticas e chicletes
- Bitucas de cigarro, tabaco
- Folhas descartáveis de esfregona
- Materiais recicláveis
- Itens rotulados como biodegradáveis (inúteis)
- Itens rotulados como oxo-biodegradáveis





À mesa

O jantar está servido, mas a redução do desperdício não termina aqui. Existem várias etapas a serem seguidas para evitar ou reduzir o desperdício ao servir a refeição e fazer a limpeza posterior.

Jantar casual/estilo familiar/fino

- Quando os clientes escolherem porções menores, use pratos menores para ajudá-los a ter uma impressão melhor.
- Onde a prática for aceitável, ofereça-se para embrulhar para viagem os alimentos não consumidos.
- Configure um ponto de coleta na cozinha, onde os restos de comida utilizáveis podem ser recuperados para compostagem. Treine a equipe para separar os restos de comida do lixo, para evitar a contaminação do composto.

Casual rápido/para viagem/empresas e instituições

- Substitua os itens de serviço descartáveis por opções biodegradáveis, quando possível.
- Onde forem usados guardanapos de papel, ofereça 1 a 2 unidades por cliente em vez de acesso ilimitado.
- Ajude os clientes a descartarem os itens no local adequado, fornecendo lixeiras separadas para compostagem, reciclagem e lixo, juntamente com fotos e instruções simples.
- Forneça recipientes compostáveis para viagem, junto com instruções sobre como fazê-la.

Mantendo-se no CAMINHO

Não importa quanto espaço, orçamento ou tempo você tenha disponível para reduzir o desperdício, a mudança pode ser iniciada hoje mesmo.

- 1 Meça a quantidade de resíduos que sua empresa produz em uma semana. Para ter uma visão geral do seu resíduo, coloque uma balança sob o lixo e as latas de lixo reciclável e some o peso total do período. Você também pode separar o lixo em categorias básicas como embalagem, deterioração, preparação de alimentos e restos de comida nos pratos para identificar as áreas que precisam de melhorias.
- 2 Segmente as práticas que geraram o maior desperdício e busque maneiras de melhorá-las, como ajustar as quantidades dos pedidos ou de alimentos, treinar novamente a equipe, enviar mais itens para compostagem/reciclagem ou ajustar os menus.
- 3 Defina algumas metas alcançáveis para reduzir o seu desperdício.
- 4 Avalie as categorias novamente após uma semana ou um mês.
- 5 Acompanhe o seu progresso.
- 6 Informe seu progresso aos clientes, para mostrar que está cumprindo o que promete.
- 7 Continue a definir e trabalhar em prol de novas metas e estabeleça melhores práticas.

Vamos todos fazer a nossa parte, desperdiçar menos e tornar o mundo melhor.





Fontes

1. Food wastage footprint. FAO. 2014.
2. World Bank Blogs. 2017.
3. World Economic Forum. 2015.
4. Ellen Macarthur Foundation. The New Plastics Economy. 2016.
5. ReFED. A Roadmap to Reduce U.S. Food Waste by 20 Percent. 2016.
6. Namkung, Y. & Jang, S. Are Consumers Willing to Pay More for Green Practices at Restaurants? 2017.
7. World Resources Institute. 2017.
8. Nestlé Professional Balancing Plates Report.
9. www.energy.ca.gov/2006publications/CEC_400-2006-005.
10. The PG&E Food Service Technology Center.
11. Heller, M. and Keoleian, G. Journal of Industrial Ecology. 2014.
12. Poore & Nemecek. Science. 2018.



Nestlé Professional
Nestec S.A.
Avenue Nestlé 55
CH-1800 Vevey
Suíça

www.nestleprofessional.com

A Planetpro é uma publicação da
Nestlé Professional © 2020

contactnp@nestle.com para
obter mais informações.

Editor: Jean Jacques Lerouge
Consultores: Emmanuel Lorieux,
Iris Meyer, Alain Contal, Ann
Menard **Direção Criativa:** Mr & Mrs
Copy: Karin Lannon
Fotografia: Yolanda Gonzalez,
Nestlé Professional