

## DESENVOLVIMENTO DE UM CUPCAKE ENRIQUECIDO COM VITAMINA B12, B9 E FERRO

SOUZA, Tatiana Sabrina de Sá Ribas de, (Nutrição/UniBrasil)

SILVA, Rosicler de Andrade, (Nutrição/UniBrasil)

ZAWADZKI, Letícia Martins, (Nutrição/UniBrasil)

Com base nos conhecimentos adquiridos ao no curso de Nutrição do Centro Universitário Autônomo do Brasil durante o seminário, Alimentando com saúde qual a patologia pesquisada foi a anemia megaloblástica; A anemia caracteriza-se por uma diminuição de hematócrito, da concentração de hemoglobina ou da concentração de hemácias no sangue ( TOMICH, ROCHA e PEREIRA; 2012), foi desenvolvido por alunas do terceiro período um *cupcake* de chocolate enriquecido com fígado bovino, para atender as necessidades principalmente de crianças com anemia megaloblástica ou deficiência de ferro e outras vitaminas, sabe-se que a recomendação é de vitamina B12 para um adulto é de 2,4 mcg/dia. O *cupcake* foi confeccionado no laboratório de técnica dietética com poucos ingredientes, incluindo o fígado de boi cru na preparação da massa, qual foi utilizado como fonte destas vitaminas, logo foi assado e enformado e decorado, e servido para os alunos alunos do Centro Universitário Autônomo do Brasil, o *cupcake com a cobertura* apresentou 231,9 calorias, 5,1 g de proteínas, 12,3 g de lipídeos, 29,5 g de carboidratos, 2,9 mcg de vitamina B12, 37,73 g de vitamina B9 e 1,2 mg de ferro heme. Ou seja o prato conseguiu atingir a indicação diária em uma única porção tornando-se um alimento rico em B12 e B9 e fonte de ferro heme, ajudando no tratamento e manutenção da saúde de anêmicos megaloblásticos, crianças com dificuldade de ingerir o fígado como alimento, ou somente como alternativa de preparação do fígado bovino, que é uma excelente fonte de vitaminas, ferro e minerais.

Orientadora: Andreea Pissatto Peres

**Palavra-Chave:** CUPCAKE; FÍGADO; VITAMINA B12