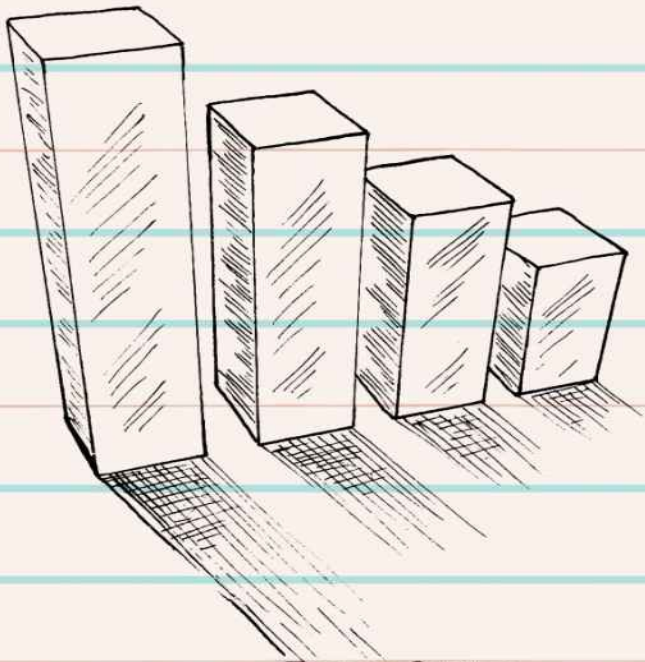
O Guia Definitivo

Ficha Técnica

Domine este instrumento e tenha os custos sob controle.



Tiago Curvo

Ficha Técnica

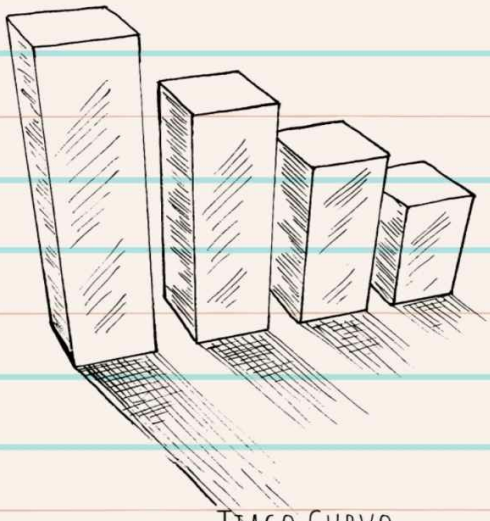
O GUIA COMPLETO E DEFINITIVO.

Tiago C. Freitas
[NOME DA EMPRESA] | [ENDEREÇO DA EMPRESA]

O Guia Definitivo

Ficha Técnica

Domine este instrumento e tenha os custos sob controle.



Tiago Curvo

Sumário

Apresentação
Ficha Técnica
Nome da Preparação
Foto da Preparação
Utensílios
Equipamentos
Outros
Ingrediente
Unidade de Medida (UM)
Quantidade Bruta (QB)
Quantidade Líquida (QL)
Fator de Correção (FC)
Fator de Rendimento (FR)
Preço de Mercado (PM)
Custo do Ingrediente na Receita (CIR)
Pré-preparo e Observações
Custo Total da Receita (CTR)
Modo de Preparo
Tempo de Preparo
Rendimento Total
Tamanho da Porção
Porções por Receita (PPR)
Custo da Porção (CP)
Outros Campos Também Utilizados
Exercícios
Exemplos de Ficha Técnica Operacional
Exemplos de Ficha Técnica Administrativa
Fórmulas
Referências

Apresentação

O ramo de alimentação é complexo, vive em constante mudança e é formado por profissionais de diversas áreas de conhecimento. Além disso, diferente da maioria dos serviços, o nicho da alimentação também entrega produtos e, diferente da maioria dos negócios de venda de produtos, também entrega serviço. Desse modo, percebemos que trabalhar com gastronomia tem necessidades muito específicas.

Dessa forma, no que tange o seu funcionamento, podemos dizer que o ramo alimentício necessita de uma grande quantidade de procedimentos e processos para funcionar corretamente. Assim, como qualquer serviço ou produto, para se obter qualidade no seu funcionamento, é necessário conseguir uma padronização tanto nos processos, quanto nos procedimentos. A padronização de processos e procedimentos permite um maior controle dos passos dados no cotidiano da unidade de alimentação.

Para atingir essa padronização é necessário o uso de instrumentos controle e organização padronizados, como por exemplo o uso de balanças adequadas ao seu uso e calibradas com a frequência necessária estipulada pelo fabricante além do uso de fichas técnicas para cada preparação. Além disso, o uso de planilhas, formulários, procedimentos, processos e rotinas controladas e padronizadas é essencial para se executar um trabalho de forma organizada.

Este livro tem por objetivo mostrar alguns modelos de ficha técnica e os principais campos que acredito serem necessários para obter as informações mínimas para a gestão de um negócio de cozinha e a sua operação. Não tenho a pretensão de dizer que somente o que está posto neste livro é o correto, pois cada estabelecimento tem a sua complexidade e suas necessidades específicas de informação a serem obtidas com o preenchimento desse instrumento.

Ficha Técnica

Antes de falar sobre ficha técnica e o seu uso por profissionais da alimentação, temos que entender que esse instrumento serve para dar informações padronizadas para pessoas que tenham contato com ele sobre um produto ou serviço a que a ficha técnica se refere. Um exemplo que podemos dar é o de uma ficha técnica de um carro, que tem informações sobre preço, motorização, quantidade de portas e muitas outras coisas. Assim, qualquer vendedor do carro X terá acesso à mesma informação e possam passar, então, as informações corretas para os seus clientes.

Então, já sabemos para que serve uma ficha técnica, assim, podemos focar esse conceito em diversos ramos. Dessa maneira então, é possível entender que, no ramo de alimentação, ela é "um instrumento gerencial de apoio operacional, onde se registram custos, ordenação do preparo e o cálculo do valor nutricional das preparações, especificando, em um formato padrão, as características de produção de cada preparação" (MENEZES; SANTANA; NASCIMENTO, 2018).

Perceba que o conceito acima cita o cálculo do valor nutricional como parte dos registros desse instrumento. Há outros conceitos retratam a ficha técnica como sendo um documento que agrega informações referentes ao preparo de uma refeição e que, por reunir diversos dados em um único local, ajuda a organizar e administrar um serviço de alimentação, como diz Oliveira (2018).

Como há diversos conceitos de ficha técnica, adotaremos o seguinte: um instrumento padronizado que permite ao gestor e aos cozinheiros de uma unidade de alimentação e nutrição (UAN) saberem as quantidades exatas a serem usadas de ingredientes e insumos, modo de preparo e custo de uma receita, além de quais equipamentos e utensílios deverão ser utilizados para o seu correto preparo.

Há dois tipos de fichas técnicas, quando levamos em consideração o ramo de alimentação: a ficha técnica operacional e a ficha técnica administrativa. A principal diferença dos dois tipos está na necessidade de dados acerca do custo da preparação. Enquanto a ficha técnica administrativa precisa ter esses dados, a ficha técnica operacional apenas tem como itens obrigatórios, aqueles que se relacionam aos pesos, medidas, modo de preparo e finalização do preparo a ser executado.

Na lista abaixo, coloco todos os itens necessários para que o administrador de uma cozinha consiga elaborar uma ficha técnica administrativa completa.

- Nome da preparação
- Foto da preparação
- Utensílios e Equipamentos utilizados
- Outros itens utilizados (descartáveis, por exemplo)
- Ingredientes utilizados
- Quantidade Bruta e Quantidade Líquida
- Fator de Correção e/ou Fator de Rendimento
- Unidade de Medida
- Preço de Mercado
- Custo do Ingrediente na Receita
- Pré-preparo e Observações dos Ingredientes

- Custo Total da Receita
- Modo e Tempo de Preparo
- Rendimento Total da preparação
- Tamanho e Custo da Porção
- Porções por Receita

Ao final deste livro, você verá alguns exemplos de ficha técnica operacional e de ficha técnica administrativa para que essa diferença fique mais clara. A partir de agora, irei explicar de forma detalhada de que forma cada item da ficha técnica deve ser preenchido, calculado ou listado.

Nome da Preparação

Colocar o nome da preparação ou receita de forma correta é fundamental, especialmente no caso de receitas que levem múltiplas preparações na sua elaboração. Um exemplo é o de uma lasanha feita com molho bolonhesa, molho bechamel e queijo provolone. O nome a ser colocado no campo deverá ser o nome de venda da lasanha no cardápio. Os molhos bolonhesa e bechamel entrarão no campo ingredientes juntamente com o queijo provolone.

No caso de uma receita de arroz branco, por exemplo, o nome da preparação deverá ser arroz branco e o nome o ingrediente, por sua vez, arroz tipo 1 ou arroz agulhinha, por exemplo. Isso porque o ingrediente e a receita não devem ter o mesmo nome para não correr o risco de mal entendimento, o que poderá levar a uma falha na gestão.

Foto da Preparação

A foto da preparação é um dos itens básicos para a elaboração de uma ficha técnica completa, pois ela revelará tanto para o executante quanto para o gestor a aparência final do preparo. Assim, tanto o cozinheiro quanto o administrador deverão utilizar a foto como referência da finalização do preparo.

Com a foto, conseguem-se informações sobre a decoração, posicionamento, forma de armazenamento e/ou outros dados que permitam a correta elaboração da receita. Além disso, a foto servirá de base de comparação para a evolução do preparo ao longo do tempo e como guia de montagem, caso seja uma ficha técnica de um prato finalizado.

É importante ressaltar que todos os itens presentes na foto da preparação devem ser colocados na ficha técnica, até mesmo aquele ramo de salsinha utilizado para decorar o prato..

Utensílios

Utensílios são os instrumentos pessoais ou coletivos de trabalho. São as ferramentas utilizadas para se produzir algo na cozinha, como por exemplo: facas, placas de corte, chinois e tantos outros.

Listar os utensílios em uma ficha técnica serve para que o executante da preparação, ou seja, o cozinheiro, possa se preparar corretamente para conseguir elaborar a receita conforme o solicitado. É de extrema importância ser bem específico na listagem de utensílios, visto que a falta de especificidade pode gerar dúvida ou até mesmo levar o cozinheiro a utilizar um utensílio incorreto, o que pode levar a um porcionamento equivocado, um corte errado ou até mesmo uma cocção inadequada.

Assim, a listagem de utensílios deve seguir um padrão de especificidade que se adeque à cozinha onde a receita será elaborada. Dessa forma, vemos abaixo alguns exemplos para que fique ainda mais claro.

- Faca do Chef (e não apenas faca)
- Sauteuse média (caso tenha apenas 3 tamanhos de frigideira, essa é uma possibilidade)
- Forma bombocado tamanho 3
- Placa de corte azul (ou a cor correta de acordo com o preparo a ser feito)

Por óbvio, essas especificações dependerão da cozinha ou do ambiente onde será feita a preparação.

Outra coisa importante é listar a quantidade de cada item na listagem de utensílios, caso essa quantidade seja maior do que 1. Assim, o cozinheiro poderá se organizar melhor e o administrador terá uma melhor noção de quanto é utilizado de cada coisa em sua cozinha.

Equipamentos

Equipamento é todo o maquinário utilizado no fabrico de algo ou utilizado para dar suporte ao trabalho das pessoas. Quando pensamos em termos de cozinha, então, podemos definir equipamento todo o maquinário usado para dar suporte no processo de transformação ou armazenamento do alimento.

Assim, podemos citar como equipamentos: forno, refrigerador, batedeira, masseira e outros mais. Ao elaborar a lista de equipamentos, é importante conhecer o processo de elaboração da receita, pois somente então a pessoa responsável por elaborar a receita poderá adicionar o equipamento correto na ficha técnica.

Nesse campo, então, deverão ser colocados todos os equipamentos utilizados para a elaboração da receita. Caso haja um processo de cocção na receita, devemos colocar em qual equipamento o alimento será cozido, como fogão, forno ou fritadeira, por exemplo.

Outros

Nesse campo, deverão ser listados todos os itens utilizados que não são caracterizados como utensílios nem equipamentos, como, por exemplo, os descartáveis. A lista de descartáveis deverá ser feita de forma cuidadosa e, a depender do item, a quantidade de itens também deverá estar listada, como por exemplo as forminhas de brigadeiro e de empada.

No caso de descartáveis que não são unitários, mas contínuos, como é o caso do papel alumínio e o filme plástico, apenas adicionar o nome à lista já será suficiente. No entanto, no caso de descartáveis que serão gastos na elaboração do preparo, a quantidade deverá ser colocada. O custo, contudo, não será adicionado neste momento, na ficha técnica. Isso será visto no livro “O que vem depois da Ficha Técnica”.

Ingrediente

Ingredientes são as substâncias que fazem parte de uma receita ou mistura. São os itens como legumes, cereais, temperos e outros. Há receitas que utilizam ingredientes que levam algum tipo de preparo, como molhos ou massas, por exemplo. Ainda assim, esses molho ou massas deverão ser colocados como ingredientes.

A listagem deverá ser feita de forma a identificar corretamente cada um dos ingredientes. Essa identificação deverá ser feita usando o nome do ingrediente que consta na sua lista de compras e conforme consta na lista de produtos do seu fornecedor ou o nome dado à preparação utilizada. Veja o exemplo abaixo para que seja mais fácil a compreensão.

No mercado, encontramos brócolis em duas versões: congelado e in natura. Então, como devemos colocar o brócolis na lista de ingredientes? Caso você compre o brócolis já congelado, ele deverá ser listado como brócolis congelado na sua lista, no entanto, caso use o brócolis in natura na confecção da sua receita, apenas escreva brócolis ou brócolis in natura.

Outro exemplo é o queijo muçarela, que podemos comprar de diversas formas: fatiado, peça inteira, pedaço ou ralado. Independente de o valor de cada forma ser igual ou diferente, colocar se a muçarela é comprada fatiada ou em pedaço é importante, pois, em algum momento, é possível que o valor de cada forma de venda possa ser diferente.

Ainda outro exemplo é o de uma lasanha à bolonhesa onde um dos ingredientes utilizados é um molho à bolonhesa feito no estabelecimento. É importante colocar o molho de forma clara e identificar que esse molho tem uma ficha técnica própria, pois é produzido pelo próprio estabelecimento.

Unidade de Medida (UM)

Nessa coluna, devemos identificar qual é a unidade de compra, comercialização ou uso daquele ingrediente. Essa unidade deverá ser quilograma, litro ou unidade, representados pelas suas siglas Kg, L e Unid.

É importante observar a unidade de comercialização de ingredientes, pois em muitos casos, essa unidade não está explícita e tem que ser interpretada, como é o caso da azeitona em conserva. Compramos um pote de azeitona que tem peso líquido e peso drenado. Então, a definição da unidade se dará pelo peso drenado, pois o peso drenado é o peso na azeitona sem o líquido da conserva.

Outro exemplo que podemos dar é sobre o limão. O limão é vendido por peso, mas em muitas receitas é pedido em unidade. O que devemos colocar é o peso médio de um limão como sendo o equivalente a uma unidade. Para saber o peso médio, basta ir ao mercado e comprar 10 limões médios. Divida o valor total da compra por 10 e saberá o peso médio do seu limão.

Tem mais um exemplo importante que é como colocar a unidade do ovo na ficha técnica. Para começar, há duas formas de se definir a unidade de medida para o ovo: unidade ou kg. E como definir a unidade de medida correta para se colocar na ficha técnica, então? Bem, isso dependerá de como a sua receita é formulada e de como o seu fornecedor vende ovos. É possível comprar ovo pasteurizado em garrafas, ovo em pó e ovo in natura. Para simplificar, vamos começar a falar de uma forma bastante comum de comercialização de ovos, a dúzia.

No caso de comprarmos os ovos por dúzia ou em placas de 30 unidades, devemos assumir a unidade de medida como sendo a unidade. No caso de trabalharmos em uma confeitaria ou com panificação onde a quantidade de ovos nas preparações é medida por peso, é importante colocar na ficha técnica a unidade de medida dos ovos em kg. Dessa forma, caso a compra seja feita em placas de 30 unidades ou de dúzia, devemos pesar os ovos, já depois de quebrados e calcularmos um peso médio. No caso de usarmos os ovos pasteurizados em garrafas, deveremos pesar o conteúdo da garrafa para sabermos quanto pesa cada uma e sempre porcionar os ovos por peso.

Outra dificuldade recorrente na hora de identificar a unidade de medida está relacionada com o uso de ervas frescas que são vendidas por maço como salsa, centro, cebolinha e outros. Muitas receitas pedem esses ingredientes picados e usam como medida, a colher de sopa, por exemplo. A melhor forma que achamos para definir a unidade de medida é por peso. Para tanto, temos que pesar os maços de cada erva fresca e saber o seu peso médio.

Em suma, definir a unidade de medida corretamente é crucial para o preenchimento correto da sua ficha técnica. Compreender a forma de escolha da unidade de medida, então, faz com que o gestor ou o chef de cozinha consigam estabelecer uma padronização no preenchimento e, até mesmo, pode ajudar na escolha de um fornecedor. Uma unidade de medida equivocada resultará em um peso errado e um custo totalmente errado. Assim, tenha atenção ao colocar a unidade de medida correta nesse campo.

Quantidade Bruta (QB)

A quantidade bruta de um ingrediente ou insumo se refere à quantidade daquele ingrediente ou insumo que deverá ser disponibilizada para se executar aquela receita sem retirar as partes impróprias para consumo ou indesejadas. É o peso ou quantidade do ingrediente inteiro, com casca, por exemplo.

Para simplificar o entendimento, vamos pegar uma cebola como ingrediente de uma preparação. Ao lermos a receita, vemos que é solicitada uma cebola média. Essa cebola será, então, picada e utilizada em um refogado. Assim, a quantidade bruta de cebola será o equivalente ao seu peso médio. Uma cebola média pesa, e média, 220g, por exemplo. Assim, ao preencher a coluna de peso bruto, colocaremos 0,220, o que é a representação de 220g.

Para facilitar a compreensão e o entendimento, é recomendado que utilizemos três casas decimais para o preenchimento da coluna de Quantidade Bruta. Isso porque ao escrevermos o peso da cebola com três casas decimais, conseguimos ver o número 220 aparecendo. Caso utilizássemos apenas duas casas decimais, o número 220 não ficaria tão aparente, pois apareceria assim: 0,22. Veja na tabela abaixo:

PESO EM GRAMAS	DUAS CASAS DECIMAIS	TRÊS CASAS DECIMAIS
220	0,22	0,220
400	0,40	0,400
555	0,56	0,555

Então, ao usar a unidade de medida Kg ou L e colocarmos três casas decimais como padrão, conseguiremos mais facilmente perceber a quantidade solicitada na receita, como visto na planilha acima.

Dessa forma, vemos o quão importante é termos os dados representados de forma correta. Tão importante quanto isso é termos dados confiáveis para que possamos inserir nas fichas técnicas. Para tanto, é muito importante termos balanças adequadas ao peso que iremos aferir e com a precisão adequada à realidade de cada estabelecimento. A escolha dos equipamentos corretos e com a calibração bem feita é muito importante.

Mas por que Quantidade Bruta e não Peso Bruto, já que só vimos exemplos com peso até agora? Porque temos outras duas unidades de medida que podemos utilizar nas fichas técnicas: litro e unidade. No caso de líquidos, utilizaremos a unidade de medida do litro em quase todos os casos. No caso de panificação, há receitas que solicitam que todos os ingredientes sejam pesados. Dessa forma, até os líquidos deverão ser referenciados com a unidade de medida Kg.

Por fim, no caso de utilizarmos a unidade como a unidade de medida que se relaciona com o ingrediente, não haverá muita dificuldade. Basta contar quantas unidades foram solicitadas na receita.

Antes de seguirmos adiante, é imprescindível que possamos identificar corretamente a Quantidade Bruta de um ingrediente. Para tanto, temos que voltar ao conceito inicial de que a Quantidade Bruta se refere à quantidade de ingrediente disponível para uso na receita. Ou

seja, caso seja solicitada meia cebola na receita, o peso referente a essa meia cebola é o que entrará como Peso Bruto. Caso esteja escrito na sua ficha técnica que será utilizado meio litro de leite, apenas 0,500 L deverão ser colocados como Quantidade Bruta.

Então, temos que entender que se não há perda de partes do ingrediente, a Quantidade Bruta será somente o que foi disponibilizado para a receita. Por exemplo, se você compra 1 litro de leite, mas só usa 500 ml em uma receita, não há perda, pois o restante do leite será guardado para ser usado posteriormente.

Quantidade Líquida (QL)

A Quantidade Líquida de um ingrediente ou insumo se refere à quantidade realmente utilizável desse mesmo ingrediente, ou seja, é a quantidade de ingrediente que iremos utilizar, de fato, na preparação da receita, depois de ter sido limpo, descascado ou desfolhado. É importante conhecermos a quantidade líquida dos ingredientes, pois isso influencia no cálculo do rendimento total da receita e, em alguns casos, há receitas que pedem o ingrediente já em sua quantidade líquida.

Como saberemos, então, quando a receita pede a quantidade líquida ou a quantidade bruta? Temos que interpretar a receita para sabermos qual das duas quantidades estão sendo solicitadas. Para tanto, vejamos alguns exemplos a seguir.

1 – “Pique 1 cebola inteira e refogue em 1 colher de sopa de manteiga.”

2 – “Corte 500 g de filé mignon em cubos e tempere com 15 g de sal refinado.”

Vamos começar pelo exemplo 1. Ao dar o comando de picar 1 cebola inteira, entendemos que pegaremos 1 cebola, limparemos a cebola retirando as partes não desejáveis e depois picaremos a cebola. Assim, a Quantidade Bruta da cebola será o peso da cebola inteira e a Quantidade Líquida será o peso da cebola já limpa e picada. Vamos presumir que a cebola comprada por esse cozinheiro tenha, em média 220 g antes de ser limpa e picada. Agora vamos presumir que esse cozinheiro retirou as partes indesejáveis da cebola e a picou, conforme solicitado. Ao pesar a cebola depois de ser picada, esse cozinheiro anotou o peso de 155 g. Esse peso de 155 g é a Quantidade Líquida.

Ainda no exemplo 1, temos a manteiga para avaliarmos se está sendo colocada na receita como quantidade bruta ou quantidade líquida. No caso de líquidos, manteiga, engarrafados e secos, sempre presumimos que a Quantidade Líquida e a Quantidade Bruta são as mesmas. Ou seja, pesaremos 1 colher de sopa de manteiga e colocaremos esse valor tanto em Bruto quanto em Líquido, pois não há necessidade de limpar a manteiga ou retirar alguma casca ou nada do tipo.

Assim, o mesmo pensamento deverá ser tido no exemplo de número 2 quando usamos o peso de 15 g de sal refinado. O sal é um ingrediente seco e não há perda no seu uso, assim, vamos presumir que tanto a Quantidade Bruta quanto a Quantidade Líquida será de 0,015 Kg.

Ainda falando sobre o exemplo 2, vamos identificar agora se a Quantidade do filé mignon é Bruta ou Líquida. Em muitos casos, em restaurantes, antes de um cozinheiro começar a cozinhar a carne, ela já foi limpa e porcionada. Se for assim, então a Quantidade de filé mignon que está referenciada na receita será a Líquida. Outra forma de identificar se a Quantidade é Bruta ou Líquida é olhando o modo de preparo. Caso haja alguma referência à limpeza da carne no modo de preparo, devemos colocar que aquele valor será referente à Quantidade Bruta. Se não houver nenhuma referência a isso, consideraremos que a Quantidade será Líquida.

Resumindo, caso haja diferença entre a quantidade do ingrediente inteiro e a quantidade do ingrediente depois de limpo, a Quantidade Bruta será diferente da Quantidade Líquida.

Fator de Correção (FC)

Já sabemos que há uma diferença entre Quantidade Bruta e Quantidade Líquida. Já sabemos, inclusive que temos que interpretar a receita para sabermos se a quantidade colocada na ficha técnica se refere à Quantidade Bruta ou à Quantidade Líquida. Contudo, seria muito improdutivo fazer essas aferições todas as vezes que fossemos preparar uma receita. Assim, usamos o Fator de Correção (FC) para simplificarmos esse processo.

O FC é o resultado da divisão da Quantidade Bruta pela Quantidade Líquida de um ingrediente. Vamos voltar para o exemplo 1 do tópico anterior, onde a cebola inteira tinha 220 g antes de ser limpa e cortada e passou a ter 155 g depois de ter sido limpa e cortada. Para sabermos o fator de correção da cebola picada, então, vamos dividir 220 por 150. Assim, obteremos o valor de 1,41935. Como padrão, usaremos duas casas decimais para representar o FC na ficha técnica. Então colocaremos que o FC da cebola picada é de 1,42 na coluna específica.

Assim, podemos ter algumas utilidades para o FC.

1ª – O FC ajuda no cálculo da Quantidade Líquida, pois se dividirmos a Quantidade Bruta pelo FC, teremos a Quantidade Líquida. Em resumo: QL = QB / FC.

2ª – O FC ajuda no cálculo do Peso Bruto, pois se multiplicarmos o FC pelo Peso Líquido, teremos o Peso Bruto. Em resumo: QB = QL x FC.

3ª – O FC ajuda no cálculo do custo do ingrediente na receita, conforme veremos adiante.

4ª – O FC ajuda no cálculo do custo total da receita, conforme veremos adiante.

Resumindo, a Quantidade Bruta se refere ao ingrediente inteiro, sem ter sido limpo. Enquanto isso, a Quantidade Líquida se refere à quantidade do ingrediente depois de retiradas todas as partes indesejáveis e/ou não utilizáveis. O Fator de Correção, por sua vez, é o resultado da divisão da Quantidade Bruta (QB) pela Quantidade Líquida (QL) (FC = QB / QL).

Saber o Fator de Correção, então, é uma forma de ajudar na elaboração da ficha técnica. Recomendamos, então, que cada estabelecimento faça o cálculo de seus fatores de correção e os mantenham em uma tabela à parte sendo revisados periodicamente.

Outra informação importante é que cada forma de uso de um ingrediente pode ter um Fator de Correção diferente de outras formas de uso. Por exemplo: o FC de um limão sendo usado em rodelas será diferente do FC de um limão onde só se usa o sumo.

Contudo, o cálculo do FC não é o único que pode ser feito para termos todas as informações e benefícios acima vistos. Podemos, também, calcular o Fator de Rendimento, conforme veremos no tópico a seguir.

Havendo diferença entre as Quantidades Bruta e Líquida, o Fator de Correção sempre será maior do que 1,00. Caso a Quantidade Bruta seja igual à Quantidade Líquida, o Fator de Correção será igual a 1,00.

Fator de Rendimento (FR)

O cálculo do Fator de Rendimento (FR) é feito quando dividimos a Quantidade Líquida pela Quantidade Bruta do ingrediente (FR = QL / QB). Usar FR ou FC é uma questão de escolha do gestor ou do chef, visto que ambos trazem as mesmas vantagens e são utilizados para obter os mesmos dados ao final.

Caso a Quantidade Bruta seja diferente da Quantidade Líquida, o Fator de Rendimento será sempre menor do que 1,00. Caso o Peso Bruto seja igual ao Peso Líquido, o Fator de Rendimento será igual a 1,00.

Usando, então, o Fator de Rendimento como base de cálculo, podemos achar a Quantidade Líquida ao multiplicarmos o Fator de Rendimento pela Quantidade Bruta do ingrediente (QL = FR x QB). Para conseguirmos chegar ao valor da Quantidade Bruta, temos que dividir a Quantidade Bruta pelo Fator de Rendimento (QB = QL / FR).

Preço de Mercado (PM)

Apesar de este tópico ser aparentemente um dos mais simples, é onde muitas pessoas erram ao fazer o preenchimento da Ficha Técnica, então, preste bastante atenção.

O Preço de Mercado é o valor pago pela unidade de medida do ingrediente. O que quer dizer isso, então, de forma prática? Isso quer dizer que o Preço de Mercado se refere à seguinte expressão “quanto custa o Kg, L ou unidade deste ingrediente”?

Vamos fazer um exemplo prático para que possamos compreender melhor: Jota foi ao mercado para fazer um bife acebolado que ele viu na internet. Ele não tinha nada em casa, pois tinha acabado de se mudar, então comprou 250 g de coxão mole, 2 cebolas, 1 kg de sal, 1 pote de manteiga sem sal e 1 kg de açúcar cristal. Na nota do mercado, apareceram os seguintes valores:

Coxão mole: R$ 9,00
Cebola: R$ 1,98
Sal: R$ 1,00
Manteiga: R$ 17,00
Açúcar cristal: R$ 4,50

Quais valores devemos colocar na coluna Preço de Mercado, então? Vamos explicar um por um e ao final, colocaremos os valores. O coxão mole custou R$ 9,00 por 0,250 Kg, então, já que temos que colocar o preço por Kg, L ou unidade, vamos fazer uma regra de três para saber quanto custa o Kg do coxão mole. Assim, ao dividir 9 por 0,250, temos o valor de 36. Assim, o Kg do coxão mole custou 36,00.

Jota comprou 2 cebolas no mercado e pagou R$ 1,98 nelas. Vamos presumir que cada cebola pese 0,220 Kg, assim ele comprou 0,440 Kg de cebola por R$ 1,98. Vamos fazer o mesmo cálculo do coxão mole, dividindo o valor pago pelo peso comprado: 1,98/0,440. Assim, temos o valor de R$ 4,50 / Kg na cebola.

Já o sal e o açúcar, que foram comprados em pacotes de 1,000 Kg, terão o valor replicado na coluna de Preço de Mercado. A manteiga, no entanto, teve um custo de compra de R$ 17,00 por pote. Cada pode tem 0,500 Kg, então, vamos dividir o valor pago pelo peso que foi comprado: 17/0,500. Assim, teremos o valor de R$ 34,00 / Kg. Assim, na coluna de Preço de Mercado, os valores a serem preenchidos serão os seguintes:

Coxão mole: R$ 36,00 / Kg
Cebola: R$ 4,50 / Kg
Sal: R$ 1,00 / Kg
Manteiga: R$ 34,00 / Kg
Açúcar cristal: R$ 4,50 / Kg

Ou seja, temos que ter atenção à quantidade comprada e o valor pago por isso. No caso de um pote de azeitonas em conserva que custe R$ 30,00 e tenha as seguintes informações no rótulo: peso líquido 500 g e peso drenado 300 g, como faremos para saber o valor a ser colocado na coluna de Preço de Mercado? Nesse caso, utilizaremos o peso drenado como referência do peso que foi comprado, pois o peso drenado é o peso das azeitonas sem o pote e sem o líquido da conserva. Assim, faremos o seguinte cálculo para saber qual valor colocar na coluna de Preço de Mercado: R$ 30/0,300 Kg. O resultado, então é R$ 100 / Kg.

Mais um exemplo para conseguir deixar bem explicado. Uma placa de ovos custa R$ 18,00 e vem com 30 ovos. Assim, faremos o cálculo acima para sabermos quanto custa casa unidade de ovo. Esse valor será de R$ 0,60 por unidade de ovo.

Então, para que possamos saber o valor a ser colocado na coluna Preço de Mercado, temos que dividir o valor pago pelo item pela quantidade comprada desse item. Assim, teremos o valor em R$/Kg, R$/L ou R$/Unidade..

Custo do Ingrediente na Receita (CIR)

Essa coluna é chave para a ficha técnica administrativa, pois é aqui onde colocaremos o custo de cada ingrediente na receita. Para isso, temos que saber o quanto foi disponibilizado de cada ingrediente para executar a receita como também qual o Preço de Mercado de cada item. Esses dois dados já foram comentados aqui neste livro nos tópicos 10 e 14, ou seja, Quantidade Bruta e Preço de Mercado.

Tendo esses dados anotados na sua ficha técnica, basta multiplicarmos a Quantidade Bruta pelo Preço de Mercado. Assim, a fórmula é a seguinte: CIR = QB x PM. Certo, mas por que essa fórmula é a correta? Vejamos o exemplo a seguir.

QB = 0,650 Kg
PM = R$ 15,00 / Kg
\\CIR = 0,650 Kg x R$ 15,00 / Kg
CIR = 0,650 x R$ 15,00
CIR = R$ 9,75.

No exemplo acima, temos a Quantidade Bruta de 650 g de algum ingrediente, o Preço de Mercado desse ingrediente é de R$ 15,00 / Kg, então, ao multiplicarmos esses dois dados, obteremos o valor de R$ 9,75. Esse valor será o Custo do Ingrediente na Receita.

Vamos para outro exemplo, agora utilizando ovo de quintal como o ingrediente e a UM (Unidade de Medida) escolhida para colocar esse ingrediente na ficha técnica foi a Unidade. Compramos 1 placa de 30 ovos por R$ 18,00 e usaremos 3 ovos para elaborar a nossa receita. Vamos descobrir qual é o CIR (Custo do Ingrediente na Receita) dos ovos de quintal, então?

Se 30 ovos de quintal custam R$ 18,00, quanto custa cada unidade de ovo de quintal? Vamos dividir o valor pago pela quantidade comprada, então, iremos dividir 18 por 30. Ao fazer essa divisão, obteremos o valor de R$ 0,60 / Unidade.

Assim, temos a nossa QB (Quantidade Bruta) que é 3 e o nosso PM (Preço de Mercado) que é R$ 0,60 / Unidade. Se sabemos que a fórmula é CR = QB x PM, então, basta encaixar os dados na fórmula para conseguirmos o valor correto do CIR.

CIR = QB x PM
CIR = 3 x 0,60
CIR = 1,80

Ou seja, nesta receita, o custo com ovos de quintal será de R$ 1,80. Assim, para preencher essa coluna, basta fazer esse cálculo para cada ingrediente.

Pré-preparo e Observações

Esse campo deve ser preenchido com informações que são importantes para a execução da receita ou até mesmo informações que possam facilitar a sua elaboração, como a medida caseira dos ingredientes, quando for o caso.

Um bom exemplo de informação que deve ser colocada nessa coluna, então é a conversão para medida caseira da Quantidade Líquida a ser utilizada na receita. A medida em xícara, colher de sopa ou colher de chá deve ser o mais próxima possível da Quantidade Líquida de forma a não haver variações importantes no resultado final da receita.

Outra informação importante, é a temperatura de uso de algum ingrediente ou insumo, como “Leite Morno”, afinal, até que temperatura algo é considerado morno e a partir de qual temperatura é considerado quente? Aqui poderíamos colocar “não passar de 45ºC”.

No caso de farinha de trigo para uma receita de bolo, seria importante adicionar nessa coluna a expressão “peneirada”, visto que a maioria dos bolos pede que a farinha de trigo seja peneirada. Ou seja, qualquer informação que, de fato, seja importante e que não seja possível colocar na coluna de ingrediente deve ser colocada nessa coluna.

Custo Total da Receita (CTR)

Para preencher esse campo, temos que somar todos os Custos de cada Ingrediente na Receita. Assim, há de se ter muito cuidado no cálculo dos custos de cada ingrediente, pois um único custo calculado errado levará a um custo total equivocado.

Modo de Preparo

O modo de preparo deve ser escrito de forma simples, de fácil compreensão e de forma direta, sem rodeios. Podemos escrever os verbos de comando no imperativo (pique, corte, asse, refogue, etc) ou no infinitivo (picar, cortar, assar, refogar, etc). Qualquer dessas duas formas pode ser utilizada, pois ambas dão noção de ação e indicam a ação a ser executada pelo cozinheiro.

Além disso, é importante utilizar termos técnicos de gastronomia, caso os executantes da receita presente na ficha técnica sejam capacitados. Caso não sejam capacitados, a ficha técnica deverá conter termos similares aos termos técnicos de forma a possibilitar um melhor entendimento dos cozinheiros.

O modo de preparo deve ser escrito determinando os tempos e temperaturas necessários para a correta execução da receita, assim como a ordem dos procedimentos, os cortes necessários e o uso correto dos utensílios e equipamentos que serão utilizados, assim como a utilização dos termos corretos para designar as técnicas utilizadas na elaboração do preparo. A seguir, teremos um exemplo de um modo de preparo escrito de forma errada e outro, com o mesmo preparo, porém escrito de forma correta.

“Vamos começar puxando a batata cortada bem picada na soté até começar a ficar douradinho nas pontas.”

“Refogar a batata cortada em brunoise no fogo médio em uma sauteuse média até dourar levemente.”

Perceba que o uso correto dos termos facilita a compreensão e diminui a possibilidades de erros de interpretação por parte dos cozinheiros. Colocar a intensidade do fogo, o nome exato do corte e o tamanho correto da sauteuse é importante, pois padroniza a informação e mostra para qualquer um o que é para ser feito e de que forma é para ser feito. Caso percebamos que os cozinheiros não conheçam os termos mais técnicos, poderemos escrever utilizando sinônimos, como havíamos dito antes, assim, o modo de preparo poderia ser escrito da seguinte forma: refogue a batata cortada em cubos pequenos em fogo médio na frigideira de 25cm até dourar levemente. Por óbvio, a descrição da sauteuse ou frigideira não precisaria estar no modo de preparo caso tenha sido colocada no campo de utensílios.

Importante ressaltar que o modo de preparo deve retratar fielmente o passo a passo da preparação. Isso inclui o tempo de cocção que, em muitos casos é aproximado. Por exemplo, ao colocarmos um frango para assar em um forno até que fique dourado, é importante colocar o tempo e a temperatura de cocção. Contudo, a depender do forno, o tempo gasto para que esse frango fique dourado pode variar. Assim, é importante indicar o tempo e dar a orientação acerta do resultado final do preparo como por exemplo: assar a 160ºC por 30 minutos ou até dourar.

Tempo de Preparo

Há duas formas de contar o Tempo de Preparo: na primeira, contaremos o tempo de preparo da receita desde o início do mise en place até a entrega da receita pronta e na segunda forma, começamos a contar o tempo de preparo apenas quando começa o Modo de Preparo.

Temos que decidir qual das duas formas é melhor para colocar na ficha técnica. No caso de um restaurante que tem um momento para pré-preparo distinto do momento do preparo ou serviço, não há como colocar o tempo gasto no pré-preparo como parte do Tempo de Preparo da receita. Contudo, caso trabalhemos em um local onde não há um momento distinto de pré-preparo e preparo, teremos que considerar o Tempo de Preparo em conjunto com o tempo do pré-preparo. Para tanto, há de se considerar escrever todo o pré-preparo no Modo de Preparo da receita.

Resumindo o que foi dito acima, podemos considerar o Tempo de Preparo tudo que acontece no Modo de Preparo. Dessa forma, teremos uma padronização das informações e não haverá erros de interpretação.

Rendimento Total

Nesse campo, colocaremos quando rende a receita como um todo, seja em peso, volume ou quantidade de unidades. Um bom exemplo é uma receita de biscoitos. Podemos colocar nesse campo de Rendimento Total, a quantidade de biscoitos que foi executada ao final da receita (35 unidades, por exemplo). Ou então, colocaremos quantos litros de molho de tomate foram produzidos ao final do preparo (6 Litros). Ou ainda, colocaremos quantos quilogramas de massa de pizza produzimos depois que terminamos de executar a receita (7 Kg, por exemplo).

Como decidimos qual unidade de medida devemos utilizar, então? Bem, isso dependerá de alguns fatores. Voltando à receita de biscoitos que rendeu 35 unidades, teremos que ter escrito no modo de preparo de que forma iremos medir cada unidade de biscoito. Assim, poderemos ter colocado que cada biscoito pesará 30 g ou então poderemos colocar no modo de preparo que cada biscoito será medido com o uso de um boleador de sorvete pequeno. Além disso, temos que associar a unidade de medida do campo Rendimento Total com a unidade de medida do campo Tamanho da Porção. Não podemos colocar duas unidades de medida diferentes nesses campos, pois elas são interdependentes. Caso queira, no entanto, podemos utilizar medidas caseiras ao lado das unidades de medida escolhidas para facilitar o trabalho do cozinheiro.

Outra forma de escolher a unidade de medida para o campo Rendimento Total é saber de que forma essa preparação é utilizada. No exemplo do molho de tomate, temos um rendimento total de 6 litros, entretanto, para fins de padronização, o gestor colocou que são utilizados 120 g de molho de tomate na pizza família. Dessa forma, teremos que escolher qual das unidades de medida deveremos adotar para o insumo “molho de tomate”: Kg ou L. Ao padronizar, conseguiremos dados mais confiáveis e métricas mais fáceis de entender.

Tamanho da Porção

Nem sempre uma ficha técnica será elaborada tendo apenas uma única porção de um único prato como resultado. Muitas vezes conseguiremos diversas porções em uma única receita. Nesse campo colocaremos o tamanho da porção em peso, volume ou quantidade de unidades. Por exemplo, fizemos uma receita de massa de pizza que rendeu 7 Kg. Nessa nossa pizzaria, só fazemos pizzas individuais, todas do mesmo tamanho. Cada pizza será elaborada com 70 g de massa. Esse é o peso da porção.

Caso estejamos fazendo biscoitos, aqueles 35 que foram produzidos serão embalados em saquinhos com 5 unidades cada (essa é a quantidade da porção). Assim, definir o peso ou a quantidade que será utilizada em cada porção é fundamental para uma padronização bem executada.

Porções por Receita (PPR)

Quantidade de porções produzidas pela receita descrita na ficha técnica. Como dito acima, uma ficha técnica poderá conter uma receita que resulte em mais de uma porção do que foi preparado, assim, é importante colocar a quantidade de porções que serão produzidas ao se executar a receita corretamente.

Para tanto, podemos dividir o Rendimento Total pelo Tamanho da Porção. Assim, teremos quantas porções serão produzidas ao finalizar a preparação.

Custo da Porção (CP)

Ao saber quantas porções serão produzidas ao se executar uma receita e preenchendo corretamente todos os campos da ficha técnica, poderemos calcular o custo de cada porção. Para se fazer esse cálculo, precisaremos conhecer o custo total da receita e a quantidade de porções por receita. Assim, o resultado da divisão do custo total da receita pela quantidade de porções por receita resulta no custo individual de cada porção conforme a fórmula a seguir: CP = CTR/PPR.

Vamos exemplificar para facilitar o aprendizado. Ao elaborar uma ficha técnica obtivemos um Custo Total da Receita de R$ 48,00. Obtivemos um Rendimento Total de 1,500 Kg e sabemos que o peso de cada porção é de 150 g, assim sabemos que essa receita renderá 10 porções. Se sabemos que o custo total é de R$ 48,00 e que essa receita rende 10 porções, então devemos dividir R$ 48,00 por 10 porções, conforme a sequência de cálculos abaixo.

CP = CTR/PPR
CTR = R$ 48,00
PPR = 10 porções
CP = R$ 48,00 / 10 porções
CP = R$ 4,80 / porção

Dessa forma, vemos que o resultado de CP sempre será dado em reais por porção, ou seja, quanto custa cada porção produzida.

Outros Campos Também Utilizados

Os campos citados acima são apenas referências de alguns modelos de fichas técnicas que usamos como base para explicar esse instrumento. Com certeza você poderá se deparar com outros modelos de ficha técnica que terão outros campos a serem preenchidos, pois nem todos os estabelecimentos têm as mesmas necessidades e a mesma complexidade. Assim, citaremos e explicaremos abaixo alguns outros campos que poderão aparecer em outras fichas técnicas. É possível, também, que haja outros campos que não foram citados aqui, mas que estarão presentes em outros modelos de ficha técnica. Como visto, inclusive, no conceito de ficha técnica do início do livro que diz ser necessário ter um campo para informações nutricionais presente na ficha técnica.

CÓDIGO

Um campo que pode ser adicionado à ficha técnica é o campo de código. Nesse campo, podemos colocar o código do produto no sistema de informática utilizado para vendas no restaurante, podemos criar um sistema de codificação que permita identificar algumas informações acerca da preparação da ficha técnica (se é uma bebida, um menu exclusivo ou um item do happy hour, por exemplo). Essa codificação deverá ser feita com muito cuidado para que faça sentido e seja de fácil compreensão para todos os envolvidos no uso, elaboração e consulta da ficha técnica. Por exemplo, podemos dividir os pratos do menu de um restaurante em 8 grupos. Cada grupo começará com um número de 1 a 8. Vamos imaginar que o número 1 se refira às entradas frias, então, saberemos que uma ficha técnica com o código 102 será uma das entradas frias.

CATEGORIA

Esse campo é usado para informar, caso seja colocado na ficha técnica, em qual tipo de preparação a receita da ficha técnica se encaixa, como por exemplo: entrada fria, couvert, prato principal e outros.

SERVIÇO

O serviço, aqui, se refere a qual dos serviços do estabelecimento essa ficha técnica está conectada. Por exemplo, um estabelecimento que serve churrasco no almoço e rodízio de massas no jantar pode colocar duas possibilidades para esse campo: almoço e jantar. Outra possibilidade é colocar serviços que são executados concomitantemente, como um serviço a la carte e um serviço de buffet. Ou, ainda, em um resort que tenha diversos restaurantes funcionando ao mesmo tempo e que possuam características distintas, é possível adicionar o nome do restaurante na ficha técnica.

Exercícios

1. O comprador de um restaurante foi ao mercado e comprou os seguintes itens:

1 quilo de arroz tipo 1 por R$ 3,50
1 cebola de 220 g por R$ 0,99
1 garrafa de 900 ml de óleo vegetal por R$ 8,50
1 quilo de sal por R$ 1,10

Ao chegar na cozinha, entregou para o chef da cozinha e foi elaborar o custo da receita de arroz branco. Para fazer essa receita de arroz branco, o chef vai usar a quantidade de ingredientes da tabela abaixo.

INGREDIENTE	PB	UM	OBSERVAÇÕES
ARROZ TIPO 1	1,000	Kg	
CEBOLA	0,220	Kg	Picada
ÓLEO VEGETAL	0,036	L	3 colheres de sopa
SAL	0,030	Kg	1 ½ colher de sopa

Complete a tabela abaixo com os Preços de Mercado de cada ingrediente, em seguida calcule o Custo do Ingrediente na Receita e, por fim, o Custo Total da Receita.

INGREDIENTE	PM	CIR
ARROZ TIPO 1	3,50	3,50
CEBOLA		
ÓLEO VEGETAL		
SAL		
	Custo Total da Receita	

Resultado comentado a seguir.

2. Calcule os valores faltantes na tabela abaixo.

Ingrediente	QB	QL	FC	FR	Obs
Cebola	0,440	0,320			Picada
Açúcar	0,550		1,00		
Camarão		1,100		0,48	Limpo
Limão		0,015	5,00		Sumo
Filé Mignon	1,850			0,82	Limpo

Resultado a seguir..

3. Finalize a tabela e complete os dados faltantes.

Ingrediente	QB	QL	FC	PM	CIR
Farinha de Trigo		1,500	1,00	R$ 6,00	
Açúcar	0,350	0,350		R$ 5,00	
Sal refinado	0,050		1,00	R$ 1,10	
Fermento	0,050	0,050	1,00	R$ 8,00	

Custo Total da Receita: _____
Rendimento Total: 2,500 Kg
Peso por Porção: 0,125 Kg
Porções por Receita: _____
Custo por Porção:_____

Resultado a seguir.

Resultado do exercício 1.

INGREDIENTE	PM	CIR
ARROZ TIPO 1	3,50	3,50
CEBOLA	4,50	0,99
ÓLEO VEGETAL	9,44	0,34
SAL	1,10	0,03
	Custo Total da Receita	4,86

Para começar, é muito fácil saber o Preço de Mercado do Arroz Tipo 1 e do Sal, afinal, como o pacote deles é de 1 Kg, é só copiar e colar o valor do pacote para o PM. Continuando sobre o arroz, como a receita pede 1 Kg de arroz e o que foi comprado foi 1 Kg de arroz, o Custo do Ingrediente na Receita é exatamente o mesmo valor do Preço de Mercado.

No caso do sal, entretanto, temos que fazer cálculo para saber quanto é o seu CIR. Para tanto, vamos multiplicar o PM pela QB, ou seja, 1,10 x 0,030. Isso dá um resultado de R$ 0,03, que é o CIR do sal.

No caso da cebola, compramos 1 unidade de 220 g e usamos ela por completo, então, já sabemos que o CIR é o que foi pago pela cebola: R$ 0,99. Agora, para calcularmos o PM, temos que fazer o seguinte cálculo: PM = CIR/QB. Ou seja, PM = 0,99/0,220. Isso dá o valor de R$ 4,50 /Kg, que é o Preço de Mercado da cebola.

No caso do óleo, contudo, compramos 1 garrafa de óleo por R$ 8,50, então isso não deveria ser o PM? Se a garrafa de óleo fosse de 1 L, sim, mas essa garrafa é de 900 ml, então, para sabermos o valor do PM, devemos dividir o valor pago pelo produto pela sua quantidade líquida. Assim, vamos dividir R$ 8,50 por 0,900 L. Então, ao colocar na fórmula, sabemos que PM = 8,50 / 0,9, o que dá um valor de R$ 9,44 / L. Agora já podemos calcular o CIR, multiplicando o PM pela QB conforme a fórmula (CIR = PM x QB). Então, CIR = 9,44 x 0,036, o que dá um valor de R$ 0,34.

Resultado do Exercício 2

Ingrediente	QB	QL	FC	FR	Obs
Cebola	0,440	0,320	1,38	0,73	Picada
Açúcar	0,550	0,550	1,00	1,00	
Camarão	2,292	1,100	2,08	0,48	Limpo
Limão	0,075	0,015	5,00	0,20	Sumo
Filé Mignon	1,850	1,517	1,22	0,82	Limpo

QB = QL x FC ou QB = QL / FR
QL = QB / FC ou QL = QB x FR
FC = QB / QL
FR = QL / QB

Resultado do Exercício 3

Ingrediente	QB	QL	FC	PM	CIR
Farinha de Trigo	1,500	1,500	1,00	R$ 6,00	R$ 9,00
Açúcar	0,350	0,350	1,00	R$ 5,00	R$ 1,75
Sal refinado	0,055	0,055	1,00	R$ 1,10	R$ 0,06
Fermento	0,050	0,050	1,00	R$ 8,00	R$ 0,40

Custo Total da Receita: R$ 11,21
Rendimento Total: 2,500 Kg
Peso por Porção: 0,125 Kg
Porções por Receita: 20 unidades
Custo por Porção: R$ 0,56 / unidade

FICHA TÉCNICA OPERACIONAL - MODELO 1

NOME DA PREPARAÇÃO:			FOTO DA PREPARAÇÃO:		
Neste campo, você colocará o nome a preparação. Ou seja, o nome da receita.			Neste campo, deverá ser colocada uma foto da preparação. A foto servirá como guia, pois mostrará como a preparação deverá ficar ao final.		
UTENSÍLIOS:	**EQUIPAMENTOS:**			**OUTROS:**	
Neste campo, liste todos os utensílios que deverão ser usados para a perfeita execução da receita.	Neste campo, liste todos os equipamentos que serão usados para a execução da receita.			Aqui, escreva todos os descartáveis e outros itens que serão usados para executar a receita, como por exemplo: filme plástico.	
Insumo / Ingrediente	**Unidade de Medida**	**Peso Bruto**	**Fator de Correção**	**Peso Líquido**	**Pré-preparo e observações**
Nesta coluna, escreva todos os ingredientes e insumos que serão usados no preparo.	Coloque qual é a unidade de medida do ingrediente ou insumo: Kg, L ou Unidade	Coloque o peso bruto de cada ingrediente usando 3 casas decimais.	Coloque o fator de correção de cada ingrediente usando 2 casas decimais.	Coloque o peso líquido de cada ingrediente usando 3 casas decimais.	Escreva se há algum pré-preparo necessário para usar o insumo ou ingrediente na receita. Por exemplo: fatiado, em cubos, cozido.
Modo de preparo:					
O modo de preparo deverá ser detalhado, porém com escrita simples, de modo a ser acessível a qualquer pessoa que venha a ter contato com a ficha técnica. De preferência com verbos de ação no infinitivo ou no imperativo.					

Tempo de preparo		HORA	O tempo gasto para fazer a receita em si. O pré-preparo não deve estar incluido.
Rendimento total		KG	Quantidade de itens produzidos ou peso total da preparação.
Peso da porção		KG	Peso da porção ou quantidade de itens na porção. Exemplo: 200g por porção ou 2 unidades por porção.
Porções por receita		UNID	Quantas porções serão produzidas ao final do processo. Divida o rendimento total pelo peso da porção.

Exemplos de Ficha Técnica Operacional

Nessa ficha técnica operacional veja que temos os termos Peso Bruto e Peso Líquido ao invés de Quantidade Bruta e Quantidade Líquida. Além disso a coluna de Ingredientes também tem o nome Insumos, pois, para algumas pessoas, insumos e ingredientes podem ser separados de forma conceitual, mas sempre irão na mesma coluna.

FICHA TÉCNICA

NOME DA PREPARAÇÃO:	Chicken Caesar Salad	CATEGORIA:	Entradas

UTENSILIOS:	EQUIPAMENTOS:	DESCARTÁVEIS E OUTROS:
Bowl médio, bisnaga, colher de polipropileno.	Balança	

INSUMO	Peso	Unid	Observações	Foto
Molho Caesar	50	g		
Alface americana	120	g		
Crouton de alho	50	g		
Parmesão em lascas	40	g		
Peito de Frango Grelhado	110	g	em tiras	

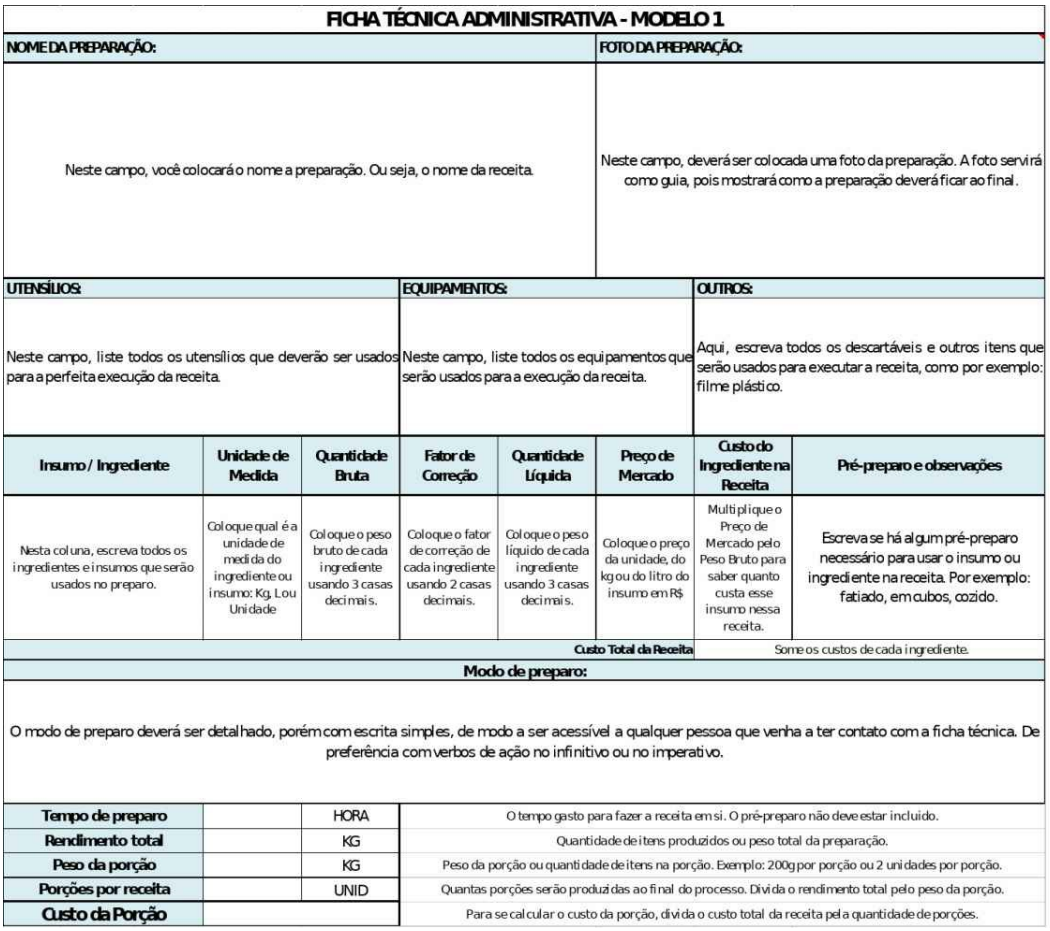
MODO DE PREPARO
Rasgar as folhas de alface e colocar em um bowl.
Colocar o bowl na balança e pesar 50g de molho Caesar.
Envolver bem o molho nas folhas de alface.
Colocar as folhas untadas no prato de serviço.
Finalizar com os croutons de alho e o parmesão em lascas.
Cobrir com as tiras de frango grelhado e e servir.

RENDIMENTO	370	g
TAMANHO DA PORÇÃO	370	g
Porções/receita	1	unid

No exemplo acima, perceba que não há coluna de Fator de Correção nem de Quantidade Bruta ou Líquida. Há apenas a coluna PESO. Como é uma ficha técnica operacional, podemos presumir que esse Peso é o Líquido. Além disso, vemos que o peso está em gramas, pois facilitará o entendimento por parte dos cozinheiros.

FICHA TÉCNICA OPERACIONAL - MODELO 2					
PENNE AOS QUATRO QUEIJOS					**5.100.22**
CATEGORIA:			**FOTO DA PREPARAÇÃO:**		
MASSAS					
SERVIÇO:					
ALMOÇO EXECUTIVO					
UTENSÍLIOS:					
SAUTESE DE 23 CM, CONCHA PEQUENA, CONCHA MÉDIA, ESPÁTULA DE SILICONE, PANELA DE MASSA, ESCORREDOR DE MACARRÃO					
EQUIPAMENTOS:					
FOGÃO, BANHO-MARIA.					
OUTROS:					
SACOS DE PORÇÃO PEQUENOS					
Insumo / Ingrediente	**Peso Bruto**	**Unidade de Medida**	**Fator de Rendimento**	**Peso Líquido**	**Pré-preparo e observações**
PENNE PRÉ COZIDO	1,000	UNIDADE	1,00	1,000	1 PORÇÃO
MOLHO BECHAMEL	0,100	KG	1,00	0,100	1 CONCHA
GORGONZOLA	0,025	KG	1,00	0,025	
PARMESÃO RALADO FINO	0,025	KG	1,00	0,025	
PARMESÃO EM PEDAÇO	0,015	KG	1,00	0,015	EM LASCAS FINAS
MUSSARELA	0,025	KG	1,00	0,025	
GOUDA	0,025	KG	1,00	0,025	
CREME DE LEITE FRESCO	0,050	L	1,00	0,050	
MANJERICÃO	0,010	KG	1,25	0,008	
Modo de preparo:					
Em uma panela com água quente, despejar o penne pré-cozido e deixar ferver por 3 minutos					
Em uma sautese, adicionar o molho bechamel, o gorzonzola, a mussarela, o gouda e o creme de leite esquentar em fogo baixo até ferver mexendo sempre.					
Após o início da fervura, adicionar o queijo parmesão ralado finamente e manter fervendo em fogo baixo por mais 2 minutos.					
Escorrer o penne e adicionar à sautese com o molho e ferver por mais 1 minuto.					
Colocar no prato de massas com o auxílio de uma concha média.					
Finalizar com o parmesão em lascas finas e o ramo de manjericão.					
Tempo de preparo	00:05	HORA	**Peso da porção**	0,250	
Rendimento total	0,250	KG	**Porções por receita**	1,0	

Esse modelo de ficha técnica operacional é mais complexo e completo, pois possui diversos campos que não há na anterior, além de possuir colunas de Quantidade Bruta e Líquida. Ademais, apenas para mostrar, não há coluna de Fator de Correção, mas há a coluna de Fator de Rendimento.



FICHA TÉCNICA ADMINISTRATIVA - MODELO 1

NOME DA PREPARAÇÃO:	FOTO DA PREPARAÇÃO:
Neste campo, você colocará o nome a preparação. Ou seja, o nome da receita.	Neste campo, deverá ser colocada uma foto da preparação. A foto servirá como guia, pois mostrará como a preparação deverá ficar ao final.

UTENSÍLIOS:	EQUIPAMENTOS:	OUTROS:
Neste campo, liste todos os utensílios que deverão ser usados para a perfeita execução da receita.	Neste campo, liste todos os equipamentos que serão usados para a execução da receita.	Aqui, escreva todos os descartáveis e outros itens que serão usados para executar a receita, como por exemplo: filme plástico.

Insumo / Ingrediente	Unidade de Medida	Quantidade Bruta	Fator de Correção	Quantidade Líquida	Preço de Mercado	Custo do Ingrediente na Receita	Pré-preparo e observações
Nesta coluna, escreva todos os ingredientes e insumos que serão usados no preparo.	Coloque qual é a unidade de medida do ingrediente ou insumo: Kg, L ou Unidade	Coloque o peso bruto de cada ingrediente usando 3 casas decimais.	Coloque o fator de correção de cada ingrediente usando 2 casas decimais.	Coloque o peso líquido de cada ingrediente usando 3 casas decimais.	Coloque o preço da unidade, do kg ou do litro do insumo em R$	Multiplique o Preço de Mercado pelo Peso Bruto para saber quanto custa esse insumo nessa receita.	Escreva se há algum pré-preparo necessário para usar o insumo ou ingrediente na receita. Por exemplo: fatiado, em cubos, cozido.
					Custo Total da Receita	Some os custos de cada ingrediente.	

Modo de preparo:
O modo de preparo deverá ser detalhado, porém com escrita simples, de modo a ser acessível a qualquer pessoa que venha a ter contato com a ficha técnica. De preferência com verbos de ação no infinitivo ou no imperativo.

Tempo de preparo		HORA	O tempo gasto para fazer a receita em si. O pré-preparo não deve estar incluído.
Rendimento total		KG	Quantidade de itens produzidos ou peso total da preparação.
Peso da porção		KG	Peso da porção ou quantidade de itens na porção. Exemplo: 200g por porção ou 2 unidades por porção.
Porções por receita		UNID	Quantas porções serão produzidas ao final do processo. Divida o rendimento total pelo peso da porção.
Custo da Porção			Para se calcular o custo da porção, divida o custo total da receita pela quantidade de porções.

Exemplos de Ficha Técnica Administrativa

Observe que a quantidade de campos na ficha técnica administrativa é bem maior do que o que há na ficha técnica operacional.

Um detalhe importante é que a Unidade de Medida está logo ao lado do ingrediente. Isso facilita a identificação da forma de compra e de uso do ingrediente.

Neste modelo, há dados opcionais além dos campos básicos. Uma grande vantagem deste modelo é que o nome da receita fica logo em cima em letras maiores, o que facilita a identificação. Outra coisa a ser destacada é o uso do Fator de Rendimento e dos termos Peso Bruto e Peso Líquido.

Um lado não muito bom, entretanto, é que o espaço para escrever os utensílios e equipamentos é um pouco pequeno, então pode ficar complicado de ler caso haja muitos utensílios a serem listados. Outra característica é que o Peso Bruto fica logo ao lado do ingrediente. Isso facilita na hora de ver qual a quantidade de ingrediente será necessária para a execução da receita.

FICHA TÉCNICA ADMINISTRATIVA - MODELO 2

PENNE AOS QUATRO QUEIJOS	5.100.22

CATEGORIA:

MASSAS

SERVIÇO:

ALMOÇO EXECUTIVO

UTENSÍLIOS:

SAUTESE DE 23 CM, CONCHA PEQUENA, CONCHA MÉDIA, ESPÁTULA DE SILICONE, PANELA DE MASSA, ESCORREDOR DE MACARRÃO

EQUIPAMENTOS:

FOGÃO, BANHO-MARIA.

OUTROS:

SACOS DE PORÇÃO PEQUENOS

FOTO DA PREPARAÇÃO:



Insumo / Ingrediente	Peso Bruto	Unidade de Medida	Fator de Rendimento	Peso Líquido	Preço de Mercado	Custo do Ingrediente na Receita	Pré-preparo e observações
PENNE PRÉ COZIDO	1,000	UNIDADE	1,00	1,000	R$ 0,35	R$ 0,35	1 PORÇÃO
MOLHO BECHAMEL	0,100	KG	1,00	0,100	R$ 6,55	R$ 0,66	1 CONCHA
GORGONZOLA	0,025	KG	1,00	0,025	R$ 45,00	R$ 1,13	
PARMESÃO RALADO FINO	0,025	KG	1,00	0,025	R$ 55,00	R$ 1,38	
PARMESÃO EM PEDAÇO	0,015	KG	1,00	0,015	R$ 68,00	R$ 1,02	EM LASCAS FINAS
MUSSARELA	0,025	KG	1,00	0,025	R$ 22,00	R$ 0,55	
GOUDA	0,025	KG	1,00	0,025	R$ 75,00	R$ 1,88	
CREME DE LEITE FRESCO	0,050	L	1,00	0,050	R$ 35,00	R$ 1,75	
MANJERICÃO	0,010	KG	1,25	0,008	R$ 8,00	R$ 0,08	
					Custo Total da Receita	R$	8,78

Modo de preparo:

Em uma panela com água quente, despejar o penne pré-cozido e deixar ferver por 3 minutos
Em uma sautese, adicionar o molho bechamel, o gorzonzola, a mussarela, o gouda e o creme de leite esquentar em fogo baixo até ferver mexendo sempre.
Após o início da fervura, adicionar o queijo parmesão ralado finamente e manter fervendo em fogo baixo por mais 2 minutos.
Escorrer o penne e adicionar à sautese com o molho e ferver por mais 1 minuto.
Colocar no prato de massas com o auxílio de uma concha média.
Finalizar com o parmesão em lascas finas e o ramo de manjericão.

Tempo de preparo	00:05	HORA	Peso da porção	0,250	KG
Rendimento total	0,250	KG	Porções por receita	1,0	UNID
			Custo da Porção	R$ 8,78	

Fórmulas

FATOR DE CORREÇÃO

FC = QB/QL

Fator de Correção igual a Quantidade Bruta dividida pela Líquida

FATOR DE RENDIMENTO

FC = QL/QB

Fator de Rendimento igual a Quantidade Líquida dividida pela Bruta

CUSTO DO INGREDIENTE NA RECEITA

CIR = QB x PM

Custo do Ingrediente na Receita igual à Quantidade Bruta multiplicada pelo Preço de Mercado.

CUSTO DA PORÇÃO

CP = CTR / PPR

Custo da Porção igual ao Custo Total da Receita dividido pela quantidade de Porções Por Receita

Referências

MENEZES, Renata Oliveira dos Santos; SANTANA, Erika de Melo; NASCIMENTO, Maria Oliveira Lima. Elaboração de fichas técnicas das preparações oferecidas em serviço de alimentação e nutrição de hospital público de Salvador, BA. **Higiene Alimentar**, Salvador, v. 32, n. 284/285, p. 46-50, 2018. Bimestral. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2018/11/965437/284-285-set-out-2018-46-50.pdf. Acesso em: 22 mar. 2021.

OLIVEIRA, Rubataiana Menezes. **A ficha técnica como ferramenta gerencial e operacional**: considerações sobre o tema e construção de planilha para facilitar seu uso. 2018. 42 f. TCC (Graduação) - Curso de Gastronomia, Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2018. Disponível em: http://www.repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/40970/1/2018_tcc_rmoliveira.pdf. Acesso em: 10 jan. 2020.