

ETEC PHILADELPHO GOUVÊA NETTO
C.D. E.M. MADALENA DE ALMEIDA CAIS
Técnico em Administração

Cíntia Nara de Oliveira da Silva
Gabriela Silva Monteiro
Giovana Gabriele da Cruz
Késia de Souza Santos

BARRA DE CEREAL VEGANA

Nova Granada
2023

Cíntia Nara de Oliveira da Silva
Gabriela Silva Monteiro
Giovana Gabriele da Cruz
Késia de Souza Santos

BARRA DE CEREAL VEGANA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso Técnico em Administração da Etec Philadelpho Gouvêa Netto – Classe Descentralizada E. M. Madalena de Almeida Cais, como requisito parcial para obtenção do título de Técnico em Administração.

Orientador: Prof. Elton Roberto da Silva

Nova Granada
2023

RESUMO

Este trabalho é um desenvolvimento de um produto saudável que contém nutrientes e vitaminas que são benéficos a saúde da pele, cabelo, unhas e ajuda no funcionamento do sistema digestivo, essencial para quem tem níveis elevados de colesterol.

Palavras-chave: alimentação; saúde; empreendimento.

ABSTRACT

This work is a development of a healthy product that contains nutrients and vitamins that are beneficial to the health of the skin, hair, nails and help in the functioning of the digestive system, essential for those with high cholesterol levels.

Keywords: enterprise; health; food.

LISTAS DE TABELAS

Tabela 1 – Quadro Societário (Capital Social)	11
Tabela 2 – Empresas Concorrentes	12
Tabela 3 – Investimento Inicial.....	16
Tabela 4 – Capital de giro Estoque inicial	16
Tabela 5 – Prazo Médio Total de contas a receber (5dias).....	16
Tabela 6 – Prazo médio total de contas a pagar (5 dias).....	17
Tabela 7 – Necessidade média de estoques (em dias8+9)	17
Tabela 8 – Necessidade líquida de capital de giro (6 dias).....	17
Tabela 9 – Caixa Mínimo	17
Tabela 10 – Capital total de Giro	18
Tabela 11 – Investimento Total.....	18
Tabela 12 – Estimativa de faturamento mensal da empresa	18
Tabela 13 – Custo de Matéria-Prima	19
Tabela 14 – Valor Mão-de-obra	20
Tabela 15 – Custos Fixos	20
Tabela 16 – Demonstrativos de Resultados	21
Tabela 17 – Cenário Provável.....	22

LISTAS DE SIGLAS E ABREVIATURAS

CEP	Código de Endereçamento Postal
CNPJ	Cadastro Nacional Pessoa Jurídica
KG	Quilograma
LTDA	Limitada
R\$	Real
SP	São Paulo
&	E Comercial

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	8
2 SUMÁRIO EXECUTIVO	9
2.1 Resumo das Principais Pontos do Plano do Negócio	9
2.2 Dados dos Empreendedores, Experiência Profissional e Atribuições	9
2.3 Dados do Empreendimento	10
2.4 Missão da Empresa	10
2.5 Setores de Atividade	10
2.6 Forma Jurídica	10
2.7 Enquadramento Tributário	11
2.8 Capital Social	11
2.9 Fonte de Recursos	11
3 ANÁLISE DE MERCADO	12
3.1 Estudo dos Clientes	12
3.2 Estudo dos Concorrentes	12
3.3 Estudo dos Fornecedores	12
4 PLANO DE MARKETING	13
4.1 Descrição dos Principais Produtos e Serviços	13
4.2 Preço	13
4.3 Estratégias Promocionais	13
4.4 Estrutura de Comercialização	13
4.5 Localização do Negócio	13
5 PLANO OPERACIONAL	14
5.1 <i>Layout</i> ou Arranjo Físico	14
5.2 Capacidade Produtiva, Comercial e de Prestação de Serviços	14
5.3 Processos Operacionais	15

6 PLANO FINANCEIRO	16
6.1 Estimativa dos Investimentos Fixos	16
6.2 Capital de Giro	16
6.3 Investimento Total	18
6.4 Estimativa do Faturamento Mensal	14
6.5 Estimativa do custo de Matéria-Prima	19
6.6 Estimativa dos Custos com Mão de Obra	20
6.7 Estimativa dos Custos Fixos Operacionais Mensais	20
6.8 Demonstrativo de Resultados	21
6.9 Indicadores de Viabilidade	21
7 CONSTRUÇÃO DE CENÁRIOS	22
7.1 Construção de Cenários	22
8 AVALIAÇÃO ESTRATÉGICA	23
8.1 Análise da Matriz F.O.F. A.....	23
9 AVALIAÇÃO DO PLANO DE NEGÓCIO	24
9.1 Avaliação do Plano de Negócio	24
10 CONCLUSÃO	25
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	26
ANEXO A – Exemplo da Barra de Cereal Vegana	27

1 INTRODUÇÃO

Criação de uma barra de cereal vegana, um produto inovador e natural que são ricas em nutrientes como vitamina A, C e E. As barras de cereais são boas para a pele e cabelo, além de ser antioxidantes, deixando o sistema imunológico mais resistente evitando o surgimento de diversas doenças.

No caso da vitamina C, ela ajuda na absorção de ferro pelo organismo, o que faz com que a barra de cereal seja uma ótima opção também para evitar a anemia.

A barra de cereal ajuda no funcionamento do sistema digestivo, as fibras e cereais que ajudam a compor esse *snack*, ajudam a melhorar o funcionamento do sistema digestivo e o trânsito intestinal.

Em razão dos ótimos benefícios que proporcionam ao organismo e ao funcionamento do sistema digestório, as fibras e cereais têm sido cada vez mais aprovadas como a base de uma alimentação saudável, conquistando espaço na alimentação de adultos, jovens e crianças.

As barras de cereais são uma ótima opção para quem enfrenta a correria do dia a dia e quer aproveitar os vários benefícios das fibras, como a redução do colesterol, a melhoria do trânsito intestinal etc.

Até mesmo pessoas que estão em dieta para redução de peso as consomem, a fim de terem a saciedade aumentada, já que as barras podem satisfazer a vontade de comer doce, sem colocar a dieta em risco por serem bem menos calóricas.

Desta forma, a barra de cereal pode ser consumida nos intervalos das refeições, como um lanche, sobremesa e antes da prática de atividades físicas.

2 SUMÁRIO EXECUTIVO

2.1 Resumo das Principais Pontos do Plano do Negócio

Na sociedade atual, as pessoas estão sempre em uma busca constante de ter para si uma melhor qualidade de vida, visando o seu bem-estar físico, mental e social, mas, na correria do dia a dia com os seus trabalhos e demais afazeres, as pessoas acabam facilmente se esquecendo dessa busca tão importante, tomando para si ações que não são benéficas para o bem-estar do seu corpo, como a de não se alimentar corretamente ou mesmo a de não ingerir água durante o seu dia a dia.

As barrinhas de cereais são alimentos muito importantes e ricos para serem consumidos todos os dias, claro que sem exageros, por todas as pessoas, sem exceção.

As pessoas que possuem a sua saúde em dia e em perfeito estado, até mesmo pelas pessoas que sofrem com diabetes, que possuem diversas restrições em sua alimentação, mas que podem se beneficiar do consumo moderado da barrinha de cereal vegana.

2.2 Dados dos Empreendedores, Experiência Profissional e Atribuições

Empreendedora 1 – Giovana Gabriele Cruz, residente na Rua Francisco Bogaz, nº 135, na cidade de Nova Granada, estado de São Paulo, Telefone (17) 992557382, e-mail giovanagaby31@gmail.com, Diretora Financeira.

Empreendedora 2 – Késia de Souza Santos, residente na Rua Mário Fuzaro, nº 171, na cidade de Nova Granada, estado de São Paulo, Telefone (17) 996116328, e-mail kesiasouzasantos4@gmail.com, Diretora Comercial.

Empreendedora 3 – Gabriela Silva Monteiro, residente na Rua Galvão Bueno, nº 980, na cidade de Nova Granada, estado de São Paulo, Telefone (17) 992156571, e-mail gabimonteirong@gmail.com, Diretora Operacional.

Empreendedora 4 – Cíntia Nara de Oliveira da Silva, residente na Rua Oscar Freire, nº 45, na cidade de Nova Granada, estado de São Paulo, Telefone (17) 992686359, e-mail cintiamorena_ng@outlook.com, Diretora Administrativa.

2.3 Dados do Empreendimento

Razão Social: Oliveira, Cruz, Santos & Monteiro Industria e Comercio Ltda.

Nome Fantasia: Donna Fit

Empresa inscrita no CNPJ 35.267.670/0001-65, com sede na Avenida 9 de Julho, nº 579, Centro, na Cidade Nova Granada, estado de São Paulo, Cep 15440-000, Telefone (17)32612470, e-mail donnafitbarra@gmail.com.

2.4 Missão da Empresa

A missão da empresa é mudar vidas através da melhoria da saúde física e mental, proporcionando mais qualidade de vida.

2.5 Setores de Atividade

Comercio varejista.

2.6 Forma Jurídica

Sociedade Limitada, composta por quatro sócias, que respondem solidariamente pela integralização do capital social.

2.7 Enquadramento Tributário

Simplex Nacional.

2.8 Capital Social

Tabela 1 – Quadro Societário (Capital Social)

Empreendedora	Valor (R\$)	% de Participação
Giovana Gabriele Cruz	R\$ 5.000,00	25,00%
Késia de Souza Santos	R\$ 5.000,00	25,00%
Gabriela Silva Monteiro	R\$ 5.000,00	25,00%
Cintia Nara de Oliveira da Silva	R\$ 5.000,00	25,00%
Total	R\$ 20.000,00	100,00%

Fonte: Do próprio autor, 2023.

2.9 Fonte de Recursos

O capital social de R\$ 20.000,00 (vinte mil reais) será adquirido por meio das empreendedoras / sócias, referente a recursos pessoais procedentes de investimentos e poupanças.

3 ANÁLISE DE MERCADO

3.1 Estudo dos Clientes

Os clientes são importantes, sem eles não há negócio, estudaremos suas características gerais, seus interesses e comportamentos, o que leva esses clientes a comprarem e onde encontrá-los.

3.2 Estudo dos Concorrentes

Tabela 2 – Empresas Concorrentes

Empresas concorrentes	Pontos fortes	Pontos fracos
Bill <i>Snacks</i>	Produtos de qualidade	Preço alto
Valquíria Alimentos	Produtos para todos os momentos	Empresa baixo conhecimento

Fonte: Do próprio autor, 2023.

3.3 Estudo dos Fornecedores

É um processo fundamental para medir a qualidade de seus parceiros e, conseqüentemente, o produto ou serviço que eles fornecem.

Por outro lado, sendo o mercado cada vez mais competitivo e repleto de opções, essa avaliação se faz cada vez mais necessária.

Também é importante pesquisar os fornecedores, ou seja, ter o conhecimento da cidade, do preço, das condições de pagamento, do prazo da entrega, da qualidade de seus produtos e fazer uma comparação para escolher o melhor fornecedor para o nosso negócio.

4 PLANO DE MARKETING

4.1 Descrição dos principais produtos e serviços

Iniciaremos produzindo barras de cereais de 30 gramas de chocolate.

4.2 Preço

R\$ 6,25 (seis reais e vinte e cinco centavos) cada unidade.

4.3 Estratégias Promocionais

Utilizaremos as redes sociais para divulgação do nosso produto; teremos amostras grátis para que os clientes se sintam seguros e motivados a comprarem. Ofereceremos descontos de acordo com a quantidade de unidades compradas.

4.4 Estrutura de Comercialização

Teremos vendedores interno e seremos os próprios representantes. Pesquisaremos se os clientes gostam de comprar pessoalmente, por telefone ou outro meio que se sintam melhor.

4.5 Localização do Negócio

Nossa loja será localizada no centro da cidade de Nova Granada-SP, pois é um local movimentado e com espaço para estacionamento.

5 PLANO OPERACIONAL

5.1 *Layout* ou Arranjo Físico

A loja será dividida em setores: frente da loja com fachada contendo o título do estabelecimento; o administrativo estará dividido no setor comercial, financeiro, operacional; copa para alimentação; banheiros adaptados para pessoas com necessidades especiais.

A produção terá uma área que onde estarão concentradas as máquinas e equipamentos para fabricação dos produtos, desde o corte até a embalagem e estoque, onde ficarão os produtos depois de prontos.

5.2 Capacidade Produtiva, Comercial e de Prestação de Serviços

A loja terá mais ou menos 4 funcionários, podendo comportar uma quantidade necessárias de clientes que poderão ser atendidos de acordo com a estrutura do local.

A produção das barras de cereais ocorrerá de acordo com levantamento produtivo, considerando o consumo mensal dos clientes na loja física e os pedidos encomendados.

5.3 Processos Operacionais

As principais etapas do processo operacional serão: a pesagem dos ingredientes, mistura de cereais, preparo da solução ligante, mistura de cereais com solução ligante, formação da barra, resfriamento, corte da barra e embalagem.

Para o preparo da mistura de cereais será realizada a pesagem individual dos ingredientes da fase sólida em balança de precisão, seguida de sua homogeneização, evitando que os cereais se quebrem.

A junção da mistura de cereais à solução ligante foi realizada com adição lenta e contínua da mistura de cereais ao xarope quente, com auxílio da espátula de silicone no próprio tacho de cozimento.

Após a homogeneização dos cereais à solução ligante seguiu-se a laminação. A massa foi transferida para formas retangulares de aço inox e comprimida para união dos componentes da barra, adquirindo a espessura desejada de 10 mm.

Para auxiliar a distribuição da massa nas formas utilizou-se uma espátula de material acrílico. A temperatura final nessa etapa foi de cerca de 28°C.

O corte das barras de cereais foi realizado manualmente de forma longitudinal e transversal com moldes de aço inoxidável, de medida 10x10 cm, produzindo barras de peso aproximado de 30 gramas.

A embalagem utilizada era constituída de um filme de polietileno flexível laminado (Plásticos Flexíveis - São Paulo/SP), no formato de sacos com medidas 7x5 cm, selados individualmente por máquina seladora (BARBI modelo M300 T).

A empreendedora Gabriela da Silva Monteiro ficará responsável pela área de produção supervisionando cada passo para que seja realizado conforme o programado.

A empreendedora Késia de Souza Santos ficará responsável em arquitetar estratégias para aumentar as vendas e expandir o negócio.

Já as empreendedoras Cintia Nara e Giovana Cruz trabalharam juntas na parte econômica da empresa.

6 PLANO FINANCEIRO

6.1 Estimativa dos Investimentos Fixos

Tabela 3 – Investimento Inicial (R\$ 10.000,00)

Investimento	Quantidade	Valor unitário	Valor final
Estoque	1	R\$ 2.500,00	R\$ 2.500,00
Máquinas e Equipamentos	1	R\$ 2.500,00	R\$ 2.500,00
Móveis e Utensílios	1	R\$ 2.500,00	R\$ 2.500,00
Matéria Prima	1	R\$ 2.500,00	R\$ 2.500,00

Fonte: Do próprio autor, 2023.

6.2 Capital de Giro

Tabela 4 – Capital de giro (Estoque inicial R\$ 10.000,00)

Investimentos financeiros	R\$
A – Estoque inicial	R\$ 5.000,00
B – Caixa mínimo	R\$ 5.000,00
Total dos investimentos financeiros (A+B)	R\$ 10.000,00

Fonte: Do próprio autor, 2023.

Tabela 5 – Prazo médio total de contas a receber (5 dias)

Prazo médio de vendas	% de vendas	Número de dias concedido	Média Ponderada em dias
A vista	10,00	07	0
A prazo (1)	5,00	30	1
A prazo (2)	5,00	60	3

Fonte: Do próprio autor, 2023.

Tabela 6 – Prazo médio total de contas a pagar (5 dias)

Prazo médio de vendas	% de vendas	Número de dias concedido	Média Ponderada em dias
A vista	10,00	07	0
A prazo (1)	5,00	30	1
A prazo (2)	5,00	60	3

Fonte: Do próprio autor, 2023.

Tabela 7 – Necessidade média de estoques (em dias)

Recursos da empresa fora do seu caixa	Número de Dias
Prazo médio total de contas a receber	5
Necessidade média de estoques	6
Prazo médio total de contas a pagar	5

Fonte: Do próprio autor, 2023.

Tabela 8 – Necessidade líquida de capital de giro (6 dias)

Custo fixo	R\$ 6.496,80
Custos Variáveis	R\$ 10.120,00
Custo total da empresa	R\$ 16.616,80

Fonte: Do próprio autor, 2023.

Tabela 9 – Caixa Mínimo

Custo total diário	R\$ 553,89
Necessidade líquida de capital de giro em dias	06
Caixa Mínimo	R\$ 10.000,00

Fonte: Do próprio autor, 2023.

Tabela 10 – Capital total de Giro

Estoque Inicial	R\$ 10.000,00
Caixa mínimo	R\$ 10.000,00
Total	R\$ 20.000,00

Fonte: Do próprio autor, 2023.

6.3 Investimento Total

Tabela 11 – Investimento Total (Resumo)

Descrição dos investimentos	Valor (R\$)	(%)
1. Investimentos Fixos – Tabela 5.1	R\$ 10.000,00	50%
2. Capital de Giro – Tabela 5.2	R\$ 10.000,00	50%
Total (1 + 2)	R\$ 20.000,00	100%

Fonte: Do próprio autor, 2023.

6.4 Estimativa de Faturamento Mensal

Tabela 12 – Estimativa de faturamento mensal da empresa (Receita Bruta R\$25.000,00)

Produto	Quantidade (Estimativa de Venda)	Preço de venda unitário	Faturamento
Barrinha de Cereal	4.600	R\$ 6,25	R\$ 28.750,00

Fonte: Do próprio autor, 2023.

6.5 Estimativa do custo de Matéria-Prima

Tabela 13 – Custo de Matéria-Prima

Material	Quantidade em gramas	Custo (R\$)	Total (R\$)
1.Aveia em flocos	900 g	R\$ 15,99/Kg	R\$ 14,39
2.Mel	300 g	R\$ 12,00/Kg	R\$ 3,60
3.Semente de linhaça	75 g	R\$ 19,99/Kg	R\$ 1,49
4.Ameixas Pretas	150 g	R\$ 11,50/Kg	R\$ 1,75
5.Castanha de Caju	75 g	R\$ 11,99/Kg	R\$ 0,90
6.Damasco	150 g	R\$ 9,99/Kg	R\$ 1,40
7.Canela	1,5 g	R\$ 15,00/Kg	R\$ 0,20
8.Creme de avelã com cacau	300 g	R\$ 14,35/Kg	R\$ 4,30
9.Flocos de arroz	300 g	R\$ 5,99/Kg	R\$ 1,79
10.Manteiga	1,5 g	R\$ 22,36/Kg	R\$ 0,33
11.Chocolate	100g	R\$ 10,99/Kg	R\$ 1,99
12.Embalagem	20	R\$ 0,60	R\$ 12,00
Total			R\$ 44,14

Fonte: Do próprio autor,2023.

6.6 Estimativa dos Custos com Mão de Obra

Tabela 14 – Valor Mão de obra

Função	Nº de Empregados	Salário Mensal (R\$)	(%) de encargos sociais	Encargos sociais (R\$)	Total (R\$)
Vendedor	1	R\$1.320,00	33,00	R\$ 435,60	R\$ 1.755,60
Caixa	1	R\$ 1.320,00	33,00	R\$ 435,60	R\$ 1.755,60
Limpeza	1	R\$ 1.320,00	33,00	R\$ 435,60	R\$ 1.755,60

Fonte: Do próprio autor, 2023.

6.7 Estimativa dos Custos Fixos Operacionais Mensais

Tabela 15 – Custos Fixos

Descrição	Custo Mensal
Aluguel	R\$ 800,00
Água	R\$30,00
IPTU	R\$ 40,00
Energia Elétrica	R\$ 120,00
Telefone	R\$ 80,00
Salário e Encargos	R\$ 5.266,80
Material de limpeza	R\$ 100,00
Material de escritório	R\$ 60,00

Fonte: Do próprio autor, 2023.

6.8 Demonstrativo de Resultados

Tabela 16 – Demonstrativo de Resultados

Descrição	Valor
Receita Bruta	R\$ 28.750,00
Total de custos variáveis	R\$ 10.120,00
Margem de contribuição	R\$ 18.630,00
Custos Fixos	R\$ 6.496,80
Lucro Líquido	R\$ 12.133,20

Fonte: Do próprio autor, 2023.

6.9 Indicadores de Viabilidade

Analisando as informações apresentadas nas tabelas acima, constata-se que o plano de negócios se mostra viável, com uma probabilidade e retorno financeiro suficiente para manutenção do negócio, vislumbrando melhorias em curto prazo.

7 CONSTRUÇÃO DE CENÁRIOS

7.1 Construção de Cenários

Tabela 17 – Cenário Provável

Descrição	R\$	%
Receita Bruta	R\$ 28.750,00	100,00
Total de custos variáveis	R\$ 10.120,00	44,80
Margem de Contribuição	R\$ 18.630,00	55,20
Custos fixos	R\$ 6.496,80	22,60
Lucro Líquido	R\$ 12.133,20	32,60

Fonte: Do próprio autor, 2023.

8 AVALIAÇÃO ESTRATÉGICA

8.1 Análise da Matriz F.O.F.A.

Força - Em relação aos produtos Donna Fit a marca possui como fortaleza a preocupação na rotulagem em descrever exatamente aquilo que está sendo entregue buscando manter a transparência e confiança de seus consumidores.

Oportunidades - Um dos principais pontos levantados foi a mudança no comportamento dos consumidores, que estão cada vez mais informados e conectados utilizando diversos canais de comunicação. A possibilidade de ampliação do portfólio da marca Donna Fit é outra potencial oportunidade. Foi observado através da pesquisa quantitativa que os atributos levados em consideração para a escolha do produto são: sabor, preço e promoção. Outras oportunidades para se averiguar são parceiras, através da pesquisa quantitativa observa-se que grande parte dos consumidores de *snacks* praticam atividades físicas.

Fraquezas - Uma das principais está no portfólio de produtos, pois a empresa tem uma grande dependência de uma linha específica, barras de cereais.

Ameaças - O âmbito do ambiente competitivo conta com grandes marcas bem estruturadas que já estão desenvolvidas e consolidadas no mercado. Os concorrentes estão mais ágeis e competitivos, como a compra da Mãe-terra pela Unilever e o alto investimento da Nestlé na marca Nesfit, assim como também o lançamento da marca Cereale pela Bauducco. Outra ameaça para a marca Donna Fit são as novas iniciativas, dos mesmos concorrentes citados acima, com lançamentos de *snacks* que estão desenvolvendo o mercado e levando mais opções de produtos especializados e saudáveis para o consumidor.

9 AVALIAÇÃO DO PLANO DE NEGÓCIO

9.1 Avaliação do Plano de Negócio

O plano de negócio da barrinha de cereal foi avaliado como sendo um negócio rentável e vantajoso, pois será desenvolvido um produto saboroso e saudável para os praticantes da vida fitness.

A missão do negócio será levar ao público, uma barra de cereal de excelente qualidade e preço justo, satisfazendo as necessidades dos clientes e mercado de consumo, priorizando sempre um bom atendimento, proporcionando conforto e bem-estar além de agregar saúde e qualidade ao produto.

10 CONCLUSÃO

O presente trabalho foi criado com intuito de elaborar um plano de negócio para uma fábrica de barra de cereal, visando atender o mercado de consumo na região de Nova Granada, interior do estado de São Paulo.

Através de estudos e pesquisas foi possível observar a viabilidade do projeto, constatou-se através dos dados apresentados nas tabelas exposta, a oportunidade do desenvolvimento do modelo de negócio.

Com base em pesquisas realizadas de possíveis concorrentes, foram obtidos resultados, de que não há fornecedores possíveis que supram as necessidades que o mercado de consumo necessita.

Conclui-se então, através da análise do plano de negócio a viabilidade e lucratividade do desenvolvimento da barra de cereal vegana, conforme comprova-se nos demonstrativos apresentados.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRAGA, Ana Maria. **Barrinha de Cereais com chocolate**. Disponível em: <https://anamariabraga.globo.com/receita/barrinha-de-cereais-com-chocolate/>. Acesso em: 17 jun. de 2023.

BOBBIO, P. A.; BOBBIO, F. O. **Química do processamento de alimentos**. 2.ed. São Paulo: Varela, 1992. 142p.

CPS. Centro Paula Souza. **Manual de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) nas Etecs**. [recurso eletrônico] / 2. ed. São Paulo: CPS, 2022.

LOPES, Patrícia. **Barra de Cereais**. Brasil Escola. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/saude/barra-cereais.htm>. Acesso em: 13 abr. 2023.

PEREIRA, J. **Tecnologia e Qualidade de Cereais** (Arroz, Trigo, Milho e Aveia). Curso de Pós-Graduação “Lato Sensu” a distância: Tecnologia e Controle de Qualidade de Alimentos de Origem Vegetal. UFLA:FAEPE, Lavras, 2002. 130p.

SEBRAE. **Como Elaborar um Plano de Negócios**. Disponível em: <https://www.sebrae.com.br/Sebrae/Portal%20Sebrae/UFs/RN/Anexos/gestao-e-comercializacao-como-elaborar-um-plano-de-negocios.pdf>. Acesso em: 24 mar. 2023.

TAEQ, Saudável Descomplicado. **Barrinhas de cereais: 5 motivos para ter sempre esse snack com você**. Disponível em: https://www.conquistesuavida.com.br/noticia/barrinhas-de-cereais-5-motivos-para-ter-sempre-esse-snack-com-voce_a9112/1. Acesso em: 17 jun. de 2023.

ANEXO A – Exemplo da Barra de Cereal Vegana



Fonte: Alimentossaudaveis.net, 2023.