

# 'PF' mais salgado: prato feito fica mais caro apesar do alívio na inflação dos alimentos

Category: BRASIL,GERAL

escrito por Maria Luiza | 11 de julho de 2026



É o que mostra o Índice Prato Feito (IPF), elaborado pelo Núcleo de Estudos Econômicos da Faculdade do Comércio (FAC-SP). Segundo o levantamento, o preço médio da refeição chegou a R\$ 31,90 em junho, alta de 5,4% em relação a março e de 7,2% na comparação com janeiro.

Isso significa um trabalhador que almoça fora durante os 20 dias úteis do mês desembolsa cerca de R\$ 638 apenas com essa refeição – uma conta que não inclui café da manhã, lanches ou jantar.

O avanço ocorre justamente em um momento em que a inflação dos alimentos perdeu força. Dados divulgados nesta sexta-feira (10) pelo IBGE mostram que o grupo Alimentação e Bebidas caiu 0,24% em junho, ajudando a desacelerar o IPCA, a inflação oficial do país, que subiu 0,16% no mês.

Isso porque o preço do prato feito depende de uma série de custos que vão além dos ingredientes servidos na refeição.

“O prato feito é a economia servida no prato. Nele estão o arroz, o feijão e a carne, mas também o aluguel do ponto

comercial, a energia elétrica, o salário dos funcionários, o transporte, os tributos, o custo financeiro e a margem do empresário”, afirma Rodrigo Simões Galvão, economista, coordenador e responsável técnico pelo Índice Prato Feito.

Segundo ele, quando o prato feito fica mais caro, o reajuste costuma refletir a pressão de toda essa estrutura de custos – e não apenas uma alta nos preços dos alimentos.

## **Onde o almoço fora pesa mais no bolso**

Além de ter subido em todo o país, o preço da refeição também varia de forma significativa entre as regiões.

O Sul registra o maior valor médio, de R\$ 34,90, seguido pelo Centro-Oeste, com R\$ 34,45.

No Sudeste, o prato feito custa, em média, R\$ 31,99.

## **Já Norte e Nordeste apresentam os menores preços, de R\$ 29,99 e R\$ 30, respectivamente.**

Com isso, os dados mostram que um trabalhador pode pagar cerca de 16% a mais pelo mesmo tipo de refeição, dependendo da região onde mora.

“O Brasil não almoça pelo mesmo preço. O prato feito evidencia diferenças regionais importantes, mas também mostra um movimento comum: a refeição básica está mais cara em todo o país”, afirma Galvão.

Segundo o economista, fatores como aluguel, energia elétrica, água, gás, salários, transporte, juros e outros custos operacionais continuam pressionando os restaurantes, mesmo em períodos de alívio nos preços de alguns alimentos.

Por isso, o aumento do prato feito nem sempre representa maior lucro para os estabelecimentos. Em muitos casos, trata-se

apenas de um repasse parcial da alta dos custos enfrentados pelos empresários.

“O empresário da alimentação está entre duas pressões: de um lado, consumidores cada vez mais sensíveis ao preço; de outro, custos operacionais que continuam elevados. O desafio é preservar qualidade, competitividade e sustentabilidade financeira.”

## **O que pode acontecer nos próximos meses**

Mesmo com a desaceleração da inflação dos alimentos em junho, novos fatores podem voltar a pressionar o custo das refeições.

Especialistas ouvidos pelo g1 avaliam que um eventual fortalecimento do fenômeno El Niño pode reduzir a oferta de diversos produtos agrícolas e provocar novos aumentos de preços.

Entre os alimentos que costumam ser mais afetados estão batata, cebola, tomate, cenoura, maçã e uva. O milho também pode sofrer impacto, o que tende a encarecer a produção de carnes, já que o grão é um dos principais componentes da ração utilizada na criação de animais.

Na avaliação de economistas, ainda é cedo para medir a intensidade desses efeitos, mas o fenômeno climático já é acompanhado com atenção pelo potencial de afetar a produção agrícola e os preços dos alimentos.

Fonte: g1 e Publicado Por: Jornal Folha do Progresso  
11/07/2026/07:29:09

*O formato de distribuição de notícias do [Jornal Folha do Progresso](#) pelo celular mudou. A partir de agora, as notícias chegarão diretamente pelo formato Comunidades, ou pelo canal uma das inovações lançadas pelo WhatsApp. Não é preciso ser assinante para receber o serviço. Assim, o internauta pode ter, na palma da mão, matérias verificadas e com*

credibilidade. Para passar a [receber as notícias](#) do Jornal Folha do Progresso, clique nos links abaixo siga nossas redes sociais:

- [Clique aqui e nos siga no X](#)
- [Clica aqui e siga nosso Instagram](#)
- [Clique aqui e siga nossa página no Facebook](#)
- [Clique aqui e acesse o nosso canal no WhatsApp](#)
- [Clique aqui e acesse a comunidade do Jornal Folha do Progresso](#)

Apenas os administradores do grupo poderão mandar mensagens e saber quem são os integrantes da comunidade. Dessa forma, evitamos qualquer tipo de interação indevida. Sugestão de pauta enviar no e-mail: [folhadoprogresso.jornal@gmail.com](mailto:folhadoprogresso.jornal@gmail.com).

**Envie vídeos, fotos e sugestões de pauta para a redação do JFP (JORNAL FOLHA DO PROGRESSO) Telefones: WhatsApp [\(93\) 98404 6835](#)– (93) 98117 7649.**

“Informação publicada é informação pública. Porém, para chegar até você, um grupo de pessoas trabalhou para isso. Seja ético. Copiou? Informe a fonte.”

Publicado por Jornal Folha do Progresso, Fone para contato 93 981177649 (Tim) WhatsApp: [-93- 984046835](#) (Claro)  
- Site: [www.folhadoprogresso.com.br](http://www.folhadoprogresso.com.br) e-mail: [folhadoprogresso.jornal@gmail.com](mailto:folhadoprogresso.jornal@gmail.com)/ou e-mail: [adeciopiran.blog@gmail.com](mailto:adeciopiran.blog@gmail.com)

[Cassinos no exterior: mudanças positivas e lições para o Brasil](#)