

ALIMENTAÇÃO

LOCAL: CENTRO DE FORMAÇÃO OLÍMPICA DO NORDESTE



DESCRIÇÃO DO CARDÁPIO

Almoço e jantar: sistema de self-service livre (a vontade) em formato de ilhas por segmento (saladas, acompanhamentos, pratos principais e sobremesas) contendo no cardápio os seguintes itens:

1. Salada variada com no mínimo 4 tipos de vegetais frescos (folhas), 4 tipos de vegetais cozidos, vinagre branco, limão, azeite, molho de salada e sal a disposição para tempero;
2. Refeição quente contendo 2 tipos de arroz (branco, arroz com brócolis ou arroz a grega) e feijão carioca ou mulatinho, baião de dois; farofa ou farinha temperada; massa (variada: macarrão ou lasanha) com dois tipos de molho (bolonhesa ou queijo); 3 tipos de proteína animal sendo pelo menos um tipo de carne branca como filé de frango grelhado ou filé de peixe e outros como filé bovino, suíno ou ovino; duas opções vegetarianas; batata e/ou macaxeira/mandioca frita ou cozida;
3. Sobremesa: 3 tipos (2 com açúcar e 1 sem açúcar), podendo ser gelatina, mousse, pudim de leite, doces e sorvete;
4. Bebida: mínimo 4 tipos de bebidas (2 sucos de fruta natural, 1 refrigerante e água mineral), servidas à vontade (sem limitação) e geladas.

Café da manhã para os hospedados no CFO: servido em formato de ilhas por segmento contendo no cardápio os seguintes itens:

1. 3 tipos de frutas (banana, mamão, melão, melancia, maçã, manga, uva, abacaxi);
2. Biscoitos salgados e doces; pão carioca, pão de forma, tapioca ou cuscuz, 1 tipo de bolo, queijo mozzarella e presunto em fatias, ovos mexidos, salsicha/carne moída ao molho, manteiga e requeijão;
3. 2 tipos de sucos de frutas (acerola, maracujá, laranja, graviola, goiaba); água mineral, café, leite, chá, iogurte e achocolatado.

Café da manhã para as delegações: no hotel.

Lanche complementar do dia 17 a 21/10: lanche box, com embalagem plástica transparente contendo: 1 banana, 1 maçã/tangerina, 1 barra de cereal e 1 suco de frutas individual/iogurte de 170 a 200 ml.