

# Introdução à Gastronomia



## Gastronomia em Eventos Montando Cardápios

Antes de iniciar os preparativos de qualquer cardápio, é preciso conhecer o básico:

- Idade dos convidados;
- Horário do evento;
- Espaço físico do local;
- Verba disponível;
- Tipo do evento.



Eventos empresariais geralmente são diurnos, como café da manhã, coffeebreak ou almoços. Para organizá-los, é preciso um cardápio básico de no mínimo, café, dois tipos de sucos, leite, chá, mini sanduíches, bolos, frutas, e bandejas de frios. Dependendo do tipo de evento e verba, amplia-se o menu.

Para um almoço simples, calcule em média, por pessoa: 120 gramas de frutas e vegetais, 150 gramas de massa, 200 gramas de carne, peixe ou frango, 150 gramas de arroz.



Exemplos de mesa para coffeebreak



Exemplos de mesa para almoço e/ou jantar.

Nesta aula você aprendeu um pouco mais sobre a preparação de um evento, a importância de ter um cardápio adequado, variado, que possa agradar a todos os convidados. Mas é importante ressaltar a praticidade e higiene. Portanto, faça apontamentos do que não pode ser negligenciado na hora de servir ou expor os alimentos para os convidados.