

ADEQUAÇÃO NUTRICIONAL DO CAFÉ DA MANHÃ OFERECIDO POR HOTÉIS NO SUL DO BRASIL

Caroline Moreira Cunha¹, Janaína Guimarães Venzke²,
Manuela Mika Jomori³

RESUMO

Introdução: O café da manhã é uma das principais refeições do dia, sendo uma importante comodidade oferecida em hotéis. Além de colaborar positivamente para uma experiência memorável da hospedagem, contribui para a qualidade e a composição da dieta dos hóspedes, devendo ter como base os alimentos *in natura/minimamente processados*. **Objetivo:** Avaliar a composição e a qualidade nutricional dos bufês de café da manhã oferecidos em uma rede hoteleira do sul do Brasil. **Métodos:** Pesquisa transversal descritiva em que foi aplicado o instrumento de Avaliação da Qualidade Nutricional e Sensorial de Bufês de Café da Manhã – AQCM –, em nove hotéis categorizados em A e B, com o registro dos cardápios e a classificação dos alimentos ofertados de acordo com as diretrizes do Guia Alimentar para a População Brasileira. **Resultados:** Os bufês de café da manhã oferecem opções de bebidas, cereais, frutas, complementos para os pães, derivados de carnes quentes, ovos mexidos, diferentes tipos de pães, salgados e bolos, com aproximadamente 60 tipos de alimentos e preparações diferentes. Em maior quantidade, são ofertados os alimentos ultraprocessados, seguidos dos alimentos *in natura/minimamente processados*, processados e gorduras e açúcares. Na categoria A é ofertada uma maior variedade de alimentos *in natura/minimamente processados*, quando comparados ao B, devido à maior variedade de frutas e sucos naturais presentes no bufê. **Conclusão:** Foi identificada a necessidade de melhorias na composição e na qualidade nutricional dos cafés da manhã e a adoção de estratégias que promovam escolhas mais saudáveis aos hóspedes.

Palavras-chave: qualidade dos alimentos; serviços de alimentação; ciências da nutrição; alimentos e bebidas.

NUTRITIONAL ADEQUACY OF BREAKFAST OFFERED BY HOTELS IN SOUTHERN BRAZIL

ABSTRACT

Introduction: Breakfast is one of the main meals of the day, being an important convenience offered in hotels. In addition to contributing positively to a memorable hosting experience, it contributes to the quality and composition of the diet, based on fresh or minimally processed foods. **Objective:** To evaluate the composition and nutritional quality of breakfast buffets offered in a hotel chain in southern Brazil. **Methodology:** Descriptive cross-sectional research, the instrument Assessment Quality for Breakfast Buffets – AQCM – was applied in nine hotels categorized in A and B, with the registration of the menus and classification of the foods offered, according to the guidelines of the Food Guide for the Brazilian Population. **Results:** The breakfast buffets offered options for drinks, cereals, fruits, hot meat products, scrambled eggs, different types of bread, savory and cakes, with approximately sixty different types of food and preparations. In greater quantity, ultra-processed foods were offered, followed by fresh or minimally processed, processed foods and fats and sugars. In category A, a greater variety of fresh or minimally processed foods was offered, due to the greater variety of fruits and natural juices present in the buffet. **Conclusion:** It is possible to identify the need for improvements in the composition and nutritional quality of breakfasts and the adoption of strategies that promote healthier choices for guests.

Keywords: food quality; food services; nutritional sciences; food and beverages.

SUBMETIDO EM: 17/11/2021

ACEITO EM: 9/4/2022

¹ Autora correspondente: Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Rua Ramiro Barcelos, 2400, Porto Alegre/RS, Brasil. CEP 91501-970. <http://lattes.cnpq.br/1557076020451917>. <https://orcid.org/0000-0002-1263-5674>. caarolinemc@gmail.com

² Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Porto Alegre/RS, Brasil.

³ Universidade Federal da Santa Catarina (UFSC). Florianópolis/SC, Brasil.

INTRODUÇÃO

O café da manhã é uma das principais refeições do dia, definida como a refeição realizada nas primeiras horas da manhã¹. Visto como um sistema de oferta de alimentos para a primeira refeição do dia, dispostos em uma mesa com uma variedade de opções² o serviço de bufê de café da manhã torna os hóspedes os principais responsáveis pelas suas escolhas alimentares. Dentre os determinantes de escolhas alimentares relacionados aos alimentos, cita-se a compreensão individual do que constitui uma alimentação saudável e as características sensoriais, como odor, aparência e sabor dos alimentos³.

Conhecer o perfil dos clientes, suas preferências, o que buscam e o que priorizam em uma estadia é um fator importante para gerar satisfação e atender às expectativas dos hóspedes. Turistas mais velhos e homens são clientes que dão maior importância a essa refeição⁵, assim como as famílias com crianças, que, pela tendência global para uma alimentação mais saudável, optam por locais que oferecem alimentos e bebidas de qualidade⁴.

Os benefícios nutricionais proporcionados pela realização do café da manhã podem ser aliados a outros aspectos, posto que esta refeição consiste em uma comodidade oferecida pelos hotéis e que influencia na sua escolha pelo cliente⁶. Além de ser uma prática diária, o café da manhã pode contribuir positivamente para uma experiência memorável da hospedagem dos clientes nos hotéis⁷, para o bem-estar da viagem⁸ e para a qualidade e composição da dieta dos viajantes⁸⁻⁹. Durante as viagens, provar novos alimentos é uma experiência que muitos hóspedes desejam fazer, e, por ser um momento em que estão dispostos a consumir diferentes tipos de alimentos¹⁰, é importante a oferta de opções mais saudáveis e de alimentos locais nesse café da manhã.

Os alimentos locais podem ser definidos como a culinária específica de uma região, preparada e consumida localmente na escala de uma nação, cidade, bairro ou mesmo em um determinado restaurante¹¹.

Conhecer alimentos locais pode servir de motivação para a escolha do destino e contribuir para o bem-estar da viagem. Considerada a segunda refeição mais importante durante a hospedagem⁸⁻⁹ e o quarto serviço mais importante em um hotel¹², o café da manhã pode ser o primeiro contato do turista com a cultura local¹³. Características sobre tradições alimentares, especialidades e hábitos alimentares locais estão dentre as pesquisas de informações gastronômicas buscadas pelos viajantes, e reforçam a importância da “localidade” para os turistas.⁸⁻⁹

Em relação à composição adequada do café da manhã, o Ministério da Saúde orienta que a base de toda refeição seja os alimentos *in natura/ minimamente processados*, frisando a importância de frutas e da variedade de grupos alimentares¹⁴.

Conforme o Guia Alimentar para a população brasileira (GAPB), os alimentos podem ter quatro classificações: alimentos *in natura*, que são oferecidos para o consumo sem que tenham sofrido qualquer alteração; alimentos minimamente processados, os quais foram submetidos a alterações mínimas; alimentos



processados, que são definidos como fabricados pela indústria com adição de sal, açúcar ou outras substâncias; e, por fim, os alimentos ultraprocessados, que são aqueles formulados industrialmente e que possuem, em sua composição, cinco ingredientes ou mais. Para uma alimentação saudável, o GAPB recomenda limitar o consumo de alimentos processados e evitar a ingestão de alimentos ultraprocessados.¹⁴

Lee, Lee e Neilson⁶, em estudo sobre preferências dos hóspedes no café da manhã, citam dados da Smith Travel Research (STR Inc), empresa que analisa o comportamento da indústria hoteleira americana, os quais mostram que a oferta de cafés da manhã pelos hotéis cresceu de 12% em 2004 para quase 70% em 2012. No estudo, os autores constatam que, apesar desse crescimento, os alimentos oferecidos em hotéis têm sido pouco estudados, principalmente em relação à composição nutricional.

Com a preocupação com a composição dos cafés da manhã oferecidos em hotéis, que contribuem diretamente na dieta dos hóspedes⁹, associada ao crescimento dos serviços de hospedagem que podem oferecer serviços de alimentação como café da manhã¹⁵, e por ser um tema apontado com frequência como deficiente em estudos recentes devido à carência de dados específicos sobre o assunto¹⁶, verificou-se a necessidade de avaliar a adequação da composição e da qualidade nutricional dos bufês de café da manhã oferecidos em hotéis do sul do Brasil utilizando as recomendações do GAPB.



MATERIAIS E MÉTODOS

Foi realizada uma pesquisa transversal descritiva em nove hotéis de uma rede hoteleira localizada no sul do Brasil no período de maio a abril de 2018, com o objetivo de analisar a adequação da composição e da qualidade nutricional dos cardápios dos bufês de café da manhã disponibilizados em hotéis do sul do Brasil, conforme as diretrizes do GAPB.

Como critério de inclusão, os hotéis deveriam ter a gestão de rede, serem localizados no município de Porto Alegre e oferecer o serviço de bufê de café da manhã. Esses foram categorizados, conforme a análise do cardápio de seu café da manhã, em Categoria A, que oferece uma maior variedade de preparações e alimentos, e Categoria B, que oferta uma opção mais econômica e uma menor variedade de preparações e alimentos.

Para a avaliação da qualidade nutricional e sensorial dos bufês de café da manhã dos hotéis, foi aplicado o instrumento de avaliação da qualidade nutricional e sensorial do bufê de café da manhã de hotéis (AQCM). O AQCM² avalia a mesa do bufê mediante 16 grupos alimentares, que são separados em opções principais (leite, café e chá, sucos e água, iogurte e bebidas lácteas, cereais matinais, frutas *in natura*, queijos, derivados de carnes frias, complementos para o pão e pães) e opções complementares (achocolatado, derivados de carnes quentes, ovos, salgados e doces). Os dados foram analisados no SPSS versão 20.0.

Análises descritivas foram usadas para categorizar (categorias A e B) os alimentos oferecidos no bufê, e análises das frequências feitas para avaliar

a qualidade nutricional do cardápio, sendo os alimentos classificados em *in natura/minimamente processados*, processados, ultraprocessados e gorduras e açúcares.

RESULTADOS

O café da manhã oferece opções de bebidas, cereais, frutas, complementos para os pães, derivados de carnes quentes, ovos mexidos, diferentes tipos de pães, salgados e bolos. Os principais alimentos presentes nos bufês de café da manhã são: leite desnatado, água, café passado e chá sachê, suco de laranja, bebida láctea de morango, granola e flocos de milho com açúcar, banana, melão, mamão e salada de frutas sem açúcar, manteiga e margarina, geleias e mel, queijo minas e queijo lanche, presunto, pão francês, achocolatado, salsicha com molho de tomate, ovos mexidos, pão de queijo, bolos simples, açúcares e adoçante. Aproximadamente 60 tipos de alimentos e preparações diferentes foram oferecidos no café da manhã, os quais são classificados como *in natura/minimamente processados*, processados, ultraprocessados e gorduras e açúcares (Quadro 1).

Observa-se, no Quadro 1, que os produtos como pães doces, salgados e integrais, bem como pão-de-queijo, bolos e *croissant*, foram classificados como alimentos ultraprocessados. Atribuiu-se essa classificação para essas preparações culinárias porque foram produzidas a partir de uma mistura de ingredientes que inclui substâncias como gordura vegetal hidrogenada, açúcar, amido, emulsificantes e outros aditivos. O suco de uva e o suco de laranja eram concentrados e possuíam aditivos e conservantes na sua formulação. Dessa forma, a salada de frutas com açúcar foi classificada como alimento ultraprocessado e não processado, devido à adição de suco de laranja concentrado na preparação.

Quanto a alimentos culturalmente locais, a lista apresentada no Quadro 1 evidencia a cuca alemã, o salame italiano, a nata e o queijo tipo colonial. A cuca alemã e o queijo tipo colonial são ofertados nas categorias dos hotéis A e B, o salame italiano e a nata na categoria de hotel A. Produzida a partir de uma mistura pronta de ingredientes, a cuca alemã, apesar de culturalmente local, foi classificada como ultraprocessada. Frutas regionais e preparações culinárias com frutas regionais não são ofertadas nos bufês de café da manhã.



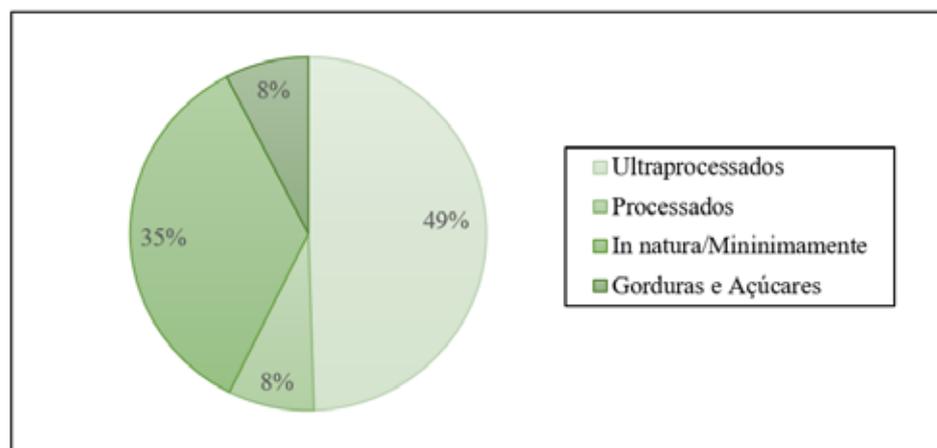
Quadro 1 – Classificação dos alimentos oferecidos no bufê de café da manhã conforme a categoria dos hotéis (A e B) e de acordo com o Guia Alimentar para a População Brasileira

| Categoria A | | Categoria B | |
|------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|------------------------------|
| In natura/Minimamente Processados | | | |
| Leite desnatado (frio/quente) | Ovos mexidos | Leite desnatado (frio/quente) | Abacaxi |
| Leite sem lactose | Salada de frutas (sem açúcar) | Café passado | Mamão |
| Café passado | Abacaxi | Café de máquina | Melão |
| Chá sachê | Ameixa | Chá sachê | Maçã |
| Água (fria/quente) | Banana (casca/descascada) | Água fria/quente | Mel |
| Água aromatizada | Laranja | Água aromatizada | Tempero vinagrete |
| Suco natural verde | Maçã vermelha | Suco natural verde | |
| Suco natural de laranja | Maçã verde | Suco natural de laranja | |
| Suco natural de melancia | Mamão | Suco natural de melancia | |
| Suco natural de mamão | Melão | Iogurte natural | |
| Iogurte natural | Manga | Aveia em flocos | |
| Aveia em flocos | Melancia | Ovos mexidos | |
| Processados | | | |
| Granola (com/sem açúcar) | Nata | Granola (com/sem açúcar) | |
| Queijo minas | Doce de leite | Queijo tipo minas | |
| Queijo lanche | Goiabada | Queijo tipo lanche | |
| Queijo tipo colonial | Bacon | Queijo tipo colonial | |
| Ultraprocessados | | | |
| Suco de laranja | Geleia | Salada de frutas (com açúcar) | Geleia diet |
| Suco de uva | Salsicha (com molho) | Suco de uva | Salsicha (com molho) |
| Bebida láctea de morango | Achocolatado | Suco de laranja | Achocolatado |
| Flocos de milho (com/sem açúcar) | Croissant (doce/salgado) | Suco de laranja (com cenoura) | Salgados assados |
| Queijo "polenguinho" | Pão de queijo | Bebida láctea de morango | Pão de queijo |
| Presunto | Cuca alemã | Flocos de milho com açúcar | Cuca alemã |
| Peito de Peru | Bolos simples | Presunto | Bolos simples |
| Salame Italiano | Bolos (com cobertura calórica) | Peito de peru | Bolos com cobertura calórica |
| Pães doces e salgados | Adoçante | Pães doces e salgados | Adoçante |
| Pães integrais | | Pães integrais | |
| Geleia diet | | Geleia | |
| Gorduras e Açúcares | | | |
| Açúcar mascavo | | Açúcar mascavo | |
| Açúcar refinado | | Açúcar refinado | |
| Manteiga | | Manteiga | |
| Margarina | | Margarina | |



Conforme a classificação do GAPB, verificou-se que os bufês de café da manhã dos hotéis ofertaram em maior quantidade os alimentos ultraprocessados (49%), seguido dos alimentos *in natura/minimamente processados* (35%), processados (8%) e gorduras e açúcares (8%), como é possível observar no Gráfico 1.

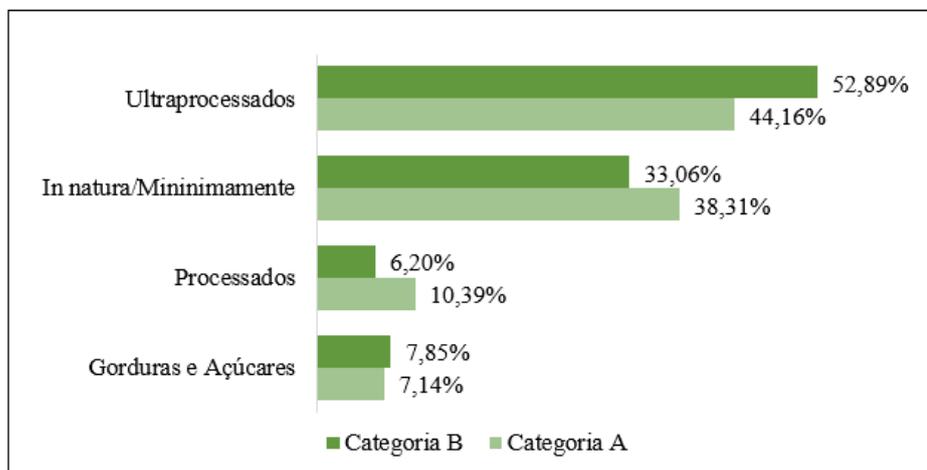
Gráfico 1 – Porcentagem de alimentos oferecidos no bufê de café da manhã conforme classificação do Guia Alimentar para a População Brasileira



Quanto à oferta de alimentos conforme a classificação dos hotéis por categorias, observa-se, no Gráfico 2, que a categoria B apresentou uma maior oferta de alimentos ultraprocessados (52,8%) e gorduras e açúcares (7,85%) em relação à categoria A (44,16% e 7,14%, respectivamente). A categoria A apresentou uma variedade maior na oferta de pães e a categoria B na oferta de bolos simples e com cobertura calórica.

Houve uma maior oferta de alimentos *in natura/minimamente processados* na categoria A (38,31%) em relação à categoria B (33,06%), devido à maior variedade de frutas e sucos naturais presentes no bufê. Os resultados podem ser analisados no Gráfico 2.

Gráfico 2 – Frequência de alimentos oferecidos no bufê de café da manhã conforme classificação do Guia Alimentar para a População Brasileira e categorias A e B da rede hoteleira



DISCUSSÃO

As Diretrizes Dietéticas para Americanos recomenda que um prato saudável seja composto por metade de frutas e legumes, um quarto de grãos, um quarto de carne magra ou feijão e um copo de leite desnatado, não obstante à recomendação, os alimentos oferecidos nos cafés da manhã dos hotéis que participaram do estudo não atendiam às recomendações, disponibilizando ao hóspede mais opções de grãos refinados, seguida de frutas e alimentos de origem proteica.²⁰

O presente estudo mostrou que os hotéis da categoria B – opção mais econômica –, ofertam no café da manhã uma menor quantidade de frutas e sucos naturais e uma maior quantidade de bolos simples e com cobertura calórica. Os dados corroboram o estudo que verificou a diferença na oferta e variedade de alimentos em relação aos hotéis de alto custo e baixo custo, quando hotéis de alto custo ofereciam maior variedade de frutas e frutas mais frescas.⁹

Dentre os 27 principais alimentos encontrados nos bufês de café da manhã dos hotéis estudados, apenas 11 foram alimentos classificados como *in natura/minimamente processados* (leite desnatado, água, café passado e chá sachê, suco de laranja, banana, melão, mamão e salada de frutas sem açúcar,

ovos mexidos e mel). Conforme as recomendações do GAPB¹⁴ em relação à composição adequada do café da manhã, observa-se que a presença de alimentos *in natura/minimamente processados* na composição dos cardápios é baixa quando comparada à presença de alimentos ultraprocessados em ambas as categorias. Devido à alta porcentagem de alimentos ultraprocessados e processados (57%), o café da manhã ofertado apresenta um baixo teor de fibras e um alto teor de açúcares e sódio.

A oferta de alimentos ultraprocessados tende a limitar o consumo de alimentos *in natura/minimamente processados*, favorecendo o desenvolvimento de doenças cardiovasculares, diabetes, diferentes tipos de câncer e contribuindo para aumentar o risco de deficiências nutricionais.¹⁴

Na análise da composição do café da manhã grego⁴ foi verificado um maior teor de fibras devido à presença de frutas, frutas secas, vegetais e alimentos não processados, assim como um maior teor de ácidos graxos monoinsaturados, derivados do azeite e azeitonas. Os cafés da manhã analisados neste estudo não ofertam esses alimentos e possuem uma menor quantidade de fibras e gorduras monoinsaturadas.¹⁸

Oleaginosas, como castanhas, nozes, amendoim e outras sem adição de sal ou açúcar, são classificadas como alimentos *in natura/minimamente processados*, possuem boa qualidade nutricional, principalmente em relação à quantidade de gorduras monoinsaturadas, e não são ofertadas nos bufês de café da manhã.

A qualidade dessa refeição consumida pela população brasileira foi estudada por meio do Inquérito Nacional da Dieta Brasileira. Identificou-se que os alimentos mais consumidos pelos brasileiros foram pães brancos, café preto, café com leite, manteiga/margarina e biscoitos/bolachas brancas, associados ao baixo consumo de frutas e verduras¹⁹. Esses resultados corroboram os encontrados neste estudo, em que os cafés da manhã oferecidos em hotéis podem refletir o padrão do café da manhã consumido pelos brasileiros, composto com base em alimentos processados e menores quantidades de alimentos *in natura/minimamente processados*.

A oferta de preparações e alimentos locais no café da manhã foi citada por viajantes como algo importante para a criação de experiências memoráveis em hotéis¹⁷. A presença de alimentos locais da região sul do Brasil nos bufês de café da manhã foi verificada pela oferta da cuca alemã, queijo colonial, salame italiano e nata, em todos os hotéis da Categoria A e somente em dois da Categoria B. Como opções de alimentos culturalmente locais e que são alimentos *in natura/minimamente processados*, podem ser oferecidas frutas locais, por exemplo, a bergamota/tangerina, o butiá ou a erva-mate, tradicionalmente utilizada na região para o preparo de bebidas quentes. Bebidas e preparações culinárias que utilizem frutas locais ou a erva-mate como ingrediente principal, sem a utilização de misturas prontas ou outros gêneros ultraprocessados, podem ser ofertadas. Dessa forma, os hotéis poderiam adaptar-se ao mercado e buscar atender às

⁴ Café da manhã grego é o café consumido na Grécia, sendo abordado no estudo¹⁸ aqueles consumidos em Chalkidiki, Cíclades e Creta. Os alimentos e bebidas foram selecionados principalmente no site da iniciativa “café da manhã grego” da Câmara Grega de Hotéis (www.greekbreakfast.gr/)”



expectativas de seus clientes viajantes, que também buscam conhecer a cultura local por meio dos alimentos ofertados no seu café da manhã.

O experimento conduzido para identificar alimentos preferidos pelos viajantes no café da manhã de hotéis dos Estados Unidos da América, de acordo com dados demográficos dos viajantes e motivo de viagem, observou que os alimentos preferidos pelos hóspedes podem diferenciar por causa do motivo da viagem (lazer, visitar amigos e familiares, trabalho ou negócios) e idade.⁶

Dessa forma, conhecer o perfil dos hóspedes e suas preferências alimentares é um fator importante para a elaboração do cardápio do café da manhã, posto que alguns perfis de hóspedes prezam pela qualidade dos alimentos e por uma alimentação saudável e equilibrada.

Na atualidade, observa-se poucos estudos que avaliam a composição e a qualidade nutricional dos cafés da manhã oferecidos em hotéis, principalmente no Brasil. A maioria dos estudos descritos na discussão foi realizada em outros países, o que pode não refletir as preferências, composição e escolhas alimentares dos hóspedes brasileiros.

CONCLUSÃO

A partir da classificação dos alimentos, conforme orientação do GAPB, é possível identificar a necessidade de melhorias na composição do cardápio e na qualidade nutricional dos cafés da manhã de hotéis, aumentando a oferta de alimentos *in natura/minimamente processados* e reduzindo a oferta de alimentos ultraprocessados. A adoção de algumas estratégias, como produzir bolos e pães não utilizando misturas prontas, não usar açúcar adicional ou reduzir a oferta de sucos artificiais, principalmente como parte da composição de saladas de frutas, poderiam proporcionar escolhas mais saudáveis aos hóspedes.

A oferta de frutas locais no cardápio, seja *in natura* ou em preparações culinárias, como bolos, chás, sucos, geleias e biscoitos, além de incentivar o consumo de alimentos *in natura/minimamente processados*, remete à cultura da região e estimula a adoção de um café da manhã mais saudável.

Embora o presente trabalho não tenha como objetivo avaliar o perfil e as preferências dos hóspedes, estudos apontam para a necessidade de identificar estas características pelos gerentes dos hotéis e recomenda-se que o diagnóstico seja um instrumento para elaboração dos cardápios, atendendo às necessidades de cada perfil.

A busca por referências para o presente trabalho identificou escassez de estudos que tratem do café da manhã de hotéis, da qualidade nutricional, das preferências dos hóspedes e das estratégias para melhorias na oferta de alimentos mais saudáveis no bufê. Recomenda-se que mais estudos sejam realizados para proporcionar espaços mais saudáveis na hotelaria.

Como limitações do presente estudo, cabe comentar o pequeno número da amostra e a realização em uma rede hoteleira, podendo outros estabelecimentos, presentes no sul do Brasil, apresentarem composição e qualidade nutricional do café da manhã diferente da observada.



REFERÊNCIAS

- ¹ Santos DR, Neves FS, Cabral LF. Dicio: dicionário on-line de português. 2018. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/cafe-da-manha>
- ² Trancoso C. Desenvolvimento de instrumento para avaliação da qualidade nutricional e sensorial de bufês de café da manhã em hotéis de negócio. Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina; 2008.
- ³ Leng G, Adan RAH, Belot M, Brunstrom JM, Graaf K De, Dickson SL, et al. The determinants of food choice. *Proceedings of the nutrition society*. 2016 Dec.;76:316-327.
- ⁴ Bunakov OA, Eidelman BM, Fakhrutdinova LR, Gabdrakhmanov NK. Development of the food industry for the tourism industry. *Revista Quid*. 2017;1:1.310-1.314.
- ⁵ Kucukusta D. Chinese travelers' preferences for hotel amenities. *International journal of contemporary hospitality management*. 2017 Jul. 10;29(7):1.956-1.976.
- ⁶ Lee SH, Lee J, Neilson SMF. Exploring guest preferences of breakfast menu: conjoint analysis. *Journal of culinary science & technology*. 2018 Apr. 3;16(2):149-164.
- ⁷ Sthapit E. Antecedents of a memorable hotel experience: finnish hotels perspective. *Current issues in tourism*. 2019 Dec. 14;22(20):2.458-2.461.
- ⁸ Björk P, Kauppinen-räsänen H. A destination's gastronomy as a means for holiday well-being. *British food journal*. 2017 Jul. 3;119(7):1.578-1.591.
- ⁹ Almohanna AS, serrano EL. How healthy are free breakfasts at hotels? *Nutrition today*. 2014;49:280-283.
- ¹⁰ Wijaya S, King B, Nguyen T-H, Morrison A. International visitor dining experiences: a conceptual framework. *Journal of hospitality and tourism management*. 2013 Jan.;20:34-42.
- ¹¹ Suntikul W, Pratt S, Chong YWJ. Factors that influence chinese outbound tourists' intention to consume local food. *Journal of china tourism research*. 2020 Apr. 2;16(2):230-247.
- ¹² Liu L, Wu B, Mor AM, Sia JUO Ling R. Why dwell in a hutongtel? Tourist accommodation preferences and guest segmentation for beijing hutongtels. *International journal of tourism research*, 2015;17:171-184.
- ¹³ Kontis A-P, Gkoumas A. "greek breakfast": a new tourism brand name for an age-long gastronomy tradition. *Strategic innovative marketing*. 2017;235-241.
- ¹⁴ Brasil M da S. Guia alimentar para a população brasileira. Vol. 2 edição. Brasília; 2014.
- ¹⁵ IBGE. Pesquisa de serviços de hospedagem: 2016. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/bibliotecacatalogo?view=detalhes&id=2100624>.2017.
- ¹⁶ Leite-Pereira F, Brandao F, Costa R. Role of breakfast in hotel selection: systematic review. *International journal of culture, tourism and hospitality research*. 2019 Jun. 3;13(2):204-217.
- ¹⁷ Sthapit E. Exploring tourists' memorable food experiences: a study of visitors to santa's official hometown. *Anatolia*. 2017 Jul. 3;28(3):404-421.
- ¹⁸ Giazitzi, Katerina; Palisidis, George; Boskou, George; Costarelli, Vassiliki. Traditional greek vs conventional hotel breakfast: nutritional comparison. *Nutrition & food science*. Set. 2019 Set. 28;50(4):711-723.
- ¹⁹ Pereira, Jaqueline Lopes et al. Proposal for a breakfast quality index for brazilian population: rationale and application in the brazilian national dietary survey. *Appetite*. 2017 Abr.;111:12-22.
- ²⁰ U.S. Department of agriculture and u.s. Department of health and human services. Dietary guidelines for americans, 2010. 7th edition, Washington, DC: U.S. Government printing office, Dec. 2010.



**Todo conteúdo da Revista Contexto & Saúde está
sob Licença Creative Commons CC - By 4.0**