

冬奥菜单里的中国味道

北京冬奥会上，各国运动员将享受到哪些美食？近日，北京2022年冬奥会和冬残奥会运动员菜单正式发布，678道来自世界各地的特色菜品“拼盘”而成“舌尖上的冬奥”，向世界各地的冰雪健儿发出诚挚邀请。其中，在冬奥菜单中占比三成的中餐，将充分展示“中国味道”的文化魅力。



防疫优先吃得安全 智能餐饮绿色办奥

北京冬奥会期间，各国运动员将在闭环内活动，这也对冬奥餐饮提出了更高的要求——既要吃得可口、也要吃得安全。赛时，冬奥村和冬残奥村将推出智能化餐饮，为运动员提供优质服务。例如，运动员主餐厅的进门处将设置热力图显示屏，实时显示用餐人数；在运动员餐厅出入口、取餐流线、餐盘回收等关键位置，将设置防疫用品台，摆放口罩、手套、酒精棉片和免洗手消毒剂等防疫用品。

餐厅内设有智能保温取餐柜，帮助实现人员分流就餐。在餐厅中行走的智能引导机器人，可以为运动员提供咨询、引导服务。餐厅每层设有空间除菌仪，确保用餐环境。餐具是由玉米秸秆为原材料制成的可降解环保餐具，体现绿色办奥的理念。而在冬残奥会期间，为了便利运动员用餐，餐厅还将增设更多的无障碍餐饮服务，增设可移动座位、设计盲文菜单，并对菜签增加大字号标识。

数百菜品每天供应 各地美食榜上有名

与2008年北京奥运会一样，北京冬奥会的678道菜品中，中餐和西餐的比例为3:7，既能符合日常口味，也可满足尝鲜需求。三大赛区的餐饮服务

标准、时间和内容同步，运动员无论身处北京、延庆或是张家口赛区，都可品尝同样的美食。

冬奥会赛会期间，冬奥村餐厅将设置世界展台、亚洲展台、中餐展台、清真餐台、披萨与意大利面展台、面包和甜品台、鲜果台等12种餐台，每天都有约200道菜品供应，并以8天为一个周期进行轮换。丰富的菜品可以为运动员提供更多选择，8天的周期则有助于打破思维定式，每天都有新惊喜。

哪些中餐能够登上冬奥会“赛场”？根据公布的部分菜单显示，浙江名菜西湖牛肉羹、川菜代表宫保鸡丁、鲁菜四喜丸子、粤菜虾饺等中国各地美食均榜上有名。冬奥会赛时正值中国传统节日春节，菜单围绕中国年节庆主题增添了不少特色饮食，源远流长的中国饮食文化将得到充分展示。

2008年北京奥运会时，令人垂涎的北京烤鸭成为最受运动员欢迎的菜品之一，平均每天可吃掉700只左右。北京冬奥会上，人气颇高的北京烤鸭将如约“返场”，并带上爆羊肉、木须肉、驴打滚、豌豆黄等京味儿菜品和小吃，出现在运动员的餐桌上。



严格把关营养健康 菜式多样“众口可调”

好吃，并不是冬奥餐饮的唯一标准。冬奥食谱既要符合各国运动员的饮食口味、宗教习惯等，更要满足运动员对热量、营养方面的需求，因此与百姓的日常菜单有所区别。比如，有的比赛项目运动员在赛前需要食用大量高蛋白食品；比赛期间需要补充碳水化合物；比赛结束后喜欢吃一些高脂肪、高热量的食物——因此，冬奥食谱在营养成分的要求上比日常摄取的要更多。

冬奥菜单的制定极为严格，需要由运动、营养、餐饮等多个专家团队针对食材成分、菜品规格、制作流程进行研讨，在北京冬奥组委、冬残奥村餐饮服务商和营养师的指导下制定完成，并经国际奥委会审核同意。

为满足不同项目运动员的赛期营养需要，冬奥菜单突出营养均衡、烹饪健康。例如，谷薯杂豆类涵盖糙米、燕麦、藜麦等全谷物，注意粗细搭配，保证充足优质能量来源；蔬菜水果类兼顾不同品种，提供丰富的维生素和矿物质，深色蔬菜占到蔬菜总量的一半以上；水产禽畜蛋类提供优质蛋白质；奶及大豆为运动员提供优质钙质……

为了实现“众口可调”，菜单设置也下足了功夫。单是蛋卷就有原味煎蛋卷、菠菜蛋白蛋卷、火腿蛋卷等6种做法。披萨更是涵盖了烟熏鸡肉披萨、玛格丽特披萨、大虾披萨等9种口味。各种菜品涉及各类食材超过400种，并严格排除掉胡椒等食源性兴奋剂。此外，每餐均配备一系列素食和清真菜式，还可提供犹太洁食服务，以尊重、满足不同文化背景中的特定饮食需求。

