



REGULAMENTO

CONCURSO O QUILO É NOSSO

1) Dados gerais

Nome: Concurso O Quilo é Nosso 2025 – 9ª edição

Conceito: Saudável e natural do Brasil

Data da realização:

1ª etapa - 16 a 26 de setembro

2ª etapa – 1 a 10 de outubro

3ª etapa – 29 e 30 de outubro

Promotora do concurso: Abrasel – Associação Brasileira de Bares e Restaurantes

2) Apresentação

O Brasil é pioneiro mundial nesse modelo de serviço em restaurantes. O primeiro estabelecimento a oferecer este tipo de serviço nasceu em Belo Horizonte ainda na década de 1980. Uma criação típica e orgulhosamente tupiniquim, que oferece uma solução criativa e bem-sucedida para o serviço rápido de alimentos. Os restaurantes com cobrança a quilo hoje constituem a maior parcela dos estabelecimentos do país e são neles que grande parte da população brasileira se alimenta: famílias, trabalhadores e estudantes.

Pensando nisso, a Abrasel idealizou um evento cujo objetivo é resgatar este orgulho e valorizar o restaurante a quilo, tão usufruído diariamente por milhões de brasileiros.



Em suas 8 edições até 2024, o concurso do O Quilo é Nosso teve a participação de mais de 1000 restaurantes de todas as regiões do Brasil, mais de 300 mil visualizações no site do evento e mais de 2 milhões de contas alcançadas nas redes sociais.

Outra grande atração é a realização de uma terceira etapa nacional, realizada em São Paulo, onde os chefs campeões de cada estado preparam e apresentam ao vivo seus pratos, num concurso transmitido para todo Brasil por meio das redes sociais da Abrasel. A finalíssima do concurso é uma disputa acirrada entre os melhores restaurantes a quilo do Brasil, e a cerimônia de premiação é realizada durante o prestigiado Mesa ao Vivo São Paulo, um congresso de gastronomia que acontece no Memorial da América Latina, em São Paulo. O evento reúne chefs renomados, palestras, aulas e jantares. O Mesa São Paulo é considerado um dos principais congressos do setor no Brasil e o maior evento de gastronomia da América Latina, realizado pelo Mundo Mesa, uma ampla plataforma de gastronomia que proporciona experiências memoráveis e transformadora.

“O Quilo é Nosso – saudável e natural do Brasil” é um concurso em que os restaurantes inscrevem pratos especialmente desenvolvidos para a ocasião. Na 1ª etapa serão **eleitos e premiados** de 3 a 7 restaurantes como os melhores de cada cidade/região. Na 2ª etapa, os melhores de cada estado. E na 3ª etapa o primeiro, segundo e terceiro melhores restaurantes do Brasil.

Durante o período de realização, o público terá a oportunidade de degustar os pratos especialmente escolhidos pelos estabelecimentos para participar do concurso e votar em seus preferidos, valorizando o modelo de negócio do restaurante a quilo e a gastronomia nacional. Os estabelecimentos participantes deverão realizar ações promocionais e de divulgação, no sentido de atrair não apenas os consumidores habituais, mas, principalmente, uma nova clientela.

Parceria com a Prazeres da Mesa



O concurso O Quilo é Nosso 2025 conta com a parceria da Prazeres da Mesa, principal e mais relevante plataforma de conteúdo de gastronomia do Brasil, com forte influência junto ao público especializado e ao público final, para avaliar os pratos dos finalistas na última etapa e divulgar o evento como um todo.

3) Orientações operacionais

A participação do restaurante no concurso não implicará em qualquer alteração no funcionamento da casa: dias, horários e modelo de operação.

4) Regras gerais

- 4.1. Somente poderão participar do concurso estabelecimentos com serviço de alimentos com cobrança por quilo sendo vedada a participação daqueles que ofereçam serviço de bufê livre, rodízio, a la carte, e similares com qualquer outra forma de cobrança que não seja por peso.
- 4.2. É necessário um mínimo de 05 (cinco) participantes por Seccional ou Regional Abrasel na 1ª etapa do Concurso. Caso uma Seccional ou Regional não atinja o número mínimo de restaurantes, seus restaurantes participantes poderão ser avaliados juntamente aos concorrentes de uma Seccional ou Regional de seu estado que possua pelo menos 4 restaurantes participantes.
- 4.3. O estabelecimento participante deverá criar uma receita especial para o concurso, que valorize a alimentação saudável. O prato deverá fazer parte do bufê durante os 10 dias que compreendem a primeira etapa do concurso.

- 4.4. É facultado às seccionais e regionais participantes a opção de estender a 1ª etapa do concurso até o fim de semana, ou seja, até dia 28 de setembro. Nestes casos, a Seccional ou Regional deverá informar a Abrasel nacional para que sejam feitos os alinhamentos nos materiais de divulgação.
- 4.5. O estabelecimento participante deverá oferecer no mínimo 1 (um) benefício promocional aos clientes durante o período do concurso, desde que seja diferente do já oferecido usualmente pelo restaurante. A Abrasel recomenda a utilização de um programa de fidelidade. E, caso o restaurante já o possua, recomenda-se a diminuição da frequência exigida (ex.: de 10 para 5). A promoção será validada pela seccional/regional da Abrasel no ato da confirmação da inscrição.
- 4.6. Na primeira etapa, os restaurantes serão avaliados presencialmente por um corpo de jurados (escolhido pela seccional e regional) e deverão oferecer (por custo próprio e sem reembolso) a refeição e 1 (uma) bebida não alcoólica para cada um dos três jurados que visitarão o estabelecimento.

Os jurados não se identificarão no restaurante, antes de degustarem o prato. Eles somente se identificarão, na hora de pagar, no caixa, por meio da credencial de jurado (fornecida a ela pela seccional ou regional).

5) Eleição

O concurso será realizado em três etapas:

- 5.1 **Etapas 1 – Eleição dos melhores restaurantes da cidade ou região por voto popular e júri técnico local:**



- 5.1.1 Os restaurantes classificados de cada cidade (ou região) serão eleitos por voto popular, com votação online, combinada com a avaliação presencial de júri técnico local.
- 5.1.2 Os votos populares terão peso de 40% nessa etapa e serão computados no site oquiloenosso.com.br no período compreendido entre 00:00 do dia 16/09/2025 e 20:00 do dia 26/09/2025, sendo considerado o fuso horário de Brasília.
- 5.1.3 O público avaliará os restaurantes no site atribuindo notas de **1 a 5** para:
- a) Limpeza – peso 1
 - b) Ambiente – peso 1
 - c) Atendimento – peso 1
 - d) Qualidade geral do bufê – peso 1
 - e) Receita participante do concurso – peso 2
- 5.1.4 Os votos do júri técnico terão peso de 60% nessa etapa e a avaliação será feita por meio de visita presencial aos restaurantes. Cada restaurante receberá no período compreendido entre 16/09/2025 e 26/09/2025 a visita de três representantes do júri técnico, que será convocado pela Abrasel e a critério da Abrasel. Os restaurantes que cada jurado visitará serão designados por meio de sorteio simples. O jurado comparecerá ao restaurante de maneira oculta, consumirá uma refeição diversificada que conterá obrigatoriamente a receita escolhida para o concurso, fará a avaliação preenchendo o formulário padrão fornecido pela Abrasel e, somente ao final da visita, se identificará no caixa apresentando a credencial de jurado. Dessa forma, terá isenção do pagamento da refeição e de uma bebida não alcoólica. O resultado do formulário de avaliação é sigiloso e não será informado ao restaurante ou a terceiros em nenhuma hipótese. Somente a Abrasel receberá todos os formulários de avaliação e apurará os votos.

5.1.5 Os jurados avaliarão os restaurantes por meio do formulário padrão atribuindo notas de **1 a 5** para:

- a) Limpeza – peso 1
- b) Ambiente – peso 1
- c) Atendimento – peso 1
- d) Divulgação do concurso no estabelecimento – peso 1
- e) Qualidade do bufê – peso 2
- f) Variedade do bufê – peso 2
- g) Receita participante do concurso – peso 2
- h) Utilização, na receita inscrita no concurso, de um ou mais itens resultantes do aproveitamento integral de alimentos - peso 1 (pontuação extra)

O último item (H), novidade para 2025, é um estímulo para que os restaurantes participantes possam aproveitar integralmente um ou mais ingredientes usados na preparação do prato, como, por exemplo, folhas, peles, talos, sementes e cascas. A nota para utilização desse critério faz parte de uma pontuação extra e terá peso 1 no voto do júri técnico.

Como será avaliado o item (H):

1. Aplicação prática no prato inscrito:

O júri técnico avaliará se e como o restaurante utilizou elementos do aproveitamento integral no prato apresentado, considerando:

- Clareza na descrição do(s) ingrediente(s) reaproveitado(s)
- Criatividade e técnica no uso do ingrediente
- Harmonia com o prato como um todo (sabor, textura, apresentação)

2. Visibilidade da prática



A demonstração do uso do aproveitamento integral deve ser apresentada no momento final quando os jurados se identificam. O restaurante deve:

- Explicar qual(is) parte(s) do alimento foram reaproveitadas
- Descrever a técnica de aproveitamento utilizada
- Justificar a escolha e seu papel na composição do prato

Pontuação:

O júri técnico atribuirá uma nota de 1 a 5 com peso 1, considerando os critérios acima.

Essa pontuação será somada como pontuação extra, podendo fazer diferença em caso de empate ou como diferencial de sustentabilidade na avaliação geral.

5.1.6 Serão três restaurantes classificados para a 2ª etapa, definidos com as três maiores notas resultantes da soma das pontuações do voto popular e do voto do júri técnico. No entanto, caso a cidade ou região opte por realizar a etapa seguinte (2ª etapa) no formato de final presencial, com os representantes dos restaurantes classificados cozinhando e apresentando seus pratos ao vivo para um júri presencial, ficará facultada à Abrasel da cidade ou região aumentar o número de classificados para até 7 restaurantes na 2ª etapa estadual.

5.1.7 Os restaurantes classificados deverão enviar para a seccional ou regional da Abrasel de sua base no prazo de 5 dias da data de divulgação dos resultados a receita detalhada do prato participante contendo ingredientes completos, modo de preparo e rendimento. Caso o restaurante não envie a receita no prazo estipulado, será automaticamente desclassificado do concurso. A receita deverá ser enviada no formato pré estabelecido pela Abrasel.

5.1.8 A apuração dos votos visa privilegiar os restaurantes que tiveram a melhor performance na avaliação dos jurados seguida da performance da avaliação dos critérios pelo público seguida da performance em número de votos obtidos. Assim, a pontuação final individual é obtida com a média dos votos populares (estrelas por votos) multiplicada por quatro somada com a pontuação média das notas dos jurados (total das notas divididas pelo número de jurados) multiplicada por seis. O critério de desempate será o maior número absoluto de votos obtidos.

5.2 **Etapa 2 – Eleição do melhor restaurante do estado:**

5.2.1 **OPÇÃO 1: Eleição pelo júri técnico local:** Os formulários de avaliação e os textos das receitas dos pratos dos três restaurantes classificados serão reanalisados pelo júri técnico local que elegerá o melhor restaurante a quilo de cada estado. O júri técnico decidirá de forma soberana.

5.2.2 **OPÇÃO 2: Eleição por realização de final estadual:** Cada estado participante poderá optar por definir seu campeão estadual nos mesmos moldes da final nacional, com realização de um evento com participação dos classificados na 1ª etapa, onde cada restaurante irá preparar in loco a sua receita para o concurso e será avaliado pelos seguintes critérios: a. Originalidade - peso 2; b. Receita (execução e produtos) - peso 2; c. Apresentação - peso 1; d. Harmonia do prato – peso 2; e. Sabor - peso 3; f. Adequação do prato ao serviço a quilo – peso 3. Nesta opção serão seguidas as mesmas regras da etapa 5 (item 5.2 deste regulamento). A final estadual, nesses moldes, poderá ter entre 3 e 7 finalistas.

5.3 **Etapa 3 – Eleição do melhor restaurante a quilo do país por júri técnico indicado pela Prazeres da Mesa:**

5.3.1 Os restaurantes selecionados de cada estado participarão da terceira etapa que será realizada, presencialmente, em São Paulo.

5.3.2 Na data e local indicados pela organização do concurso, todos os vencedores estaduais, que deverão ser representados por, no mínimo, o (a) cozinheiro (a) responsável pela receita, terão seus pratos degustados e avaliados pelo júri técnico indicado pela revista Prazeres da Mesa. Esta etapa será transmitida ao vivo pelas redes sociais.

5.3.3 O (a) cozinheiro (a) do restaurante deverá preparar uma receita em quantidade suficiente para servir 10 pessoas, além de um prato individual montado que deverá primar pela estética, pois será exibido ao júri e fotografado. O prato individual deverá conter apenas a receita participante do concurso, sem acompanhamentos, admitindo-se apenas ingredientes decorativos e de finalização. A organização do concurso disponibilizará estrutura de cozinha básica para preparação dos pratos e o restaurante deverá levar todos os insumos necessários, utensílios de uso pessoal do cozinheiro (a) e a louça para montagem do prato individual. As despesas de passagem aérea/traslados, alimentação e outras despesas necessárias para o deslocamento do (a) cozinheiro (a) e demais representantes do restaurante até a cidade de São Paulo ocorrerão por conta de cada restaurante e sem reembolso, com exceção da hospedagem, que será oferecida pela organização do concurso como premiação aos vencedores estaduais.

6) Premiação

6.1 Comum a todos:

- Publicações nas redes sociais da Abrasel e da Prazeres da Mesa.

6.2 Premiação 1ª Etapa: os restaurantes eleitos pelo voto popular e pelo júri técnico local terão como premiação:

- Certificado de classificado pelo júri técnico local e voto popular;

- Menção em notícia veiculada no portal Prazeres da Mesa e nas redes sociais da Prazeres da Mesa;
- Menção em notícia veiculada no site da Abrasel e nas redes sociais da Abrasel;
- Menção em matéria da revista Bares & Restaurantes;
- Menção em release divulgado por meio da assessoria de imprensa local;
- Menção nos sites e redes sociais da Abrasel e Prazeres da Mesa, e versão impressa nas edições impressas da Revista Bares & Restaurantes e Prazeres da Mesa;

6.3 Premiação 2ª etapa:

PARA TODOS OS CAMPEÕES ESTADUAIS:

- Placa de vencedor estadual;
- R\$ 1.000,00 de voucher em produtos Glassart (Valor não cumulativo com os prêmios de 1º, 2º e 3º)
- Duas diárias de quarto duplo de hotel em São Paulo (definido pela organização do evento) para participar da finalíssima do concurso;
- Menção em matéria veiculada na revista Prazeres da Mesa (circulação nacional);
- Menção em notícia veiculada no portal Prazeres da Mesa e nas redes sociais da Prazeres da Mesa;
- Menção na matéria especial da revista Bares & Restaurantes (circulação nacional);
- Divulgação dos pratos vencedores nas redes sociais da Abrasel;
- Divulgação por meio da assessoria de imprensa local.
- Participação na 3ª etapa na cidade de São Paulo (não inclui passagem aérea/traslados, alimentação, insumos e outras despesas)
- Menção nos sites e redes sociais da Abrasel e Prazeres da Mesa, e versão impressa nas edições impressas da Revista Bares & Restaurantes e Prazeres da Mesa como campeão estadual;

6.4 Premiação 3ª etapa nacional: Os restaurantes eleitos pelo júri técnico da Prazeres da Mesa na 3ª etapa terão como premiação:



COMUM A TODOS:

- Divulgação na matéria da revista Prazeres da Mesa (circulação nacional);
- Divulgação no portal da Prazeres da Mesa;
- Divulgação nas redes sociais da Prazeres da Mesa;
- Matéria exclusiva sobre os três primeiros colocados na revista Bares & Restaurantes (circulação nacional);
- Menção nos sites e redes sociais da Abrasel e Prazeres da Mesa, e versão impressa nas edições impressas da Revista Bares & Restaurantes e Prazeres da Mesa;

PARA O 3º COLOCADO:

- Placa de vencedor nacional com classificação 3º lugar;
- R\$10.000 de voucher em produtos Rational
- R\$ 2.000,00 de voucher em produtos Glassart
- 03 (três) meses de assinatura da revista impressa Prazeres da Mesa;
- Menção no Guia de Restaurantes à Quilo versão digital, nos sites e redes sociais da Abrasel e Prazeres da Mesa, e versão impressa nas edições impressas da Revista Bares & Restaurantes e Prazeres da Mesa como 3º colocado nacional;

PARA O 2º COLOCADO:

- Placa de vencedor nacional com classificação 2º lugar;
- R\$20.000 de voucher em produtos Rational
- R\$ 3.000,00 de voucher em produtos Glassart
- 06 (seis) meses de assinatura da revista impressa Prazeres da Mesa;
- Menção no Guia de Restaurantes à Quilo versão digital, nos sites e redes sociais da Abrasel e Prazeres da Mesa, e versão impressa nas edições impressas da Revista Bares & Restaurantes e Prazeres da Mesa como 2º colocado nacional;



PARA O 1º COLOCADO:

- Placa de vencedor nacional com classificação 1º lugar;
- R\$30.000 em voucher para produtos Rational
- R\$ 4.000,00 de voucher em produtos Glassart
- Duas diárias de hospedagem em apartamento duplo em hotel a ser indicado pela promotora na cidade de São Paulo no período de realização do Fórum Bares & Restaurantes em junho de 2025 (Não inclui passagem aérea/traslados, alimentação e outras despesas. Prêmios pessoais e intransferíveis).
- 01 (um) ano de assinatura da revista impressa Prazeres da Mesa;
- Menção nos sites e redes sociais da Abrasel e Prazeres da Mesa, e versão impressa nas edições impressas da Revista Bares & Restaurantes e Prazeres da Mesa como 1º colocado nacional.

7) Divulgação dos resultados

A divulgação do resultado da Etapa 1 – Eleição do melhor restaurante da cidade/região metropolitana por voto popular e júri técnico local se dará em até 4 dias após a data de término da primeira etapa.

A divulgação do resultado da Etapa 2 – Eleição da melhor receita dos estados brasileiros por júri técnico se dará em até 10 dias após a data de término da segunda etapa.

A realização/divulgação do resultado da Etapa 3 – Eleição das 3 (três) melhores receitas do Brasil por júri técnico se dará durante o Mesa ao Vivo São Paulo, em dia a ser definido e divulgado pela organização do evento.

8) Inscrição



A inscrição para participar do O Quilo é Nosso 2025 se fará mediante o preenchimento formulário de adesão por meio do link (Link a definir) e o pagamento de uma taxa de _____ - **preenchimento da Seccional/Regional** – (para associados à Abrasel) ou _____ (para não associados – três vezes o valor do associado). O prazo máximo para inscrição no será o dia **26º de agosto de 2025**. Após esta data, a Abrasel não se responsabiliza pela participação da casa no concurso. Os dados devem ser preenchidos corretamente no link de inscrição. É fundamental ter atenção no preenchimento dos dados, fotos e logos, pois serão usados para divulgação do Congresso.

9) Divulgação do concurso

O concurso será divulgado nacionalmente por meio de anúncio na revista Bares & Restaurantes, site oficial da Abrasel (www.abrasel.com.br), mídias sociais da instituição. Por meio da revista, portal e redes sociais da **Prazeres da Mesa** (prazeresdamesa.uol.com.br), além de assessorias de imprensa locais.

A Abrasel disponibilizará para os estabelecimentos participantes:

- A) Posts de mídias sociais
- B) Jogo americano modelo único
- C) Cartazes modelo único
- D) Banner modelo único
- E) Plaquinha para identificação do prato no bufê (preenchimento à mão)

Os itens serão obrigatoriamente utilizados pelos restaurantes participantes. O banner deverá ser afixado em local de fácil visualização de forma a dar destaque ao concurso. Os displays devem estar sempre sobre as mesas, sobre a proteção do bufê e próximo à balança durante o período do concurso. A placa de PVC com o nome do prato deverá ser



colocada junto ao prato no bufê. Os cartazes deverão ser colados nos banheiros e próximo aos caixas de pagamento a fim de dar visibilidade para as peças, estimular os clientes a votarem e, assim, aumentar as chances de o restaurante ser premiado.

Sugerimos a todos os restaurantes participantes que procurem divulgar sua participação no concurso em sua região.

10) Patrocinadores e apoiadores

O concurso contará com o patrocínio ouro nacional da **Caixa, Coca-Cola/Femsa e Pluxee** e parceira do **Mundo Mesa, e outros patrocinadores nacionais e/ou regionais que poderão ser incluídos no concurso** que procurarão oportunamente os restaurantes participantes para viabilizar a realização de degustações e outras ações promocionais nas casas. Pedimos a todos atenção e atendimento cordial a nossos apoiadores.

11) Disposições finais

11.1. A promotora será responsável por monitorar a mecânica de votos populares por meio de ferramenta digital bem como a etapa de julgamento técnico das receitas, alteração de mecânica e previsões deste regulamento, resolução de qualquer espécie de dúvidas e controvérsias que surjam em virtude deste concurso, modificação de qualquer item do presente regulamento, assim como quaisquer outras interferências que se tornem necessárias.

11.2. As decisões da promotora e do júri técnico serão soberanas e irrecorríveis, feitas por critérios próprios e pessoais, e não necessitam ser justificadas.

11.3. As decisões e julgamentos do júri técnico serão tomados por maioria simples, sendo soberanas e não suscetíveis de recurso ou impugnação, independente da fase do concurso ou da premiação.



11.4. As dúvidas e quaisquer omissões não previstas neste regulamento serão decididas pela promotora.

11.5. Ao participar deste concurso, nos termos deste regulamento, o participante estará automaticamente autorizando, desde já e de pleno direito, de modo expresso e em caráter irrevogável e irretratável, o uso gratuito e livre de qualquer ônus ou encargo do nome, da imagem e da descrição da receita do prato inscrito no concurso, bem como de seu nome, nome da empresa que representa, sua imagem e sua voz bem como a de seus funcionários em fotos, arquivos e/ou meios digitais ou não, digitalizadas ou não, bem como em cartazes, filmes e/ou vídeo clipes, spots, jingles e/ou vinhetas, em qualquer tipo de mídia e/ou peças promocionais, inclusive em televisão, rádio jornal, cartazes, faixas, outdoors, mala-direta, post's em qualquer rede social e na internet, para ampla divulgação da conquista do prêmio do concurso, com exclusividade e em caráter gratuito, sem que tal autorização signifique, implique ou resulte em qualquer obrigação de divulgação nem de pagamento, concordando ainda, inclusive, em assinar eventuais recibos e instrumentos neste sentido e para tal efeito, sempre que solicitado pela promotora, individual ou conjuntamente consideradas.

11.6. Ao participar deste concurso, nos termos deste regulamento, o participante estará automaticamente autorizando o uso da receita, inclusive, mas sem limitação, os direitos de expor, publicar, reproduzir, armazenar e/ou qualquer outra forma dela se utilizar, o que o participante faz de modo expresso e em caráter irrevogável e irretratável, desde já e de pleno direito, em caráter gratuito e sem qualquer remuneração, ônus ou encargo, podendo referidos direitos serem exercidos por meio de cartazes, filmes e/ou vídeo clipes spots, jingles e/ou vinhetas, bem assim em qualquer tipo de mídia e/ou peças promocionais, inclusive em televisão, rádio, jornal, cartazes, faixas, outdoors, mala-direta post's em qualquer rede social e na internet, para a ampla divulgação do vencedor deste concurso e/ou de seu desenvolvimento posterior, com exclusividade e sem que tal autorização signifique, implique ou resulte em qualquer obrigação de divulgação nem de pagamento, concordando ainda, inclusive, em assinar eventuais recibos e instrumentos neste sentido e

para tal efeito, sempre que solicitado pela promotora, individual ou conjuntamente consideradas.

11.7. Ao participar deste concurso nos termos deste regulamento, o participante estará automaticamente conhecendo e aceitando expressamente todos os pontos destacados nesse documento, individual ou conjuntamente consideradas, não sendo a promotora responsável nem poderá ser responsabilizada por qualquer dano ou prejuízo oriundo da participação no concurso e/ou da eventual aceitação do prêmio.

11.8. Tendo em vista as características inerentes ao ambiente da Internet, a promotora não se responsabiliza por interrupções ou suspensões de conexão ocasionadas por caso fortuito ou de força maior, como por exemplo, votos não computados. A promotora também não será responsável por transmissões de computador que estejam incompletas ou que falhem, bem como por falha técnica de qualquer tipo, incluindo, mas não se limitando, ao mau funcionamento eletrônico de qualquer rede, "hardware" ou "software", a disponibilidade e acesso à Internet, à ferramenta de votação, assim como qualquer informação incorreta ou incompleta sobre o concurso e qualquer falha humana, técnica ou de qualquer outro tipo.

11.9. Tentativas de fraude à ferramenta de votação serão consideradas como infração à legislação pátria e aos termos do presente regulamento, ensejando o imediato cancelamento de sua participação, sem prejuízo, ainda, da apuração de eventuais indenizações e medidas penais e civis cabíveis. Os casos omissos serão esclarecidos e dirimidos por representantes da empresa promotora, sendo suas decisões soberanas e irrecorríveis.

11.10. O presente regulamento poderá ser alterado e/ou o concurso suspenso ou cancelado, sem aviso prévio, por motivo de força maior ou por qualquer outro fator ou motivo imprevisto que esteja fora do controle da promotora, individual ou conjuntamente consideradas, e que comprometa a realização do concurso de forma a impedir ou modificar substancialmente a sua condução como originalmente planejado.

11.11. A Promoção tem caráter exclusivamente recreativo.

12) Sustentabilidade

Sustentabilidade em Restaurantes e Bares

Incorporar práticas sustentáveis vai muito além do simples aproveitamento dos alimentos. Algumas estratégias incluem:

1. Compostagem de Resíduos Orgânicos:

Restaurantes e bares podem instalar sistemas de compostagem para transformar resíduos orgânicos, como cascas e talos, em adubo. Esse adubo pode ser utilizado para cultivar hortas urbanas, ou até mesmo ser doado para agricultores locais.

2. Uso de Ingredientes Locais e Sazonais:

Comprar produtos locais e sazonais reduz a pegada de carbono associada ao transporte de alimentos e também apoia a agricultura local. Produtos frescos e de temporada também são mais saborosos e nutritivos.

3. Embalagens Sustentáveis:

Usar embalagens biodegradáveis ou reutilizáveis para entregas e takeaway ajuda a diminuir o impacto ambiental. Muitos estabelecimentos estão optando por soluções mais ecológicas, como embalagens feitas de papel, bambu ou material compostável.

4. Redução do Desperdício de Alimentos:

- **Controle de Porções:** Ajustar o tamanho das porções de acordo com as necessidades dos clientes pode evitar que grandes quantidades de comida sejam jogadas fora.



- **Planejamento de Cardápio:** O planejamento cuidadoso do cardápio, utilizando ingredientes que podem ser aproveitados integralmente em diversas preparações, reduz a probabilidade de desperdício.

5. Economia de Água e Energia:

- **Água:** Restaurantes e bares podem instalar sistemas de reutilização de água, como o reaproveitamento de água da lavagem para irrigação de plantas.
- **Energia:** Investir em fontes de energia renovável, como painéis solares, também contribui para a sustentabilidade e redução de custos a longo prazo.

6. Educação Sustentável:

Educando os clientes sobre as práticas sustentáveis adotadas, como o uso integral de alimentos, pode gerar mais conscientização e até fidelização. Isso pode ser feito por meio de cardápios informativos ou campanhas promocionais.

Aproveitamento Integral dos Alimentos em Restaurantes e Bares

Uma das práticas sustentáveis mais eficazes que está ganhando destaque nos restaurantes e bares é o **aproveitamento integral dos alimentos**, que consiste em utilizar todas as partes dos ingredientes, incluindo aquelas que normalmente seriam descartadas, como talos, cascas e sementes. Essa abordagem não só reduz o desperdício alimentar, mas também pode gerar pratos deliciosos e inovadores.

Exemplos de Aproveitamento Integral:

- **Talos e Folhas:** Muitos talos e folhas que geralmente são descartados, como os de brócolis, couve-flor, beterraba e cenoura, podem ser utilizados em caldos, sopas ou até transformados em conservas ou chips.



- **Casca de Frutas:** A casca de frutas como maçã, laranja e limão pode ser utilizada em doces, geleias, sucos, chás ou até em pratos salgados. Por exemplo, cascas de melancia podem ser usadas para fazer conservas ou doces.
- **Pães e Sobras:** Sobras de pães podem ser reaproveitadas em preparos como croutons, pudins ou até em recheios de pratos. Isso ajuda a reduzir o desperdício de alimentos e a criar novos pratos criativos.
- **Sementes e Caroços:** Sementes de abóbora, melancia e outras frutas podem ser secas e torradas para serem utilizadas como snacks ou incorporadas em saladas e pratos.

O Aproveitamento Integral dos Alimentos no Concurso "O Quilo é Nosso"

A grande novidade no **regulamento do concurso "O Quilo é Nosso"** é que o **aproveitamento integral dos alimentos agora entra como um critério de pontuação extra**. O concurso, que visa destacar os melhores restaurantes a quilo do Brasil, agora valoriza ainda mais a sustentabilidade no preparo dos pratos. Estabelecimentos que utilizam integralmente os ingredientes, minimizando o desperdício e promovendo uma alimentação mais responsável, podem acumular pontos extras no processo de avaliação.

Como Funciona no Concurso:

- **Critério de Pontuação Extra:** Restaurantes que incorporarem práticas de aproveitamento integral de alimentos, como a utilização de talos, cascas e sobras de maneira criativa, são avaliados em um critério que dará uma pontuação extra aos participantes.