

Gante se caracteriza por su alto valor turístico y comercial, además de albergar una de las universidades más importantes de Bélgica. Por lo tanto, se pueden encontrar restaurantes y cafés turísticos y ejecutivos. Sin embargo, debido a la gran población estudiantil, también se encuentran opciones más económicas. Por ejemplo, el típico estudiante belga opta por ir a aquellos restaurantes con descuentos para estudiantes, o mejor aún, preparan sus propios emparedados o sándwiches para el día. Además, tiene a su disposición supermercados como Aldi, LIDL, Albert Heijn, Carrefour, Colruyt, OK, Delhaize o Spar.



Debido a que los restaurantes turísticos y supermercados son fácilmente encontrados mediante motores de búsqueda de internet (ejm. Google maps), la presente guía está enfocada en dar consejos de alimentación sobre cafés y restaurantes económicos que estén cercanos al local de conferencia (Het Pand - Onderbergen 1, Gent 9000).

1. Recomendaciones para el desayuno

- Las panaderías ('bakkerij') en Gent están abiertas desde las 7 a.m., y ofrecen bebidas calientes como café, chocolate, así como bocadillos dulces de pastelería (muffins, donuts, etc) y empanadas con salchicha ('braadworst'). Dichas panaderías también ofrecen sándwich en pan baguette llamados "belegde broodjes" con diferentes opciones de ingredientes (aunque estos baguettes son consumidos como almuerzo generalmente). Respecto al rango de precios, una bebida caliente más bocadillo puede costarle entre 4.5 y 8 Euros dependiendo de su elección. A continuación, una lista de las panaderías que consideramos más próximas al local de conferencia.
 - **Van Hecke**, Bakkerij. Dirección: Iepenstraat 1, Gent 9000 (500 metros del local de conferencia)
 - **Pannos**. Se encuentra en dos direcciones próximas: (1) Veldstraat 96, Gent 9000 (400 metros del local de conferencia) y (2) Langemunt 8, Gent 9000 (700 metros del local de conferencia).
 - **Franky**. Dirección: Holstraat 103, Gent 9000 (600 metros del local de conferencia).
 - **'t Klaverken**. Dirección: Holstraat 96, Gent 9000 (550 metros del local de conferencia).
- Hay más panaderías con precios y ofertas similares en otros puntos de la ciudad.
- Además, es una buena opción comprar alimentos con anticipación en algún supermercado para evitar contratiempos, por ejemplo, si usted tiene prisa.
- **A los becarios que serán reembolsados en gastos de alimentación: pedir siempre un comprobante de pago físico (ticket de papel) para poder pedir los reembolsos respectivos con el ticket original.**

2. Recomendaciones para la hora de almuerzo.

- Como se mencionó en el punto anterior, una opción típica belga para la hora de almuerzo es optar por comer un sándwich tipo baguette con contenido, llamados “belegde broodjes”, que los venden en todas las panaderías ya indicadas.
- Si usted prefiere almorzar un menú, es importante saber que los restaurantes ofrecen este servicio generalmente desde las 12 del mediodía hasta las 2 p.m. (con excepción de Hema).
- Algunos locales ofrecen descuentos para estudiantes, por lo cual es necesario mostrar algún carnet de estudiante de alguna universidad. Normalmente los descuentos para estudiantes son para personas menores de 30 años. Sin embargo, sería muy inusual que alguien le pida su pasaporte para comprobar su edad.
- A continuación, una lista de los locales más económicos donde puede comer un menú caliente en las cercanías del local de conferencia:
 - **Parnassus.** Precio para un plato de fondo, sopa pequeña y agua: entre 6 Euros (presentando carnet de estudiante) y 9 Euros (público en general). Este restaurante ofrece platos diferentes cada día. Aquí, al entrar usted debe tomar una bandeja y servirse una sopa, luego pagar en caja por el plato del día (“dagschotel”) y sentarse a degustar su sopa mientras algún mesero o mesera viene a preguntarle que plato de fondo desea (siempre hay dos opciones, una vegetariana y una no vegetariana. Incluye una jarra de agua). Además, este restaurante ofrece buffet de ensaladas, proteínas y carbohidratos como alternativa al plato del día (dicho buffet se encuentra al entrar al local, al lado de donde se sirve las sopas). Dirección: Oude Houtlei 122, Gent 9000 (400 metros del local de conferencia). Menú del día (en holandés): <http://www.parnassus.be/ndl/resto.php>
 - **Hema.** Esta tienda de accesorios ofrece servicio de alimentación en la planta de arriba. Por lo cual usted encontrará el restaurante de Hema subiendo las escaleras al fondo de la tienda. Rango de precios para un plato de fondo y una bebida: entre 8 y 13 Euros. Dirección: Korenmarkt 3, Gent 9000 (550 metros del local de conferencia)
 - Nota adicional: en la mayoría de los restaurantes en el centro de Gent usted puede encontrar un menú del día a un precio entre 15 y 28 euros por persona. Así como platos de fondo desde 13 hasta 30 euros por plato.

3. Recomendaciones para la cena:

- Para alimentarse luego de las horas de la conferencia, tenga en cuenta que los restaurantes ofrecen platos de fondo empezando desde 13 euros en promedio. Las sopas puede encontrarlas desde 4 o 5 euros. Estos precios aplican a restaurantes de todos los tipos, teniendo opciones de comida asiática, árabe, europea, fusión y mejicana.
- Una opción más económica para la noche es optar por los restaurantes de comida rápida, donde puede encontrar las típicas papas fritas belgas de diferentes porciones y precios, con una variedad de salsas, así como enrollados (wraps, shoarma o durum, etc) hamburguesas y bocadillos fritos. En promedio una porción de papas fritas más salsas y bebidas le puede costar entre 3.5 y 5 euros dependiendo de su elección. Una porción pequeña de papas fritas sin salsas cuesta alrededor de 2 euros. Un enrollado tipo kebab, falafel, durum o shoarma oscila entre los 4.5 y 7 euros incluidas las salsas.