

RMB Ultra-Trail Cape Town - FOODLIST

UTCT	UT100	PT55	TM35	EX23	KS16
------	-------	------	------	------	------

	SIGNAL HILL	KLOOFNEK	TABLE MOUNTAIN	LLANDUDNO	ROCKET ROAD	HOUT BAY	SILVERMINE (TP)	KALK BAY	BLACKHILL (TP)	SIMON'S TOWN	SCARBOROUGH	KOMMETJIE	NOORDHOEK	CONSTANTIA GLEN	ALPHEN TRAIL	UCT
LIQUIDS																
Näak ELECTROLYTE DRINK	••	••	••••	••	••••	••••	•	•	•	•	•	•	•	••••	••••	••••••
COKE-COLA		••	••••	••	••••	••••	•	•	•	•	•	•	•	••••	••••	••••••
RED BULL			••••	••	••••	••••	•	•	•	•	•	•	•	••••	••••	••••••
SPARKLING WATER		••	••••	••	••••	••••	•	•	•	•	•	•	•	••••	••••	••~•••
TEA & COFFEE			••••	••	••••	••••	•	•	•	•	•	•	•	••••	••~•••	••~•••
WATER	••	••	••••	••	••••	••~•••	•	•	•	•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
SWEET																
BAR ONES		••	••••	••	••~•••	••~•••	•	•	•	•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
JELLY SWEETS		••	••~•••	••	••~•••	••~•••	•	•	•	•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
SAVORY																
BOOTLEGGER BANANA BREAD	••		••~•••	••		••~•••		•		•		•		••~•••	••~•••	••~•••
CHEESE		••	••~•••	••		••~•••		•		•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
CRACKERS			••~•••	••		••~•••		•		•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
SALTED CHIPS		••	••~•••	••	••~•••	••~•••	•	•	•	•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
FUEL																
Näak BAR	••	••	••~•••	••	••~•••	••~•••	•	•	•	•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
NOODLES			••~•••	••		••~•••		•		•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
SANDWICHES		••	••~•••	••		••~•••		•		•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
SALTY POTATOES		••	••~•••	••		••~•••	•	•		•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
SOUP BROTH			••	••		••~•••		•		•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••
FRUIT																
BANANAS		••	••~•••	••		••~•••	•	•		•		•		••~•••	••~•••	••~•••
ORANGES	••		••~•••	••		••~•••		•	•		•		•	••~•••	••~•••	••~•••
WATERMELON	••	••	••~•••	••	••~•••	••~•••	•	•	•	•	•	•	•	••~•••	••~•••	••~•••

NOTE: RMB UTCT cannot guarantee that all food and drink as indicated will be available. However, we will make every effort to activate this consumables list as published.