

Comment sont élaborés les menus de vos enfants ?

Nos diététiciennes établissent des menus qui servent de référence à nos cuisiniers. Elles garantissent l'équilibre alimentaire et la variété des recettes. Les menus suivent les recommandations et la législation visant à respecter la fréquence d'apparition des plats et les quantités servies pour chaque type d'aliments.

Nous privilégions des produits de saison afin de disposer de denrées fraîches et savoureuses.

Nous favorisons le plaisir de manger.

Nos experts culinaires créent chaque année de nouvelles recettes, testées et approuvées par un panel d'enfants. Les nouveautés contribuent à la découverte alimentaire que nous encourageons dans nos restaurants.

200 recettes testées chaque année auprès de 1500 élèves

Bien manger à l'adolescence

- Etre en forme : pensez à manger des aliments riches en **protéines 1 à 2 fois par jour**
- Développer sa croissance : pensez à consommer **3 à 4 produits laitiers par jour**
- Eviter les petits creux : les féculents comme les pâtes, le riz, les pommes de terre ou les lentilles évitent les petits creux pendant l'après-midi et donnent des forces pour **faire du sport**
- Faire le plein de vitamines : manger au moins **cinq fruits et légumes par jour**

Se faire plaisir : profitez du moment du repas et prenez votre temps



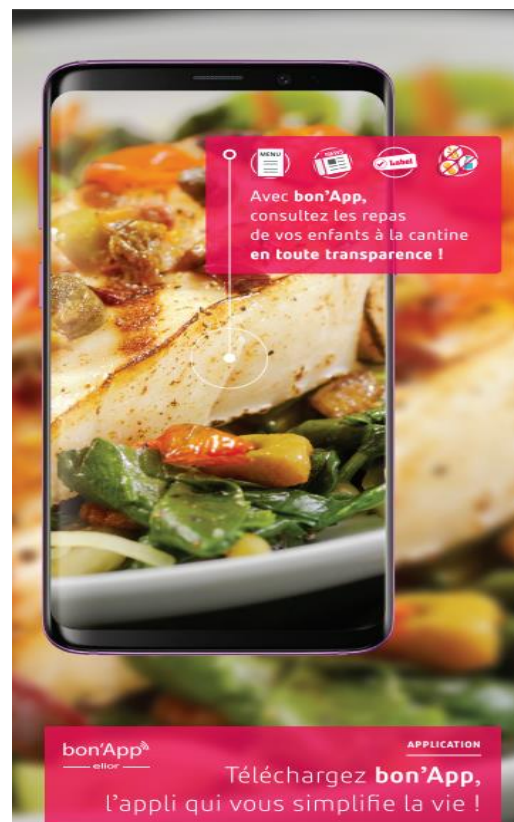
Des actions de sensibilisation pour vos enfants

Très engagés dans la lutte anti-gaspillage et dans l'éducation alimentaire des enfants, Elior proposera à vos enfants :

- des actions pédagogiques visant à réduire le gaspillage alimentaire et particulièrement du pain.
- L'accompagnement par notre Diététicienne qualifiée pour animer des modules éducatifs sur le thème de la nutrition et l'équilibre alimentaire

La communication avec les parents

Pourquoi télécharger l'appli ?



Consulter, enregistrer ou imprimer les menus de la cantine.



Rester informé sur la qualité et l'origine des plats servis.



Consulter la présence d'allergènes dans chaque plat.



Découvrir les animations et les actualités dans le restaurant de vos enfants.

bon'App[®]
— elior —

APPLICATION

Téléchargez bon'App,
l'appli qui vous simplifie la vie !