

Skoolarest

Die Sicherheit unserer Kunden hat bei uns oberste Priorität.



“ Der Moment des Essens ist viel mehr als das Sitzen am Tisch. **Scolarest** setzt auf die Umwandlung der Mittagspause in **eine Zeit des Zusammenlebens und des Lernens**, in der gesunde Lebensgewohnheiten vermittelt und gefördert werden. ”

WAS KOCHEN WIR FÜR DEN MÄRZ?

Der Gesundheitswächter

Da wir uns bewusst sind, wie gefährdet Schüler mit Lebensmittelallergien und -unverträglichkeiten sind, implementieren und verbessern wir kontinuierlich die Kontrollprotokolle bei der Zubereitung von Speisen sowie die Menüs die auf Allergien und Unverträglichkeiten abgestimmt sind.

Zu diesem Zweck verfügen alle unsere Zentren über eine bestimmte Person, die für die Kontrolle der Ernährung zuständig ist: der Champion. Seine Aufgabe ist die Kommunikation, Kontrolle und Überwachung in Bezug auf spezielle Diäten.



STOPPT die Lebensmittelverschwendung

Das Mindesthaltbarkeitsdatum und das Verfallsdatum von Lebensmitteln sind zwei sehr unterschiedliche Dinge. Produkte, die ihr Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten haben, sind noch völlig unbedenklich, solange die Lagerungshinweise befolgt wurden und die Verpackung nicht beschädigt ist.



NUTRITIP

Es ist Auberginen-SAISON

Ernährungswissenschaftler halten sie für ein Gemüse und Botaniker halten sie für eine Frucht. Wie auch immer, sie gibt es sie in vielen verschiedenen Varianten: lila, weiß, gelb, grün, gestreift, lang, rund...Auberginen sind reich an:

- Lösliche Ballaststoffe, die eine gesunde Darmmikrobiota, Mikrobiota und erleichtern die Verdauung.

- Folsäure, die zur Regulierung von Serotonin beiträgt Serotonin, das für die Unterstützung von Funktionen wie Appetit, Körpertemperatur, Schlaf und Stimmung.

Es gibt viele köstliche Auberginenrezepte: Moussaka, gebratene Auberginen, serviert mit Honig, Parmigiana, gebraten, Pasta alla Norma und Biskuitkuchen. Ja, Sie haben richtig gelesen! Sie sind so lecker!

Der Moment des Essens ist viel mehr als das Sitzen am Tisch. Scolarest setzt auf die Umwandlung des Mittags in eine Zeit des Zusammenlebens und des Lernens, in der gesunde Lebensgewohnheiten zu vermitteln und zu fördern.

