

Un concept bon pour la santé !



Scolarest, marque de Compass Group, est le partenaire du Lycée Notre Dame à Strasbourg pour la restauration scolaire.

Depuis la rentrée de novembre 2011, le nouveau concept «Equilibre&Co » permet aux adolescents de changer durablement leurs comportements alimentaires, **d'orienter leurs choix vers des formules équilibrées et d'adopter les bons réflexes au quotidien pour leur santé.**

MANGER

APPRENDRE

VIVRE

Chaque jour des
formules équilibrées



Fais-toi du bien à l'intérieur, en vert et en couleurs!



Révision, interro, prise de tête en math. Bref, quand ton cerveau a de gros besoins !



Si tu as cours de gym tout à l'heure ou si tu cours après les cours...



Surprends-toi, New est différent chaque jour !

Chaque jour nous proposons **une offre alimentaire équilibrée avec 4 formules** disponibles, selon son profil du jour.

Des animations sur les fruits et légumes sont proposées tout au long de l'année en fonction des saisons pour donner envie aux adolescents de les consommer.



MANGER

APPRENDRE

VIVRE

Les essentiels de la nutrition



A chaque âge, il est essentiel d'insister sur les fondamentaux d'un repas équilibré.

Des supports au restaurant **rappellent aux adolescents comment bien composer leur repas.**

Des **messages nutritionnels** animent le restaurant et reprennent les thèmes du PNNS (Plan National Nutrition Santé).

1 VIANDE, POISSON OU OEUF
... et tes globules rouges sont contents : ils se régaler de protéines et de fer (si, si, ils aiment bien manger du fer...).

1 FÉCULENT, CÉRÉALES OU LÉGUMES SECS
Leurs glucides complexes... C'est simple : t'as plus faim jusqu'au repas suivant !

2 FRUITS ET LÉGUMES
Une mine d'or : des vitamines, des sels minéraux, des fibres... Ça te fait du bien partout, tout de suite... et même pour plus tard.

1 PRODUIT LAITIÉR
Calcium à l'intérieur : c'est top pour la solidité de tes os !

MATIÈRES GRASSES
Il t'en faut pour les acides gras essentiels.
EAU Tant que tu veux.
PAIN Complète l'apport énergétique de ton repas.

TU SAIS TRÈS BIEN CE QUI TE FAIT DU BIEN !!

Pour aller plus loin au restaurant scolaire



L'objectif d'équilibre&co est aussi de transmettre les bons réflexes aux adolescents y compris de les inciter à **réduire le gaspillage** notamment du pain.



Pour en savoir plus, n'hésitez pas à
contacter l'équipe Scolarest

Franck CASTILLO

e38430 | @compass-group.fr



D'autres informations ?

Rendez-vous sur www.scolarest.fr

sur l'espace Scolarest et moi dans la section
Vous êtes parent d'élèves découvrez chaque
saison notre lettre d'information
« de bouche à oreille ».

MANGER

APPRENDRE

VIVRE