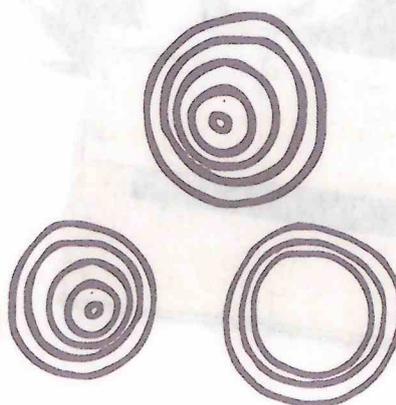


# DES MENUS VÉGÉTARIENS AU RESTAURANT SCOLAIRE

Une fois par semaine à l'Assomption !



Un deuxième choix de plat avec protéine animale est toujours disponible



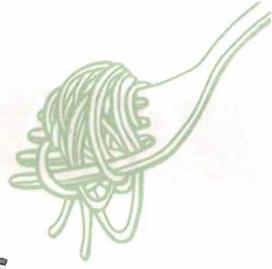
# Manger végétarien, en quoi cela consiste ?

Scolarest propose dans ses menus des repas ovo-lacto-végétariens. Nous mettons en avant les végétaux, les oeufs et les produits laitiers. Les protéines animales ne proviennent alors pas de viandes ni de poissons.



Au restaurant, les menus **ovo-lacto végétariens** sont **ÉQUILIBRÉS** avec un apport garanti en protéines grâce aux **protéines des produits laitiers, des oeufs, ou à la complémentarité des céréales et légumineuses** et comportent systématiquement des légumes et des fruits.





Scolarest propose des **menus végétariens** qui correspondent aux **3 piliers de la marque**.

## Des menus végétariens pour...

### ...LE GOÛT

Faire découvrir de **nouvelles saveurs** avec des **associations aussi surprenantes que goûteuses**.

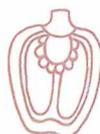


### ...LE PARTAGE

Diversifier les modes d'alimentation et suivre les **tendances actuelles** de consommation

### ...LA PROXIMITÉ

Diminuer notre impact sur l'environnement en limitant les protéines animales de viande et poisson et en **favorisant les protéines végétales**



# BON APPÉTIT !

# ON A TOUS À Y GAGNER !



## LA CUISINE VÉGÉTARIENNE EST AUSSI SOURCE DE PLAISIR ET DE BIEN-ÊTRE

Fruits et légumes sont mis à l'honneur, d'où :



Un **bon apport en minéraux et vitamines.**



La **découverte des fruits et légumes** cuisinés sous d'autres formes incitant ainsi à la consommation de 5 portions de fruits et légumes par jour (comme préconisé par le PNNS : Programme National Nutrition Santé)

