



JE M'ENGAGE POUR LE BIEN-ÊTRE DE MES CLIENTS !
IK ENGAGEER MEVOOR HET WELZIJN VAN MIJN KLANTEN!



WWW.FOODPROGRAM.BE



Het FOOD-project heeft tot doel een evenwichtige voeding te bevorderen via vernieuwende communicatiekanalen. In restaurants is het van belang om de voedingskwaliteit van de gerechten te verbeteren en terzelfder tijd de keuze van de consument te vergemakkelijken dankzij een betere kennis van deze verbeteringen.

Als restauranthouder, engageer ik me om minstens 7 van de **10 engagementen voor uw welzijn** te respecteren:

- Ik geef groenten als garnituur en fruit als dessert
- Ik zet bruin- of volkorenbrood op tafel
- Ik zet geen zout op tafel
- Ik geef gerechten op basis van gevogelte of wit vlees
- Ik zet vis op het menu
- Ik geef kraantjeswater als de klant daarom vraagt
- Ik vervang boter door olijfolie bij het brood
- Ik bied een dessert aan op basis van zuivelproducten
- Ik vervang aperitiefkoekjes door olijven, rauwe groenten of gedroogde vruchten
- Ik geef gegrilde gerechten, gestoomde gerechten of gerechten uit de oven

En ik antwoord graag op al uw vragen!

Ook, ga onmiddellijk van start om uw 10 "feel good" acties te volgen. U vindt ze, samen met vele andere adviezen en recepten terug op www.foodprogram.be

Le projet FOOD a pour but de promouvoir l'équilibre alimentaire grâce à des axes de communication novateurs. Dans les restaurants, l'intérêt est d'améliorer la qualité nutritionnelle des plats proposés et dans le même temps, de faciliter le choix des consommateurs grâce à une meilleure connaissance de ces améliorations.

En tant que restaurateur, je m'engage à respecter au moins 7 des **10 engagements pour votre bien-être** :

- Je propose des légumes en accompagnement et des fruits en dessert
- Je propose du pain gris ou complet à table
- Je ne mets pas de sel à table
- Je propose des plats à base de volaille ou de viande blanche
- Je propose du poisson au menu
- J'offre de l'eau du robinet sur demande
- Je remplace le beurre par de l'huile d'olive avec le pain
- Je propose un dessert à base de produits laitiers
- Je remplace les biscuits apéritifs par des olives, des crudités ou des fruits secs
- Je propose des plats grillés, cuits vapeur ou au four

Et je répons volontiers à vos questions !

Vous aussi, entamez sans attendre vos 10 actions bien-être. Retrouvez-les, ainsi que de nombreux conseils et recettes sur www.foodprogram.be



FIGHTING
OBESITY THROUGH
OFFER AND
DEMAND



This calendar arises from the project FOOD which has received funding from the European Union, in the framework of the Public Health Programme. The European Commission is not responsible for any use that may be made of the information contained therein. The sole responsibility lies with the author.