




Предложение здорового и экологически чистого питания

Идеи и источники вдохновения для предоставления
нашим клиентам более здоровой и экологичной пищи



Принципы устойчивого развития в области питания

Сбалансированное питание



Больше овощей и фруктов, меньше молока и мяса, снижение содержания соли и сахара, фокус на свежих продуктах с минимальной обработкой

Бережное производство



Сельское хозяйство без пестицидов и химических удобрений и местное производство, где уделяется внимание сокращению пищевых, энергетических и пластиковых отходов

Экосистема



Бережливая экосистема – охватывает весь цикл обращения продуктов, от производства, логистики, и упаковки, до потребления

SAY NO
TO PLASTIC



Почему важно следовать принципам устойчивого развития?

Устойчивое развитие, ответственное отношение к ведению бизнеса, забота об окружающей среде и изменение к лучшему повседневной жизни людей — ключевые элементы стратегии Ingka Centres.

Вместе с партнерами мы стремимся изменить к лучшему повседневную жизнь многих людей. Мы заботимся о местных сообществах и среде вокруг наших центров. Мы сокращаем потребление энергии и увеличиваем степень переработки отходов, обеспечиваем безбарьерную среду для наших посетителей и стараемся быть амбассадором в продвижении идей устойчивого развития в России.



Насколько важно устойчивое развитие для потребителя?

Растет осведомленность потребителей об обязательствах бизнеса в области устойчивого развития и социальной ответственности.

Разрыв между пониманием задач устойчивого развития и фактическим ежедневным поведением все еще сохраняется



Как мы понимаем питание, отвечающее принципам устойчивого развития?

Питание, отвечающее принципам устойчивого развития, охватывает не только сферу, непосредственно связанную с приготовлением еды и употреблением продуктов питания.

Такие принципы охватывают все сферы: **производство, логистику, упаковку** и затем уже **потребление** с пользой для здоровья человека и меньшим воздействием на планету.

Мы уверены, что следование принципам устойчивого развития в питании в наших пространствах для встреч создает лучшую повседневную жизнь для многих людей сегодня, не пренебрегая потребностями будущих поколений.



Что составляет основу такого подхода

Здоровое питание меньше мяса и больше растительной пищи (фруктов, овощей, цельного зерна, бобовых, орехов и зерновых). Включение в меню сезонных и локальных ингредиентов.

Экологичность использование ингредиентов, получаемых с ферм и рыбных хозяйств, которые стремятся защитить окружающую среду, здоровье населения, людей и местные сообщества.

Минимизация отходов в течение жизненного цикла производства, за счет оптимизации производственных процессов; меню с соблюдением баланса питательных веществ и разумные размеры порций (не слишком большие, но и не слишком маленькие).

Натуральные, простые и полезные блюда. Использование цельных, натуральных, безопасных ингредиентов подтвержденного качества, с минимальным количеством добавок.

Еда в удовольствие: приятная, комфортная атмосфера, возможность прикоснуться к культурным традициям, провести время в лучшей для себя компании, удовольствие от вкуса и качества блюд.

A high-angle, wide shot of a modern, multi-level shopping mall. The central focus is a large, multi-story staircase with a white metal frame and yellow accents. The mall features multiple levels with glass railings, various shops, and seating areas. In the foreground, there are several round tables with orange chairs and a long, curved brown sofa. The background shows more levels of the mall with people walking and shopping. The overall atmosphere is bright and modern.

Шаги,

которые можно сделать в
направлении устойчивого развития
и уменьшения углеродного следа
ресторана

Внедрение раздельного сбора отходов

Отходы могут быть разделены на типы:

- Подлежащий переработке (стекло, пластик, металл, дерево, Tetra Pak, отработанное масло, текстиль).
- Органический мусор (остатки пищи и отходы от обработки продуктов).
- Опасные отходы.
- Не подлежащий переработке.

Для сортировки отходов необходимо предусмотреть инструкции для персонала и места временного хранения



Уменьшение количества органических отходов

Выбирайте те продукты и ингредиенты, которые имеют меньше упаковки или не имеют её, используются дольше или могут быть переработаны.

Особенно важно сокращать количество органических отходов. Как можно это сделать?

- Обсудите с арендодателем возможность установки спец. оборудование на кухне: диспозеры, измельчители и т.п.
- Передавать органические отходы на компостирование.
- Сотрудничать с локальными food-sharing проектами.
- Продавать (не выбрасывать) не реализованные продукты по специальным ценам.

Ресторан на 100 человек производит 60-80м³ отходов в месяц или 720-940м³ в год.

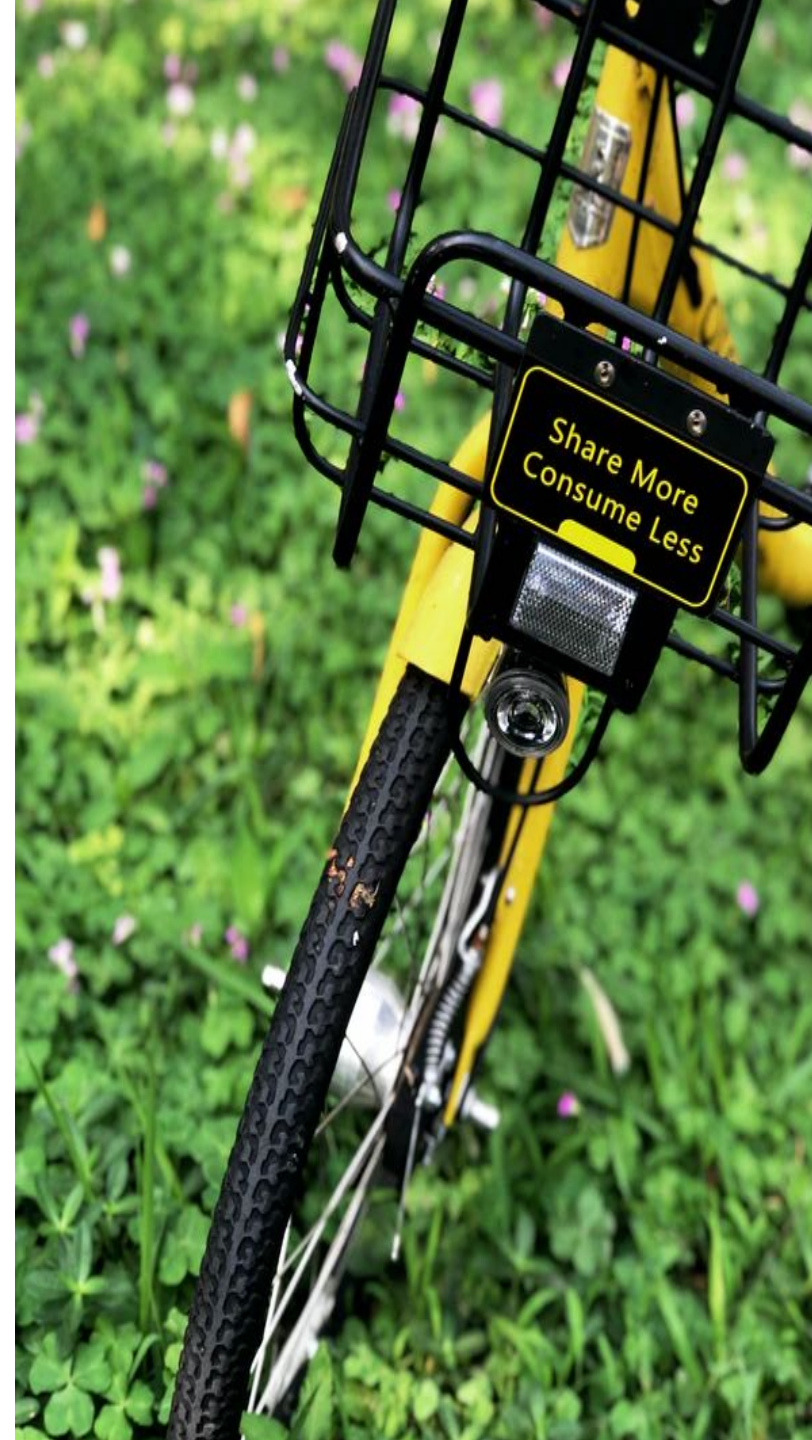
Этот объем может быть уменьшен вдвое: до 35-40м³ / месяц или 420-480м³/год.



Следовать экологичным принципам

- Использовать продукты целиком (фрукты, овощи, туши животных, рыб, птицу).
- Соблюдать условия правильного хранения, соблюдая все требования. Закупать продукты чаще и меньшими партиями.
- Использовать локальные и сезонные продукты, снижая тем самым потери при транспортировке и хранении.
- Перейти на многоразовые контейнеры для заготовок, снижая количество одноразового пластика.
- Предлагать умеренные по размерам сбалансированные порции (до 30% пищевых отходов в ресторане – это недоеденная еда).
- Самостоятельно делать полуфабрикаты.
- Использовать продукты с «прозрачным» происхождением (по принципу «не можешь проверить — не используй»). Руководствуйтесь наличием экологической маркировки I типа (ISO 14001) или маркировки России экомаркировку «Листок жизни» Экологический союз.

I типа (ISO 14001)
выдает



Как можно уменьшить углеродный след ресторана

- Сократить цепочки поставок (прямые контракты с местными фермерами и поставщиками). Приоритет местным и сезонным продуктам.
- Оптимизировать и уменьшить объемы закупаемой продукции (без излишков).
- Внедрить план по уменьшению количества упаковки (меньше одноразовой упаковки, многоразовая тара).
- Выбирать упаковочные материалы, которые могут быть экологично утилизированы или использованы повторно.
- Оптимизировать использование расходных материалов (пластик, фольга, пергамент, мешки для мусора, технические ткани).



Экологичные расходные материалы

- Уменьшите, насколько это возможно, использование химикатов.
- Используйте только экологически чистые и сертифицированные средства для уборки.
- Салфетки, полотенца, туалетную бумагу замените на изготовленные из переработанных материалов.
- Отдавайте приоритет энергоэффективному оборудованию кухни, зала и других помещений (датчики движения в туалете, светодиодные лампы и так далее).
- Переключитесь с одноразовых батареек на аккумуляторы.
- Используйте экологически чистые кассовые чеки без бисфенола.
- Печатайте осознанно, на двух сторонах бумаги, используя офисную бумагу с сертификатом FSC.



Вдохновляйте гостей быть более экологичными и питаться здоровой едой

- Рассказывайте клиентам о вашей программе устойчивого развития, как влияют на это клиенты, поддерживая выбором такие инициативы.
- Поощряйте сотрудников рассказывать об ответственном подходе, вооружите сотрудников соответствующими знаниями.
- Выделяйте в меню вегетарианские, обезжиренные, местные и более полезные блюда.
- Предоставьте посетителям доступ к информации о питательной ценности блюд в меню, чтобы дать возможность сделать осознанный выбор.
- Предлагайте сезонные и специальные блюда и продукты.
- Разработайте здоровое детское и семейное меню.
- Предлагайте фильтрованную воду вместо воды в пластиковых бутылках.



Здоровое питание в меню

Расширяйте меню блюдами, которые отвечают принципам здорового питания. У вас должно быть больше:

- фруктов;
- овощей;
- вегетарианских блюд (без содержания мяса, молока);
- блюд с меньшим содержанием соли и сахара;
- сырых и менее обработанных продуктов питания.

Выделяйте в меню вегетарианские, легкие, растительные блюда с меньшим количеством сахара, чтобы обратить на них внимание ваших клиентов.

Используйте сезонные и альтернативные ингредиенты (менее аллергенные, легкие, полезные)



Забота о сотрудниках и отдельных группах посетителей

- Забота о благополучии персонала, здоровье и безопасности.
- Прием на работу людей старшего возраста, с инвалидностью и другими особенностями развития.
- Помещение должно быть удобно для посещения гостями с особыми требованиями (семьи с детьми, инвалиды, и др).
- У сотрудников есть время отдыха и оборудованные для этого места.
- Права сотрудников соблюдаются.
- Специальные предложения для незащищенных групп населения (социальная ответственность бизнеса).
- Забота о здоровье и безопасности посетителей.
- Важно, чтобы сотрудники не подвергались дискриминации, а также имели место разнообразие и инклюзивность.





Право на дело

Могу, хочу,
работаю

Mega.ru

МеГа®