

De Gezonde School Kantine

Jongeren zijn de toekomst. Willen we dat zij gezonder leven, dan is het belangrijk dat zij ook op school gezond kunnen eten en drinken. Jongeren brengen hier immers een groot deel van hun tijd door. Zo ervaren ze dat gezond eten lekker en heel gewoon is en helpt het hen een gezond eetpatroon te ontwikkelen. Daarom staat een gezonde uitstraling en een gezonder aanbod centraal in een gezonde schoolkantine.

Zilveren of gouden kantine

De Gezonde Schoolkantine geeft handvatten voor een zilveren of gouden kantine. Deze kantines geven gezondere producten een hoofdrol, zonder ongezonde keuzes helemaal te verbannen.

1 Zilver

- Minimaal 60% betere keuze zoals Schijf van Vijf producten of een dagkeuze
- Minimaal één betere keuze zoals Schijf van Vijf producten of een dagkeuze in iedere aangeboden productgroep
- Aankleding van de kantine verleidt tot betere keuze (op 6 punten)
- Biedt minstens groente of fruit aan
- Stimuleert het drinken van water

2 Goud

- Minimaal 80% betere keuze zoals Schijf van Vijf producten of een dagkeuze
- Minimaal één betere keuze zoals Schijf van Vijf producten of een dagkeuze in iedere aangeboden productgroep
- Aankleding van de kantine verleidt tot betere keuze (op 8 punten)
- Biedt zowel groente als fruit aan
- Stimuleert het drinken van water

De schijf van vijf is de basis



Het voedingscentrum heeft richtlijnen opgesteld om kantines te helpen met een gezonder aanbod en uitstraling. De Schijf van Vijf is de basis voor deze richtlijnen en houdt onder andere in:

- Vooral volkoren, zoals volkorenbrood, granen, volkorenpasta, couscous en zilvervliesrijst.
- Veel groente en fruit.
- Minder vlees en meer plantaardig.
- Magere en halfvolle zuivel, zoals melk, yoghurt en kazen.
- Voldoende vocht, zoals water, thee en koffie.

Dagkeuze

Een dagkeuze is iets kleins, zoals een koekje, waterijsje, honing in yoghurt of tomaten-ketchup. Je kunt dagkeuzes bijvoorbeeld toevoegen aan een broodje. Denk aan een lepel saus of wat olijfjes. Het advies is om niet meer dan 3 tot 5 van deze dagkeuzes te eten op een dag.

Weekkeuze

Een weekkeuze is wat groter, zoals een croissant, zakje chips, een glas frisdrank, rookworst of saucijzenbroodje. Het advies aan consumenten is om niet meer dan 3 keer in de week een weekkeuze te nemen.



Het juiste aanbod met Unilever Food Solutions

Unilever Food Solutions helpt dagelijks chefs om 200 miljoen maaltijden per dag evenwichtiger, gezonder en smakelijk te bereiden. Ons doel is om de gezondheid en het welzijn van meer dan 1 miljard mensen wereldwijd te verbeteren. Met onze producten leveren we hieraan een belangrijke bijdrage. Onderstaande producten zijn dan ook binnen de richtlijnen van De Gezonde Schoolkantine te gebruiken.*



Schijf van Vijf

Lipton Feel Good Selection

Alle varianten, 1 kopje



Lipton Exclusive Selection

Alle varianten, 1 kopje



Pukka

Alle varianten, 1 kopje



Pure Leaf

alle varianten, 1 kopje



Dagkeuze

Handijs

OLA Solero Mango 1st

Twister 1st

Raket 1st

Festini 1st

Split 1st



Koude Sauzen

Hellmann's sauzen (alle varianten) 15gr

Sandwich Saus
Spicy Red Bell Pepper 21gr



Vegetarisch aanbod

NoChicken Veganistische Kipstukjes 30gr

NoMince Veganistisch
Rulgehakt 30gr

NoChicken Veganistische
Kipnuggets 30gr



Overige producten

Hellmann's Vinaigrettes en Dressings (alle varianten) 30gr

Conimex kroepoek 25gr

Knorr Bouillon (bereid) 100-250gr**

Conimex gefruite uitjes 5gr

Hellmann's yoghurt dressing 30gr



Weekkeuze***

Saus/Dressings

Knorr Vleesjus 105gr

Knorr Patak's Saus 100gr

Conimex Smaakmakers bijv.
Sambal Oelek/Ketjap Manis 15gr



Soep/bouillon

Unox soepen bijv.
Italiaanse Tomaat 250gr

Knorr Professional
Bijv. Heldere groentesoep
260gr



Vegetarisch aanbod

NoHotdog Veganistische
Rookworst 100gr

NoBeef Vegetarische
Hamburger 80gr

NoBacon Vegetarisch
Gerookt Spek 100gr



Overige producten

Calvé Pindakaas 15gr

Knorr Groentewraps 61gr



* Bovenstaand productoverzicht betreft een selectie van producten binnen de richtlijnen.

** Portiegrootte variabel en afhankelijk van variant bouillon.

*** Bij een gouden schaal bedraagt maximaal 20% van het aanbod een weekkeuze en bij een zilveren schaal maximaal 40% van het aanbod.

Neem voor meer informatie contact op met je contactpersoon of kijk op www.ufs.com



Unilever
Food
Solutions

Support. Inspire. Progress.