



TRansition paths to sUstainable
legume-based systems in EEurope

WHY WE CHOOSE BEANS?

11 September 2018



Team TRUE | Eurest Portugal



Elisete Varandas

Nutritionist



Beatriz Oliveira

HSE Director

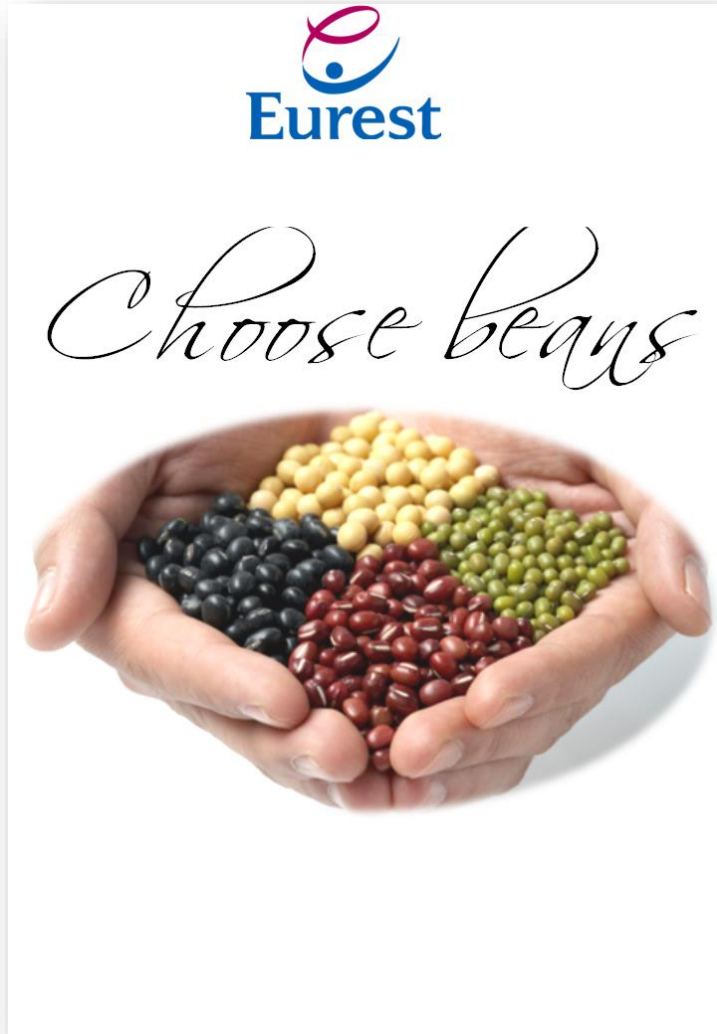


Eugénia Vilela

Nutritionist







Choose Beans





What did we wanted to do?

-  **Raise awareness for the benefits** of legume consumption;
-  **Promote the consumption** of legumes in a healthy diet;
-  Make meals that include **legumes a real option** in our restaurants;
-  Provide more **environmentally friendly alternatives** in our menus

... and also introduce **more economic** alternatives!



Over this years





We went looking for new recipes...



A Volta à Mesa em 40 Sabores

Regulamento

1. As receitas a concurso devem:
 - a. Devem refletir as preferências dos consumidores das unidades;
 - b. Deverão ser enviadas até ao dia **15 de Maio** para sara.sousa@eurest.pt / qualidade@eurest.pt ;
 - c. Ser enviadas em nome do Colaborador, identificando a respetiva unidade;
2. Anexo ao email é enviado um formulário em formato *Excel* de candidatura. É de carácter obrigatório a utilização deste formulário para redação da(s) receita(s), mencionando sempre a quantidade de porções a que se destinam.
3. No sentido de uniformizar os dados, é obrigatório que o campo "Quantidade bruta" seja preenchido. Em que a quantidade bruta refere-se ao alimento integral, isto é com casca, talos, entre outros (quantidade bruta = "o que se retira da dispensa").
4. O concurso está aberto nas seguintes categorias:
 - Vegetarianos/Macrobióticos:** Entradas (quentes/frias); Sopas (quentes/frias); Pratos; Saladas compostas; Sobremesas.
 - Leguminosas:** Entradas (quentes/frias); Sopas (quentes/frias); Pratos; Saladas compostas; Sobremesas.
 - Aproveitamento Integral dos Alimentos:** Entradas (quentes/frias); Sopas (quentes/frias); Pratos; Saladas compostas; Sobremesas.
8. Não há limite máximo relativamente ao número de receitas que podem ser enviadas;
9. Os colaboradores e as respetivas unidades vencedoras serão premiados com um Livro de Receitas, o qual terá: entradas (quentes/frias), sopas (quentes/frias), pratos, saladas compostas e sobremesas, de cada uma das categorias.
10. A todos os participantes será entregue um certificado de participação.



Ficamos a aguardar a sua participação!

We challenge our employees. ...



... We think it went well.





Worked with other partners



"A portion of legumes per day".



Over time there were some changes ...



CIRCULAR

Data: 2013/08/02
Número do Processo:

Circular n.º:

Assunto: Orientações sobre ementas e refeitórios escolares – 2013/2014

Para: Direção-Geral da Educação
Secretaria Nacional da Educação
Escolas Básicas
Escolas Secundárias
Escolas Secundárias Profissionais
Escolas de Educação Especial
Escolas de Educação de Jovens e Adultos
Escolas de Educação Profissional
Escolas de Educação Superior
Escolas de Educação de Adultos
Escolas de Educação de Jovens e Adultos
Escolas de Educação Profissional
Escolas de Educação Superior
Escolas de Educação de Adultos
Escolas de Educação de Jovens e Adultos
Escolas de Educação Profissional
Escolas de Educação Superior
Escolas de Educação de Adultos
Escolas de Educação de Jovens e Adultos
Escolas de Educação Profissional
Escolas de Educação Superior
Escolas de Educação de Adultos

O refeitório escolar constitui um espaço privilegiado de educação para a vida saudável e de equidade social, uma vez que fornece refeições saudáveis e seguras a todos os alunos, independentemente das suas famílias.

Atendendo às responsabilidades dos Diretores dos estabelecimentos de ensino, o acesso de todos os alunos a refeições saudáveis e equilibradas contém as orientações sobre ementas e refeitórios escolares nos refeitórios de gestão direta pelos estabelecimentos de ensino, concessionários a empresas de restauração coletiva, com contratação pública.

São dadas orientações sobre:

1. Lista de Alimentos Autorizados (Anexo1) - Sugere-se à Direção-Geral da Educação (<http://www.dge.mec.gov.pt>) atualizações desta lista, bem como do constante no AI nº 10/2013.
2. Captação de alimentos a oferecer aos alunos (Anexo2).

1974

ASSEMBLEIA DA REPÚBLICA

Lei n.º 11/2017
de 17 de abril

Estabelece a obrigatoriedade de existência de opção vegetariana nas ementas das cantinas e refeitórios públicos.

A Assembleia da República decreta, nos termos da alínea c) do artigo 161.º da Constituição, o seguinte:

Artigo 1.º

Objeto

A presente lei estabelece a obrigatoriedade de existência de opção vegetariana nas ementas das refeições servidas nas cantinas e refeitórios públicos.

Artigo 2.º

Âmbito de aplicação

A presente lei aplica-se às cantinas e refeitórios dos órgãos de soberania e dos serviços e organismos da Administração Pública, central, regional e local, em especial aos que se encontrem instalados em:

- a) Unidades integradas no Serviço Nacional de Saúde;
- b) Lares e centros de dia;
- c) Estabelecimentos de ensino básico e secundário;
- d) Estabelecimentos de ensino superior;
- e) Estabelecimentos prisionais e tutelares educativos;
- f) Serviços sociais.

Artigo 3.º

Fornecimento de refeições vegetarianas

1 — O serviço das cantinas e refeitórios públicos referidos no artigo anterior inclui, em todas as ementas diárias, pelo menos, uma opção vegetariana.

2 — Para efeitos do número anterior, entende-se por «opção vegetariana» a que assenta em refeições que não contenham quaisquer produtos de origem animal.

3 — No quadro de medidas de combate ao desperdício alimentar, pode ser dispensado o cumprimento da obrigação de inclusão de opção vegetariana perante a ausência de procura nas cantinas referidas na alínea c) a c) do artigo anterior.

4 — Em caso de procura reduzida da opção vegetariana, as entidades gestoras das cantinas podem estabelecer um regime de inscrição prévio de consumidores da opção vegetariana.

Artigo 4.º

Formação e equilíbrio nutricional

1 — As ementas vegetarianas são programadas sob orientação de técnicos habilitados e têm em conta a composição da refeição, garantindo a sua diversidade e a disponibilização de nutrientes que proporcionem uma alimentação saudável.

2 — Para efeitos do número anterior, são elaboradas captações, fichas técnicas e ementas, no sentido de assegurar o fornecimento adequado de refeições vegetarianas.

3 — No quadro das obrigações decorrentes da presente lei, cabe à entidade gestora de cada cantina e refeitório

Diário da República, 1.ª série—N.º 75—17 de abril de 2017

públicos a determinação do modo de disponibilização da opção vegetariana.

Artigo 5.º

Fiscalização

Sem prejuízo das competências atribuídas por lei a outras entidades, compete à Autoridade de Segurança Alimentar e Fitossanitária (ASAF) assegurar a fiscalização do cumprimento.

1 — das candidaturas a dar a dispensa;

2 — das entradas e o cumprimento da opção vegetariana;

A presente lei é aplicada a partir de 1.º de maio de 2017.

ORIENTAÇÕES SOBRE EMENTAS E REFEITÓRIOS ESCOLARES



Good News!



... but not always easy!



Not that vegetarian ...



"missing something"



It as too look good...



It as too be trendy...





Bad eating habits need to be changed...





Not always looking like this ...



Working together ...



COMPASS Group



COMPASS

G R O U P[®]



New book





General contact information

Website: www.eurest.pt

Email: elisete.varandas@eurest.pt

Phone: 00351 935 684 422



TRransition paths to **sU**stainable legume-based systems in **Europe (TRUE)** has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No. 727973

