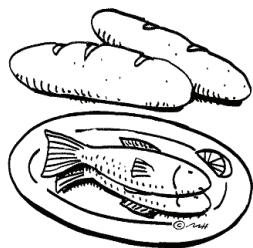




## Sådan gør vi:

- ✓ Bruger flest mulig grøntsager i madlavningen.
- ✓ Varierer kosten efter årstiderne.
- ✓ Bruger flydende stegemargarine og olie til stegningen.
- ✓ Bruger magert kød.
- ✓ Er åbne overfor nye ideer og forslag.
- ✓ Det meste af vores brød er groft/fuldkorns.
- ✓ Udvikler nye retter og højner kvaliteten i henhold til prisen.



## Om os selv:

Aalborg Handelsskoles kantinevirksomhed er ledet af Per Nielsen og foregår på 4 adresser: Langagervej, Turøgade, Saxogade, Strandvejen. Der er 11 ansatte i alt. Kantinen er en selvejende institution med en selvstændig bestyrelse. Den skal ikke give overskud, men kun tjene til egen drift.

Kantinen har mange forskellige opgaver, men den vigtigste er at sørge for forplejning til skolens elever. Desuden er kantinen leverandør ved mange begivenheder på skolen såsom elevfester, dimissionsfester, receptioner, personalefester o.lign. Desuden servicerer vi skolens gæster.

## ► Kostpolitik





## Kantinens kostpolitik

Kantinens kostpolitik sikrer, at brugerne kan købe sund og ernæringsrigtig mad. Kostpolitikken er inspireret af Fødevarestyrelsens materiale om sund kantinedrift.

Overordnet set betyder det, at vi altid vil bestræbe os på at producere og levere varer, der kan fremme sundheden hos brugerne. Samtidig gør vi det uden at tvinge brugerne til altid at foretage det sunde valg, da vi også i mindre grad tilbyder alternativer.



### De 10 kostråd

Ved sund kost forholder vi os til "De 10 kostråd", som de er formuleret af Fødevarestyrelsen. Ved at følge kostrådene i vareudbuddet kan vi tilbyde brugerne en varieret kost:

1. Spis varieret, ikke for meget og vær fysisk aktiv
2. Spis frugt og mange grøntsager
3. Spis mere fisk
4. Vælg fuldkorn
5. Vælg magert kød og pålæg
6. Vælg magre mejeriprodukter
7. Spis mindre mættet fedt
8. Spis mad med mindre salt
9. Spis mindre sukker
10. Drik vand

### Vareplacering

Men det er ikke blot vareudbuddet, der fremmer sundheden: Også vareplaceringen har betydning, og derfor placerer vi de sundeste varer, således at de tilbydes først i kundeområdet. Dette gøres så vidt muligt, vores forskellige lokaliteter tillader det.

### Økologi

Vi bestræber os også på at udbyde økologiske varer. De økologiske varer udgør dog et opbevaringsmæssigt problem, så derfor tilbyder vi ikke den samme vare i både en økologisk og konventionel udgave. Samtidig tager vi også hensyn til prisforskellen og vurderes den for stor, vælges den konventionelle vare.

### Uddannelse

Løbende vil personalet også uddannes og deltage i kurser, som hjælper dem med at fremme sundheden yderligere i kantinedriften.

