

Тип: за вкъщи/online/ доставка  
Страна: София, България



**Защо това е добра практика?** Това е иновативна компания, където здравето и ползите от здравословното хранене са ключови ценности. Основната цел на Fitmeal е да предлага висококачествена храна, която отговаря на нуждите и изискванията на клиентите и внушава посланието, че добрата храна може да бъде лековита и вкусна. Те разпространяват това послание чрез няколко проекта, в които участват. MS-Moga да го направи за себе си, проектът е този, в който планират менюта без наситени мазнини. Тези менюта на растителна основа са специално насочени към страдащите от МС, сърдечни заболявания и аутизъм. След това са включени и в няколко проекта Fitmeal-kids. Единият е доставката на храна до участващите детски градини и училища, за да се гарантира, че децата се хранят добре обмислено, балансирано. Друг се основава на хранителните революции на готвача Джейми Оливие в училищата, където те обучават децата в класната стая какво е хранително и как да го направят, с надеждата да променят своята гледна точка и да ги отклонят от лъскавите опаковки на преработените храни. Действайки по проекти като този, те създават устойчив бизнес, но също така осигуряват **устойчиво бъдеще чрез здравето на общността и техните деца**

### Здравословно

Етосът на FitMeal е съсредоточен върху здравето и благосъстоянието. Всички техни ястия съдържат ценни и полезни за организма продукти - плодове, зеленчуци, бобови растения, чисто месо и пълнозърнести храни и супер храни. Всеки проект, по който работят, включва менюта, съдържащи здравословно балансирано хранене с основно ястие, супа или салата и десерт, независимо дали за възрастни, тези със здравословни нужди или деца. Те непрекъснато работят за насърчаване на здравословното хранене и хранителните навици, особено от най-ранна възраст.

Ежедневните менюта FitMeal са проектирани да улеснят всички - независимо от тяхната възраст, пол или професия. Всяко ястие е направено от чисти продукти, без консерванти, ароматизатори или подобрители. Процесите на приготвяне и термична обработка на хранителни продукти са минимални. Сред ежедневните менюта на FITMEAL всеки може да намери най-подходящия за себе си вариант, като по този начин му доставя удоволствие да поддържа балансирана диета и да поддържа добра форма и здраве. Използват се въпросници с диетолог за определяне на съответното меню.

### Устойчиво

Компанията демонстрира своите стойности по отношение на намаляването на отпадъците и кръговата икономика. Използваната опаковка за храни е екологична. Те разглеждат всички аспекти на тези в тяхната общност и показват доказателства за тяхната защита чрез подобряване на здравето и диетата, от деца в ранна възраст, до бъдещи майки, до тези със здравословни състояния, нуждаещи се от хранителна помощ и насоки.

### Етично

FitMeal е чудесен пример за МСП, чиято етос произтича от здравето и благосъстоянието на общността. Техните проекти са пример за компания, която се грижи за своята общност. Тези проекти са забележителни от етична и социална гледна точка. Те демонстрират как МСП могат да направят разлика по отношение на здравето и храненето. Както и че ценят отговорните хранителни вериги и етичните доставки на продукти. Всички ястия, включени в менютата им, отговарят на законите изисквания за балансирано хранене за кърмачета/деца. Те са приготвени в професионални кухни със стандарт ISO и сертифицирани по екология, под строг контрол на качеството. Те се доставят със собствени лицензирани превозни средства и са регистрирани в Агенцията за транспорт на храни.

**Тип:** за вкъщи/online/ доставка

**Страна:** София, България

## **Диетични изисквания**

Обслужват се специфични профили: Вегански, вегетариански, алергени, диабет и др. „Много специално меню“ (MSM) е меню, което не съдържа животински продукти или наситени мазнини. Наситените мазнини (животински продукти, палмови и кокосови масла) отдавна са свързани с повишен риск от сърдечни заболявания, повишени нива на LDL и общ холестерол в кръвта, инсулт и дори рак. Доказано е, че съвременният свят на Западния свят консумира над 100 грама наситени мазнини на ден и изключването му от ежедневните менюта несъмнено гарантира поддържането на добро здраве. MSM е меню на растителна основа, обогатено с Омега 3 мазнини и естествени ароматни подправки. Ястията са овкусени с маслинови, ленени семена или други органични масла, които се добавят към ястията след термичната им обработка

MSM е подходящ за всеки, който вярва в лечебните свойства на храната, особено за тези с диагноза множествена склероза или други аутоимунни заболявания и за деца с диагноза аутизъм. Доказано е, че продължителното спазване на тази диета възпрепятства развитието на симптоми на множествена склероза.



## **Използване на технология**

Уебсайтът FitMeal е цялостна платформа за онлайн поръчки и информационен ресурс за клиентите. Следователно тяхната услуга е безкасова. Те имат свои собствени превозни средства.



**Follow Fit Meal's story**

