Informacja prasowa

Warszawa,09.09.2021r.

**Jakość i wyjątkowy smak, czyli co nam daje włączenie do codziennej diety produktów eko?**

**Trend eko cieszy się w Polsce coraz większą popularnością. Jak wynika z raportu „Rosnące znaczenie zdrowia a nawyki żywieniowe Polaków. SuperMenu 2021” według 63% z nas odpowiednia dieta pozwala na utrzymanie zdrowia, natomiast 32% zwraca uwagę na to, by pojawiały się w niej ekologiczne produkty. W czasie pandemii zwiększyła się społeczna świadomość w wyniku czego odczuliśmy potrzebę holistycznego podejścia do odżywiania i dbania o zdrowie. Jak nasze codzienne wybory żywieniowe przekładają się na wsparcie organizmu i co tak naprawdę daje nam spożywanie ekologicznych produktów?**

**Jakość i prawdziwy smak**

Zdrowa dieta jest znaczącym wsparciem dla całego organizmu, a pandemia nas w tym dodatkowo utwierdziła. Dlatego też zaczęliśmy przykładać większą wagę do naszych codziennych wyborów w kwestii odżywiania. Coraz częściej decydujemy się także na ekologiczne produkty, które zawierają nawet czterokrotnie mniej szkodliwych pestycydów stosowanych do ochrony roślin uprawnych, a więcej wartości odżywczych. Kładziemy nacisk na jakość i smak wybieranych produktów, rezygnując z wysokoprzetworzonej żywności, sztucznych barwników i konserwantów.

- *Od wielu lat promuję zdrowy styl życia i zachęcam Polaków do zmiany nawyków. Moja filozofia opiera się na trzech filarach: zdrowym odżywianiu, aktywności fizycznej i równowadze psychofizycznej. Cieszę się, że osoby, które podejmują ze mną wyzwanie, by żyć zdrowiej, szybko widzą realne efekty swojej pracy. Mam wrażenie, że Polacy są w tym zakresie dużo bardziej świadomi niż kiedyś. Coraz częściej na ich stoły trafiają nieprzetworzone posiłki przygotowywane na bazie sezonowych i ekologicznych warzyw, doprawianych aromatycznymi ziołami – a nie solą. Jednak nie każdy ma czas i przestrzeń, by starannie planować i przygotowywać sobie jedzenie. Mój catering SuperMenu może być dla nich mądrym i wygodnym ułatwieniem.* - mówi Anna Lewandowska, sportsmenka, propagatorka zdrowego stylu życia, założycielka cateringu dietetycznego SuperMenu.

Polacy zaczęli być bardziej świadomi w kwestii zdrowego odżywiania. Zależy im na zadbaniu o swoje zdrowie, a przy okazji poprawie wyglądu sylwetki. Poszukują rozwiązań, które pomogą im dokonać zmian w dotychczasowym stylu życia oraz wesprą w kształtowaniu prawidłowych nawyków żywieniowych.

**Żywność dobra dla nas i planety**

Jak pokazał raport „Rosnące znaczenie zdrowia a nawyki żywieniowe Polaków. SuperMenu 2021” niemal 1/3 Polaków zwraca uwagę na to, by ich dieta zawierała produkty eko. Ekologiczna żywność jest produkowana zgodnie z zasadami dbałości o środowisko bez stosowania pestycydów, syntetycznych nawozów mineralnych czy antybiotyków. Produkty te nie tylko są dobroczynne dla naszego organizmu, ale również planety. Mając to na uwadze i wpisując się w społeczne potrzeby Polaków SuperMenu by Anna Lewandowska rozpoczęło uprawę certyfikowanych ekologicznych ziół i warzyw we własnych szklarniach, oferując tym samym najwyższą jakość i wyjątkowy smak.

*- Ten projekt od dawna był moim marzeniem! Naszym celem w SuperMenu jest zapewnienie Polakom rozwiązań, które ułatwią im kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych. Dostarczamy pod ich drzwi pełnowartościowe i zbilansowane posiłki, którym mogą zaufać. Otwarcie własnej szklarni, w której będziemy uprawiać ekologiczne zioła i warzywa, to naturalny kolejny krok dla firmy cateringowej, która chce w pełni kontrolować jakość swoich produktów – dodaje* Anna Lewandowska.

Potrzebujemy zaledwie 30 dni by wyrobić w sobie nowe nawyki, które staną się naszą codziennością. Celem SuperMenu jest wsparcie poprzez zmianę myślenia i podejścia do odżywiania. Zbilansowane posiłki nie tylko przekładają się na poprawę wyglądu sylwetki, ale przede wszystkim wspierają w kształtowaniu zdrowych nawyków żywieniowych na lata.

**Wsparcie w zdrowym odżywianiu**

Samodzielne układanie jadłospisu wymaga od nas często sporego nakładu pracy. 59% Polaków ma wyrobiony nawyk czytania etykiet umieszczonych na produktach podczas zakupów. Jednak nie posiadając specjalistycznej wiedzy z obszaru zdrowego odżywiania wybór dobrych jakościowo produktów może być trudny, a przy tym czasochłonny. Jak wynika z raportu „Rosnące znaczenie zdrowia a nawyki żywieniowe Polaków. SuperMenu 2021” 56% badanych uważa, że dieta pudełkowa pomaga w wyrobieniu zdrowych nawyków żywieniowych, a 41% podkreśla, że samodzielne zdrowe odżywianie bywa trudne. Dlatego catering dietetyczny stanowi duże ułatwienie dla osób, które cenią sobie oszczędność czasu, a przy tym zależy im na zbilansowanej diecie, bogatej w wysokiej jakości składniki.

*- Korzystanie z diety pudełkowej jest doskonałym rozwiązaniem dla osób, które cenią sobie wygodę i różnorodność. Nie mają jednak czasu na staranne planowanie posiłków, zakupy potrzebnych produktów, a następnie ich przyrządzanie. Nie posiadają również odpowiedniej wiedzy, a zależy im na zdrowym odżywianiu i kontroli spożywanych kalorii. SuperMenu daje im możliwość wyboru wariantu diety, który najlepiej pasuje do ich stylu życia i postawionych sobie celów -* podkreśla Łukasz Sieńczewski, główny konsultant dietetyczny SuperMenu by Anna Lewandowska.

Jak wynika z raportu „Rosnące znaczenie zdrowia a nawyki żywieniowe Polaków. SuperMenu 2021” aż 65% Polaków wybiera dietę pudełkową ponieważ chcą zdrowiej się odżywiać, a 59% Polaków potwierdza, że jest to dobry sposób aby zacząć lepiej jeść. Cateringi dietetyczne w Polsce stają się coraz bardziej popularnym rozwiązaniem wspierającym społeczeństwo w drodze po zdrowie, nie tylko fizyczne, ale i psychiczne.

\*Dane pochodzą z raportu: „Rosnące znaczenie zdrowia a nawyki żywieniowe Polaków. SuperMenu 2021” stworzonego na podstawie badania przeprowadzonego przez ARC Rynek i Opinia sp. z o.o. w lutym 2021 roku na grupie 1000 Polaków w wieku 20-60 lat . Badanie zostało wykonane metodą CAWI.

**Kontakt dla mediów:**

Maria Antoszewska

m.antoszewska@suntrust.com.pl

+48 666 059 526

**O SuperMenu by Anna Lewandowska**

SuperMenu by Anna Lewandowska - jeden z wiodących cateringów dietetycznych w Polsce   
z siedzibą w Warszawie. Marka oparta na filozofii żywienia Anny Lewandowskiej - która od lat promuje zdrowy styl życia. Jako pierwszy catering dietetyczny w Polsce, nie używa we wszystkich swoich dietach białego cukru, pszenicy i surowego mleka.

Catering SuperMenu dostarcza wysokiej jakości diety w 14 wariantach do ponad 250 miast w Polsce oraz okolicznych miejscowości. Do produkcji wykorzystuje towary wytwarzane przez polskich rolników i firmy, by wspierać rodzime przedsiębiorstwa. SuperMenu produkuje swoje posiłki we własnym, nowoczesnym zakładzie spełniającym najwyższe standardy.