



Hjælp din kantine med at få flere plantebaserede retter i buffeten

1

Kontakt og ros

Henvend dig til den kantineansvarlige, og anerkend kantinen for det, den allerede gør godt.



"Jeg sætter stor pris på, at der altid er frugt og friskbagte morgenboller om morgenen, når vi møder ind"



"Jeg elsker jeres wokret med blandede grøntsager, tofu og cashewnødder, som smager og mætter godt"



"I har nogle fine salater på menuen, som både er vegetariske og veganske og samtidig sunde og mættende"

2

Giv konkrete forslag til produkter, snacks eller retter, som kan tilføjes til menukortet

Foreslå de plantebaserede muligheder, som du ønsker, at spisestedet skal udvide med på menukortet.

Udfyld og print evt. vores liste over grønne muligheder, som du kan give til kantinen efter jeres snak (se næste side).

Kryds af ved de felter, som du ønsker, at kantinen udvider med, og uddyb evt. med konkrete opskrifter eller produkter.



"Det ville være dejligt, hvis I fik plantesmør, planteost eller hummus, så jeg også kan vælge jeres lækre morgenbolle"



"Det ville være skønt, hvis jeg også kunne vælge jeres nudelret med tofu i stedet for kylling – også uden at skulle betale ekstra"



"I kunne fx udvide med en plantebaseret burger, sandwich eller pastaret, så gæsterne også kan vælge en mere syndig plantebaseret ret"

3

Henvis kantinen til hjemmesider, kogebøger eller bloggere for at få mere inspiration til opskrifter

På DVF's hjemmeside kan kantinen finde links til inspirerende madbloggere og lækre opskrifter til plantebaserede retter samt råd til nudging og indbydende navngivning af retter.

Find grønne opskrifter og inspirerende madblogs i DVF's madunivers:
vegetarisk.dk/madunivers

Få mere viden om nudging og navngivning af retter her:
vegetarisk.dk/piece



Hej kantine, tak for jeres interesse i at udvide jeres menu med flere grønne valgmuligheder. Her er nogle forslag:

Morgen

- Plantedrik til kaffen:

- Morgenmad: (morgenbolle med smørbar og planteost/plantepålæg, plantenutella)

- Frisk frugt og gnavegrønt:

Frokost

- Hav altid en plantebaseret mulighed på menuen: (burger, pizza, sandwich, salater, pastaretter, lasagne, risotto, gryderetter, smørrebrød, wokretter, burritos, wraps, supper)

- Indfør derudover klimavenlige dage i kantine, som følger de nye kostråd: (fokus på indbydende navngivning af retterne fx "grillet aubergine i karrysovs med brune ris", ikke "vegetarret" + evt. fokus på et verdensskøkkener, der som udgangspunkt er vegetariske)

Mødeforplejning

- Kage: (croissanter og wienerbrød, skærekager, muffins, chokolade)

- Nødder og tørret frugt

- Frisk frugt og gnavegrønt:
