Кушайте на здоровье!

Бизнес-ланч по-политеховски – это вкусно, полезно, удобно!

Для тех, кто еще не знает, сообщаем: с начала сентября столовая волгоградского техуниверситета предлагает сотрудникам и студентам вуза новую услугу – бизнес-ланч. Бизнес-ланч по-политеховски – это вкусно, удобно, выгодно, а главное – полезно.

По сути, это комплексный обед, состоящий из трех блюд и напитка. Меню составляет заведующая производством столовой Вера Львовна Поликарова. При подборе продуктов учитывается сбалансированность питания, что необходимо для нашего здоровья.

Как утверждает статистика, большинство людей, особенно среди молодежи, относится к своему здоровью с пренебрежением. Темп современной жизни, нехватка времени, некомпетентность в вопросах культуры питания – все это привело к неразборчивости в выборе продуктов. Особо настораживает рост популярности у студентов продуктов питания быстрого приготовления, содержащих в большом количестве различные ароматизаторы, красители, модифицированные компоненты. Поэтому неправильное питание становится серьезным фактором риска развития многих заболеваний. К сожалению, статистика последних лет показывает резкое увеличение среди молодых людей лиц, страдающих ожирением, заболеваниями сердечно-сосудистой системы, сахарным диабетом и т.д. Предотвратить такие заболевания можно, если вести здоровый образ жизни и, в первую очередь, правильно питаться.

При сбалансированном питании организм насыщается необходимыми полезными веществами, витаминами, которые способствуют его укреплению и оздоровлению. Это необходимо и студентам и сотрудникам университета – ведь учеба и научная деятельность требуют много сил и энергии.

С этой целью в столовой ВолгГТУ и введена новая услуга. Каждый будний день с 12:00 до 14:00 на втором этаже столовой (возле кафе СПИН) политехникам и гостям предлагается сытный ланч из трех блюд и напитка по доступной цене – всего за 80 рублей.

К примеру, в один из дней было такое меню: салат с карбонатом, помидорами и зеленью; щи со свежей капустой; перец, фаршированный мясом и рисом; кофе со сливками. Белый и темный хлеб – всегда на выбор.

Кстати, такая услуга впервые введена в вузе нашего города, и она уже становится популярной среди политехников.