

Charte de qualité nutritionnelle DES MATIERES GRASSES

Ansamble inscrit sa Politique Nutritionnelle dans la recherche d'une qualité durable visant à contrôler et à réduire les matières grasses utilisées pour la confection des repas.

Nous appuyant sur les recommandations du PNNS et de l'AFSSA, nous garantissons à nos convives des taux très faibles d'Acides Gras Trans. grâce à la sélection judicieuse de nos matières premières :

- **Des huiles de cuisson et d'assaisonnement d'origine végétale** dont la teneur en **acides gras trans. est <2%**
- **Une huile de cuisson et de friture** ayant un **faible taux d'acides gras saturés (8%), riche en Omega 3 (5%), et ayant un très bon rapport Oméga 6/Oméga 3 (3,2)**
- **Des huiles d'assaisonnement variées :**
 - . huile de **colza** (meilleure source d'Oméga 3 présentant un bon rapport entre acides gras Oméga 6 et Oméga 3)
 - . huile de **tournesol** (la plus riche en vitamine E, Oméga 6 mais pauvre en oméga 3)
 - . huile d'**olive** (riche en vitamine A, vitamine E et acides gras mono insaturés)
 - . huile de **noix** (riche en vitamine E, Oméga 6 et Oméga 3)
- **Des margarines d'origine 100% végétale** pour nos recettes

Nous avons supprimé l'huile d'arachide pour les risques d'allergènes et les huiles de coprah et de palme pour leur forte teneur en acides gras saturés

PNNS : Programme National Nutrition Santé
AFSSA : Agence Française de Sécurité Sanitaire des Aliments

Les acides gras saturés et les acides gras trans peuvent augmenter de façon significative les maladies cardio vasculaires. Les acides gras trans sont issus de l'hydrogénation partielle d'acides gras d'origine végétale.