

## Workshop nutrition en entreprise – COOK & EAT – 1h30

Groupe de 20 personnes - Durée totale : 1h30

Description	Quantité	Prix unitaire HTVA	Total HTVA	TOTAL TVA 21%	Total TVAC
<p><b>WORKSHOP : PRÉPARATION d'un PETIT-DÉJEUNER/ GOÛTER HEALTHY OU d'une LUNCH BOX végétarienne</b></p> <p><b>Au programme :</b> Tous en cuisine pour se préparer un <b>petit-déjeuner/ goûter</b> sain OU un <b>lunch</b> végétarien.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Découvrez de nouveaux aliments afin de diversifier &amp; végétaliser votre alimentation ;</li> <li>• Découvrez les modes de cuisson healthy &amp; les ustensiles indispensables ;</li> <li>• Prenez confiance en votre capacité à cuisiner ;</li> <li>• Soudez votre équipe en cuisine ;</li> <li>• Dégustez ensemble un délicieux repas ;</li> </ul> <p><b>Chaque WORKSHOP est accompagné de :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>fiches recettes</b> en lien avec le thème</li> <li>• Mon <b>e-book</b> : « 12 conseils nutritionnels clés pour une vitalité optimale ».</li> <li>• <b>fiches mémo</b>, dont : <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Une fiche sur <b>l'alimentation santé</b></li> <li>✓ Une fiche sur les <b>alternatives saines</b></li> <li>✓ Une fiche sur les <b>essentiels en cuisine</b></li> <li>✓ Une fiche sur la <b>lunch box idéale</b></li> <li>✓ Une fiche sur l'<b>index glycémique</b></li> <li>✓ Une fiche sur <b>la cuisine en kit</b></li> <li>✓ Une fiche sur <b>les achats santé</b></li> </ul> </li> </ul>	1	500€	500€	105€	605€
<p><b>LE MENU (tout bio) :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Petit-déjeuner/ goûter</b> : gourmand et fruité, à faible index glycémique !</li> <li>• <b>Lunch box</b> : riche en protéines végétales &amp; en légumes !</li> </ul>	20	30€	600€	126€	726€
<b>TOTAL :</b>			<b>1100€</b>	<b>231€</b>	<b>1331€</b>