



Amed
ALIMENTACIÓ MEDITERRÀNIA

RESTAURADOR
Voleu estar Acreditat?
Cliqueu aquí >

CLIENT
Voleu guanyar un Àpat?

Consulteu les
Receptes
Amed

QUE ÉS AMED?

RESTAURADORS

CLIENTS

GUIA
D'ESTABLIMENTS

ALIMENTACIÓ
MEDITERRÀNIA

ACTUALITAT

CONTACTE

Requisits

Passos per acreditar-se

Sol·licitud en línia

Seguiment i avaluació

Exemples de cartes i menús

Descàrrega de materials

Zona privada restauradors

Restauradors

Els **restauradors** sou responsables d'oferir **una alimentació saludable i segura**. Actualment, el consumidor és conscient de la importància dels aspectes relacionats amb la salut i la seguretat dels aliments. És per això que, de ben segur, els consumidors sabran apreciar l'esforç que el restaurador realitzi per facilitar una oferta gastronòmica **variada, saludable i mediterrània. Tot això afegit al plaer d'un bon àpat, agradablement servit en un restaurant!**

Quins avantatges aporta estar acreditat?

- **Identificació** externa Amed per a l'establiment.
- **Difusió** dels establiments Amed en diferents mitjans (guia d'establiments Amed, pàgines web, premsa, premsa local, etc.)
- Difusió de les **especialitats** de cada establiment, a partir de l'edició de les **receptes Amed** dels establiments acreditats (opcional).
- Assistència a les **sessions informatives** sobre temes d'interès per al restaurador (opcional).





Amed
ALIMENTACIÓ MEDITERRÀNIA

RESTAURADOR
Voleu estar Acreditat?
Cliqueu aquí

CLIENT
Voleu guanyar un Apat?
Cliqueu aquí

Consulteu
Receptes
Amed

QUÈ ES AMED?

RESTAURADORS

CLIENTS

GUIA
D'ESTABLIMENTS

ALIMENTACIÓ
MEDITERRÀNIA

ACTUALITAT

CONTACTE

Requisits

Passos per acreditar-se

Sol·licitud en línia

Seguiment i avaluació

Exemples de cartes i menús

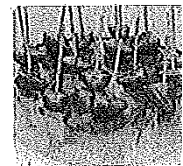
Descàrrega de materials

Zona privada restauradors

Requisits

Requisits per obtenir l'acreditació Amed.

- **Criteris de compliment obligatori de caràcter no alimentari** (cliqueu aquí)
- **Criteris de compliment obligatori de caràcter alimentari** (cliqueu aquí)
- **Altres aspectes de caràcter opcional que es valoraran** (cliqueu aquí)



CRITERIS DE COMPLIMENT OBLIGATORI DE CARÀCTER NO ALIMENTARI

- 1** Tenir actualitzades les acreditacions que certifiquin que les instal·lacions reuneixen les **condicions d'higiene** necessàries per oferir seguretat alimentària.
- 2** **Mantenir**, en l'oferta Amed, **uns preus** per al client en la línia dels preus habituals de l'establiment.
- 3** Tenir a disposició del client la **informació sobre Amed**, sobre alimentació saludable i oci actiu.

CRITERIS DE COMPLIMENT OBLIGATORI DE CARÀCTER ALIMENTARI

- 1** Garantir que, per amanir, s'ofereixi **oli d'oliva** en qualsevol de les seves varietats, i que es cuini amb oli d'oliva o bé amb oli de gira-sol amb alt contingut d'àcid oleic (per a més informació cliqueu aquí).
- 2** Garantir que aproximadament un 25% de l'oferta de primers plats sigui a base de **verdures, hortalisses i/o llegums**.
- 3** Garantir la presència d'**algun producte integral** (pa, pasta, arròs o d'altres).
- 4** Garantir que aproximadament un 50% de l'oferta de segons plats sigui a base de:
 - **peix** (blanc o blau) i/o marisc, o
 - **carns magres** (amb baix contingut de greix).
- 5** Garantir que aproximadament un 50% de l'oferta de les postres sigui a base de:
 - **fruita fresca** (sencera o manipulada, p.e. macedònia)
 - **fruita seca**
 - productes làctics: logurts, quallades, formatge fresc (mató, etc.).
- 6** Garantir que, en l'oferta de **postres làctiques**, hi figurei l'opció de baix contingut de greix (semidesnatat o desnatat).
- 7** Garantir la dosificació per **copos** o unitats individuals amb relació al possible consum de begudes alcohòliques (vi, cava o cervesa).
- 8** Disposar de **preparacions culinàries** que no requereixin l'addició de gran quantitat de greix (cremes, llard,

margarines, mantegues o una gran quantitat d'oli) i fer servir tècniques culinàries com ara les cocccions allimentàries al vapor, forn, graella, saltat, planxa, etc.

ALTRES ASPECTES DE CARÀCTER OPCIONAL QUE ES VALORARAN

Els aspectes següents, tot i no ser de compliment obligatori, puntuaran a favor de l'obtenció de l'acreditació Amed.

- 1** Prioritzar la utilització d'**aliments frescos, de temporada** i/o de producció local.
- 2** Incloure en la carta propostes de la **gastronomia tradicional** i local.
- 3** Oferir oli d'**oliva verge en els setrills** de les taules, i potenciar que es presenti etiquetat o que se n'identifiqui el grau, el tipus d'oliva i la procedència.
- 4** Prioritzar **guarnicions** de segons plats a base de **verdures, hortalisses i llegums**.
- 5** Oferir als clients de l'establiment Amed **receptes d'alimentació mediterrània**, que poden coincidir amb alguna de les especialitats de la casa (disponibles per als clients a l'establiment).
- 6** Oferir l'opció d'alguns plats combinats mediterranis que es puguin proposar com a **plat únic** (lleuger i no gaire abundant) i/o la possibilitat de demanar **mitges racions** (opcions especialment indicades per a dies feiners).
- 7** Oferir la possibilitat de preparacions culinàries a les quals no s'hagi afegit sal ("**opcions sense sal**"), amb condimentacions alternatives (pebre, espècies, herbes aromàtiques, etc.).
- 8** Difondre **activitats de lleure actiu** (rutes a peu, circuits cardiosaludables, etc.) a la ciutat i/o al voltant de l'establiment Amed.



Amed
ALIMENTACIÓ MEDITERRÀNIA

RESTAURADOR
Voleu estar Acreditat?
clicor a aquí

CLIENT
Voleu guanyar un Àpat?

Consulteu les
Receptes
Amed

QUÈ ES AMEO?

RESTAURADORS

CLIENTS


GUIA
D'ESTABLIMENTS

ALIMENTACIÓ
MEDITERRÀNIA

ACTUALITAT

CONTACTE

Requisits

 Passos per acreditar-se

Sol·licitud en línia

Seguiment i avaluació

Exemples de cartes i menús

Descàrrega de materials

Zona privada restauradors

Passos per acreditar-se

Per sol·licitar l'acreditació només cal que ens feu arribar, per correu postal, via web o fax, els documents següents:



PER A FER-NOS ARRIBAR LA SOL·LICITUD...

Podeu fer-ho en línia (clicqueu [aquí](#)) per correu postal (Fundació Dieta Mediterrània, c/ Johann Sebastian Bach 8, entl. 2a 08021 Barcelona, o bé per fax (932 099 407).

UN COP ACCEPTADA LA SOL·LICITUD...

Si us ajusteu als requisits de compliment obligatori, rebreu una carta de benvinguda notificant-vos l'acceptació al projecte **Amed**.

ELEMENTS DE PROMOCIÓ

Una vegada se us hagi comunicat l'acreditació oficial com a establiment **Amed**, se us farà entrega del dossier **Amed**.

• DISTINTIU EXTERN

Identificador **Amed** per col·locar a l'entrada de l'establiment. Si voleu veure el distintiu extern clicqueu [aquí](#)

• MATERIALS DE DIFUSIÓ

Fulletes o pòsters **Amed**, per informar els clients, per distribuir a les taules i/o als expositors, juntament amb altres materials: receptes mediterrànies (per a més informació clicqueu [aquí](#)), circuits cardiosaludables, guia de restaurants **Amed**, etc.