



go natural

## APRESENTAÇÃO DA MARCA

Inspirada na busca de um estilo de vida mais saudável, nasce em Junho de 2004 a Go Natural, primeira marca de restauração Portuguesa assente num **conceito inovador de comida rápida, saudável mas com muito prazer**.

De **origem 100% portuguesa** mas com uma forte inspiração em vários países do mundo, a marca traz para o dia a dia a experiência da cozinha de autor, aliada a uma imagem forte, moderna e cosmopolita.

### PONTOS-CHAVE:

**Data de início de atividade:** Junho 2004

**Vendas 2018:** 9,97 Milhões €

**Abril 2017:** aquisição de 51% capital pela Sonae MC

**N.º Colaboradores:** 260, dos quais 30 na estrutura central

### ÁREAS DE NEGÓCIO:



\* Restaurante operado pela GW e Supermercado pela SONAE



go natural

## APRESENTAÇÃO DA MARCA

### Pilares da Marca:



Anna Lins • Chef Executiva



Lilian Barros • Nutricionista



go natural

### Receitas de Autor

- Cozinha de inspiração mediterrânica mas com influência noutras geografias
- Desde sempre receitas criadas por Chefs
- Ingredientes de alta qualidade validados pela Chef Executiva;
- Equipas de cozinheiros formadas pela Chef Executiva;
- Lançamento de **+ de 150 receitas por ano**;
- **+ de 500 receitas testadas** e aprovadas pelos clientes

### Validadas por Nutricionistas

- Escolhemos ingredientes:
  - C/ baixo índice glicémico;
  - Baixo teor de sal;
  - Sempre que possível utilizamos alternativas ao açúcar adicionado;
- Na confeção:
  - Escolhemos os métodos + saudáveis;
  - Não utilizamos conservantes, nem intensificadores de sabor artificiais;
  - Escolhemos as gorduras mais saudáveis<sup>\*</sup>;
- Somos apoiantes da importância de *VARIAR, VARIAR e VARIAR*
- Queremos ter opções para todos e estamos atentos às novas tendências:

bio

veg

vegan

sem lactose

sem glúten\*

low carb

sem adição açúcar

sem batata



Go Natural nas Escolas

## GO NATURAL NAS ESCOLAS

### PONTOS-CHAVE:

**Data de início de atividade:** Setembro 2015

**Cientes:**

- Escola Americana (2015);
- Park International School (2016);
- Escola Alemã do Estoril (2017);
- Creche Saídos da Casca (2018);
- Colégio Santo António de Lisboa (2018);

**N.º Refeições:** 2500un/dia

### O NOSSO COMPROMISSO

**“Ter um papel ativo na transformação dos hábitos alimentares das crianças”**

- Promover **variedade**, introduzindo novos ingredientes regularmente e começando por ocultá-los se necessário;
- **Adaptar** as receitas Go Natural ao gosto das crianças;
- Educar o paladar das crianças para **menos açúcar e sal**;
- **Introduzir desde cedo** alimentos que regra geral são rejeitados pelas crianças;
- Promover uma **comunicação positiva** sobre alimentação e nutrição;



go natural

## GO NATURAL NAS ESCOLAS

### GO GREEN:

#### 1. Atividades em sala de aula

Promover a reutilização de embalagens, garrafas de água, copos de plástico, etc. dando um novo uso a estes materiais.

#### 2. Reciclagem

Assegurar a correta separação de lixos nas escolas através de cartazes e brochuras educativas. Criar um composto, implementando um recipiente para depósito de restos alimentares e utilizar o composto como fertilizante

#### 3. Sustentabilidade

Privilegiamos produtos frescos, nacionais e da época, minimizando o impacto ambiental no cultivo e transporte de frescos;  
Apostamos cada vez mais em ingredientes biológicos;  
Não utilizamos espécies em vias de extinção (por exemplo atum bluefin) nos produtos que confeccionamos.



### Compromisso:

- Retiraremos o plástico sempre que possível;
- Sempre que não for possível reciclaremos;

go  
green

Queremos criar um ambiente mais sustentável e a cada dia dar mais um passo nesse caminho.



go natural

## Desperdício Alimentar

#### 1. Sensibilização dos alunos e staff

Implementação de ação c/ contabilização dos kg desperdiçados nos pratos e atribuição de prémios de acordo com a redução.

#### 2. Venda a preço muito reduzido das sobras

Após a hora de almoço vendemos os produtos que sobram da cantina ao staff da escola a preços muito baixos.  
Permite combater o desperdício e ser uma mais valia para os funcionários da escola que conseguem adquirir refeições confeccionadas a um preço muito reduzido.

#### 3. Doação de alimentos a instituições

Sempre que haja quantidade de alimentos que justifique a deslocação a Go Natural procede à doação de alimentos.  
A principal instituição a quem doamos é a Refood.



Go Natural na Deutsche Schule

# GO NATURAL NA DEUTSCHE SCHULE

## GAMA E SERVIÇOS:

### 1. CANTINA

- almoço -

Diariamente	Exemplo	J1 + Primária	Liceu 5.º/ 6º	Liceu + Adultos
Sopa	 Sopa de Abóbora	✓	✓	✓
Prato Principal	 Pernas de Frango Assadas no Forno	✓	✓	✓
Prato Vegetariano	 Lasanha Vegetariana	✓	✓	✓
Guarnição	 Arroz de Ervilhas	✓	✓	✓
Legumes	 Salada de Alface	✓	✓	✓
Nutritive Bowl	 Bowl à Escolha (1 base + 1 Proteína + 3 Ingrediente + 1 Molho)			✓
Fruta / Sobremesa	 Banana	✓	✓	✓
Pão	 Fatia de Pão	✓	✓	✓

#### A pedido:

	Exemplo	J1 + Primária	Liceu 5.º/ 6º	Liceu + Adultos
Dieta	 Pernas de Frango ao Natural	✓	✓	✓
Guarnição Dieta (sempre s/ lactose e s/ glúten)	 Arroz Branco	✓	✓	✓



Base	 Mistura de Alfaces, Massa Integral, Couscous ou Aveia
Proteína	 Frango Assado Desfiado, Atum ou Ovo
Ingredientes	 Milho, Cenoura, Tomate, Pepino, Beterraba, Cogumelos Assados, Abacaxi, Azeitonas e Feta, Legumes Assados ou Croutons
Molho	 Azeite, Vinagrete Balsâmico, Vinagrete Lima ou Molho Iogurte,

- snacks -



go natural

### Composição do Snack a Meio da Manhã

Tipo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Fruta / Legumes 	Maçã / Tiras de Pepino	Banana / Tiras de Cenoura	Pera / Tiras de Pimentos	Melão / Tiras de Pepino	Laranja / Tiras de Cenoura

\* Utilizamos sempre a fruta e os legumes da época

### Composição do Snack a Meio da Tarde

Tipo	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Snack 	Cereais Corn Flakes	Granola	Pão de Alfarroba	Aveia Tostada	Bolo logurte Grego c/ Banana
Bebida / Lácteo 	Leite	logurte Natural Biológico	Leite	Batido Banana Morango	Chá Biológico

\* Tem hipótese de escolha de rechear com os seguintes condutos: cream cheese, doce biológico s/açúcar, mel, manteiga, aj. edam

## GO NATURAL NA DEUTSCHE SCHULE

GAMA E SERVIÇOS:

### 2. CAFETARIA



go natural



*Cafeteria  
Look Pós Obras 2020*



*Vending*



*Caterings*



*Venda no Exterior*

# GO NATURAL NA DEUTSCHE SCHULE

GAMA E SERVIÇOS:



go natural

## 2. CAFETARIA

- gama -



Mural refrigerado c/ Snacks e  
Refeições Adaptadas para o Target

grab&go



Pastelaria  
Padaria  
Cafetaria  
Sumos  
Bebidas  
Snacks

go break





go natural

Obrigada