

Ticket Especial

Alimentação saudável



Oferecer opções vegetarianas no seu cardápio é fundamental!

Por que restringir o seu cardápio a um só público se você pode oferecer opções mais saudáveis que agradam a todos os gostos?

É esse o tipo de pensamento que empreendedores devem ter quando escolhem as variações que podem ser servidas nos seus restaurantes.

Quanto mais completo é o cardápio, mais clientes em potencial o estabelecimento atrai.

Um cardápio completo é aquele que oferece uma boa variedade de entradas, pratos principais e sobremesas, sim. Mas que também apresenta receitas pensadas para atender os diferentes perfis de pessoas que podem passar pelas portas do estabelecimento – e isso inclui, claro, aqueles clientes que optaram por não comer carne.

Opções vegetarianas: oferecer ou não?

Qualquer decisão de negócio deve ser bem analisada para que o resultado seja lucrativo, certo? Então, é válido observar alguns números que apontam para a importância de oferecer opções vegetarianas no cardápio:



- Um estudo realizado pelo Ibope, em 2012, apontou para o fato de que **8% da população das principais cidades brasileiras já se declarava vegetariana**. O número pode parecer baixo, mas corresponde a mais de **16 milhões de pessoas**;
- De 2012 para cá, as buscas pelo termo **"restaurante vegetariano"** no Google **aumentaram de 37% para 92%**;
- Segundo um artigo publicado pela Folha de S. Paulo, pequenas empresas especializadas em **produtos vegetarianos crescem 40% ao ano**.

Existem muitos outros dados que ajudam a comprovar que o interesse pelo assunto é crescente no Brasil. Além de pesquisas, isso também é perceptível nos círculos sociais. É muito provável que você tenha pelo menos um amigo ou colega de trabalho que escolheu eliminar a carne da dieta.



Essas são as pessoas que procuram por restaurantes com opções vegetarianas. Se, para ter acesso a isso, elas não precisarem ir a um restaurante diferente do frequentado por seus amigos e colegas, o estabelecimento em questão tem muitas chances de se tornar o favorito do grupo. Vale dizer que os pratos sem carne também agradam a outros públicos, além dos vegetarianos. Eles também são interessantes para quem está buscando novas experiências gastronômicas ou está começando a transição – de carnívoro para uma alimentação sem produtos de origem animal. Pessoas que optaram por participar do movimento “Segunda sem carne” também gostarão de ter estas opções no cardápio.

Com o aumento da consciência sobre se alimentar bem, existe uma boa chance do seu vizinho, colega ou amigo do seu cliente ter optado por seguir esse caminho. Mostre a eles que são todos bem-vindos e bem atendidos no seu restaurante por meio de um cardápio recheado de boas opções.

Dicas bacanas para incluir opções vegetarianas no cardápio

Primeiro, é importante saber as diferenças entre os vegetarianos. Existem aqueles que só cortam as carnes da dieta – **os ovolactovegetarianos**. Outros adeptos do vegetarianismo, além da carne, também param de comer ovos – estes são **os lactovegetarianos**.

É interessante criar um cardápio que ofereça opções atrativas para todos.

Para facilitar a escolha e destacar o fato de que o seu restaurante conta com opções vegetarianas no menu, informe, ao lado de cada prato, quais ingredientes fazem parte da receita. Você também pode incluir símbolos para sinalizar quais não apresentam lactose ou nenhum ingrediente de origem animal, por exemplo.

Vale a pena contar com a ajuda de uma nutricionista para garantir que as opções vegetarianas oferecidas serão completas. Lembre-se de servir pratos saborosos e realmente diversificados. Afinal, vegetarianos não comem apenas folhas e cogumelos.

Eles também se interessam por massas em geral e hambúrgueres (que podem ser feitos de quinoa ou beterraba, por exemplo). Ah! E não esqueça de caprichar no tempero – que, assim como em todos os outros pratos do cardápio, conta muito para conquistar o coração e o paladar dos seus clientes.

O importante é oferecer um cardápio variado, com opções nutritivas e sustentáveis, capaz de agradar a todos os públicos. **A Ticket está aqui para acompanhar você nessa jornada e ajudar com dicas e informações importantes.**