

# 简餐培训 苏州森系餐饮

产品名称	简餐培训 苏州森系餐饮
公司名称	苏州森系餐饮管理有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	苏州市吴中区长蠡路777号长蠡花园4幢103室
联系电话	13482185151

## 产品详情

苏州森系餐饮管理有限公司创办于2013年，位于美丽的古城——苏州。本公司为客户提供咖啡厅、西餐厅、牛排馆、披萨店、轻食店、面包房、蛋糕店、主题餐厅等的策划、顾问、设计、技术、管理、运营一站式服务。

### 蔬菜食材

蔬菜是轻食中的主力，不过也不是所有的蔬菜都是轻食的选择，比如马铃薯好吃，但是含有碳水化合物，简餐培训，轻食一般不会优先选择。而那些水分充足、富含纤维和维生素的叶菜比较受欢迎。

罗勒。罗勒在台湾称为九层塔，属于绿色叶菜，罗勒叶有刺激性的味道，健胃消食。

苏州森系餐饮管理有限公司创办于2013年，位于美丽的古城——苏州。本公司为客户提供咖啡厅、西餐厅、牛排馆、披萨店、轻食店、面包房、蛋糕店、主题餐厅等的策划、顾问、设计、技术、管理、运营一站式服务。

### 营养搭配师的“轻食主义”

一般而言，营养专家应该注重饮食的营养搭配和健康的饮食习惯。但是之于营养搭配师阿文而言，他的膳食原则很简单，因为日常工作日都在食堂吃，一般有什么吃什么，但会做到搭配合理。虽然，营养专家推崇饭食七八成饱，但是阿文会让自己吃到九成饱，在他看来，食量的多少要根据自己的能量消耗来定夺，并没有一个标准量的多少。

苏州森系餐饮管理有限公司创办于2013年，位于美丽的古城——苏州。本公司为客户提供咖啡厅、西餐厅、牛排馆、披萨店、轻食店、面包房、蛋糕店、主题餐厅等的策划、顾问、设计、技术、管理、运营

一站式服务。

## 水果食材

轻食的水果食材也是有一定讲究的，太甜如西瓜、太味儿如榴莲、太腻如芒果都不太能够得到轻食的青睞，而那些味道清淡、营养丰富、糖分较低的水果才是轻食的爱。

简餐培训-苏州森系餐饮(推荐商家)由苏州森系餐饮管理有限公司提供。苏州森系餐饮管理有限公司(www.szenxi.com)是江苏苏州,宾馆、餐饮的企业,多年来,公司贯彻执行科学管理、创新发展、诚实守信的方针,满足客户需求。在苏州森系餐饮领导携全体员工热情欢迎各界人士垂询洽谈,共创苏州森系餐饮更加美好的未来。