

Tutorial Cibos



Cibos è il **sistema di prenotazione informed-food** per la ristorazione aziendale. Consente all'Utente di scegliere cosa mangiare in modo intelligente, impostare un regime alimentare per soddisfare al meglio i propri bisogni nutrizionali. **Cibos è benessere nel lavoro e Welfare.**

Scarica l'APP o crea un account gratuito dal sito <https://App.Cibos.Cloud>





Sistema Informed-food di Prenotazione Pasti

Consente di prenotare i piatti in Mensa per soddisfare al meglio i propri bisogni nutrizionali.

Questa applicazione si caratterizza per offrire agli utenti in fase di prenotazione ingredienti e valori nutrizionali, riportati secondo il Reg. UE n. 1169/2011:

- **Proteine**
- **Carboidrati**
- **Zuccheri**
- **Grassi**
- **Acidi grassi saturi**
- **Sale (=sodiox2.5)**
- **Valore energetico**



Accesso. Account utente univoco per App e dal portale <https://app.cibos.cloud>

Diario alimentare. All'interno del proprio account ogni utente fruisce di un diario alimentare, dove può consultare le prenotazioni e **impostare le proprie preferenze alimentari** tipo vegetariano, vegano, bio, no maiale ... etc).

Recensioni. L'app consente all'utente di apporre una valutazione ai piatti consumati.

Comunicazioni. La Ristorazione può comunicare informazioni di servizio ai propri utenti in qualsiasi momento.

Turni Mensa. Qualora vi sia la necessità, si potranno configurare turni in mensa attraverso la creazione di mense virtuali negli orari stabiliti.

Privacy e GDPR. Ogni utente ha accesso ad un'area riservata, a tutela delle proprie scelte alimentari e nel rispetto delle norme Privacy e GDPR.

App Cibos è benessere nel lavoro e Welfare in linea con **WHP**

Workplace Health Promotion – per promuovere stili di vita ed alimentazione sana tra i lavoratori.

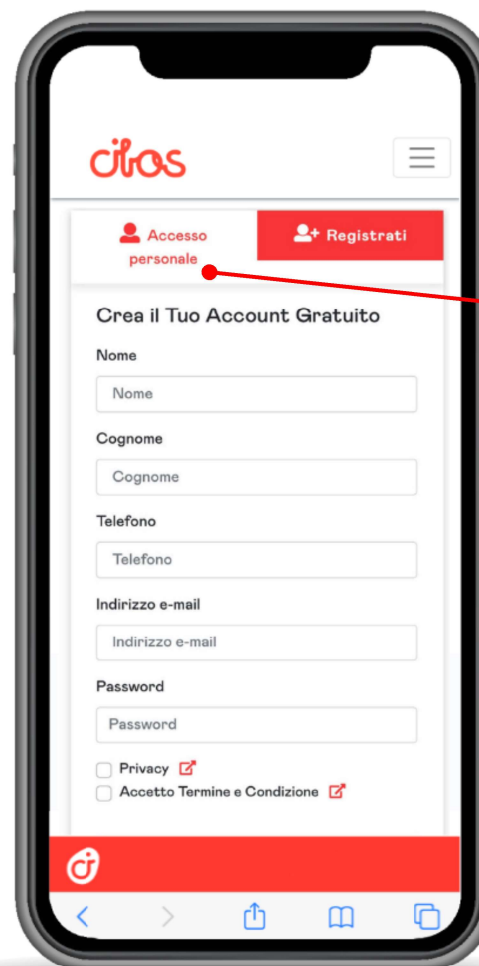
Home: Cerca, Valori Nutrizionali, Diario Alimentare



Cosa puoi fare:

- A. Prenotare piatti in modo consapevole, avendo a disposizione i valori nutrizionali
- B. Ricercare informazioni sui valori nutrizionali dei piatti
- C. Vedere le tue prenotazioni nel tuo diario alimentare
- D. Impostare le tue preferenze alimentari

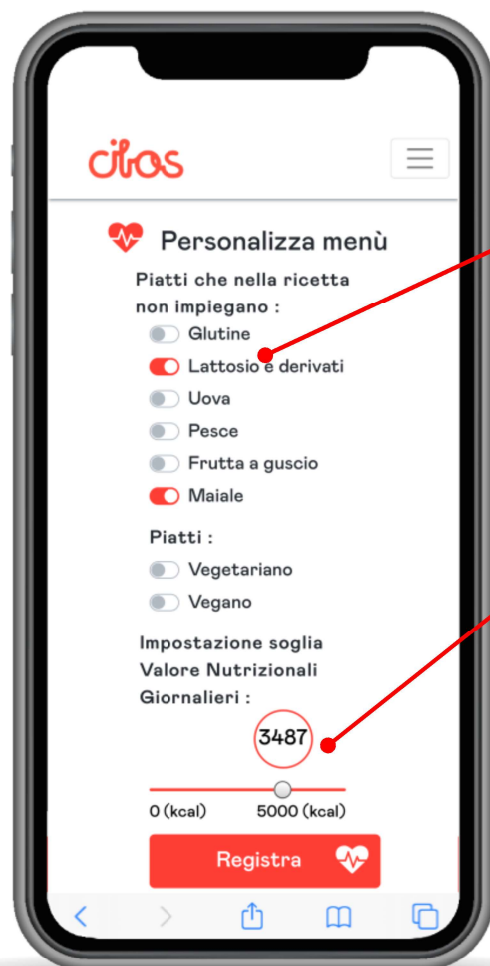
Registrati e crea il tuo Account



Se l'azienda ti ha fornito un account inserisci User e Password

O fai la registrazione e poi richiedi assistenza per essere attivato alla prenotazione aziendale

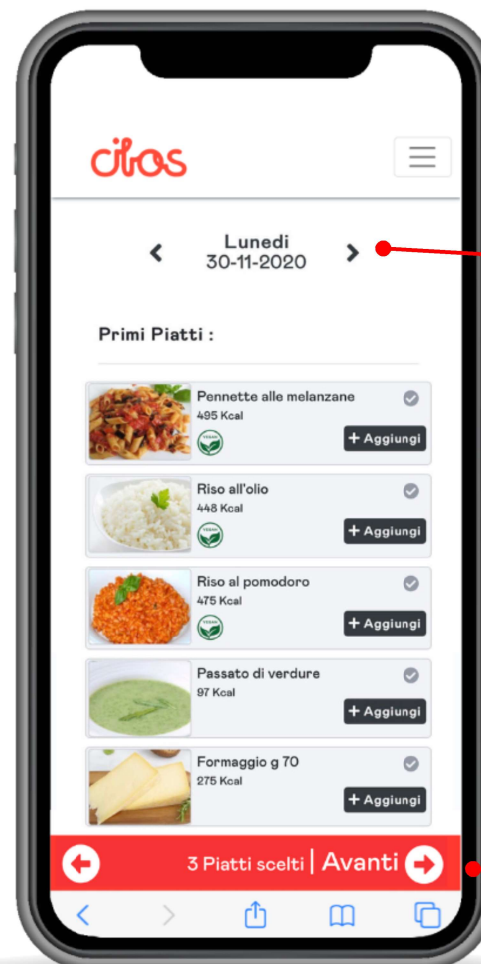
Richiedi l'attivazione



Imposta le tue Preferenze Alimentari

Scegli l'apporto nutrizionale giornaliero

Effettua la prenotazione



1. Scegli il giorno

2. Aggiungi i piatti

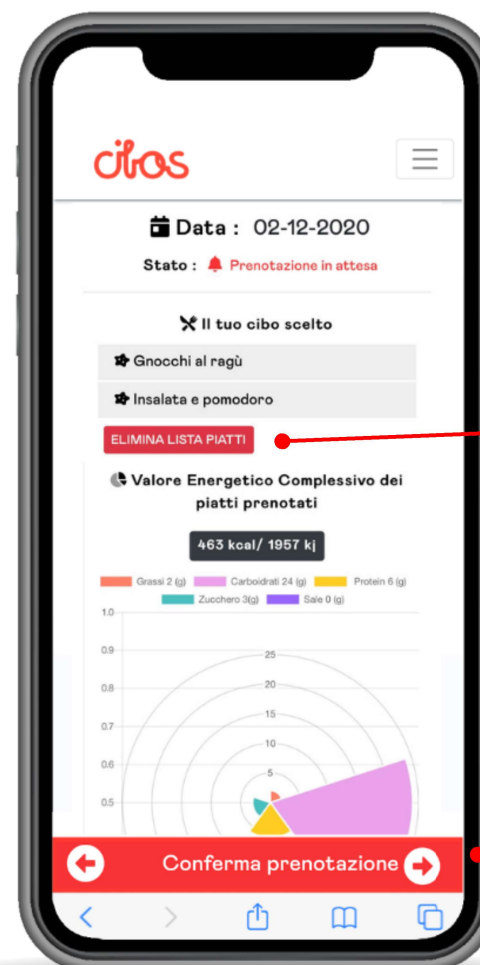
Vai avanti

Vedi informazioni piatto



Clicca su ogni piatto disponibile per vedere i dettagli sui valori nutrizionali e gli ingredienti

Conferma o modifica la tua prenotazione

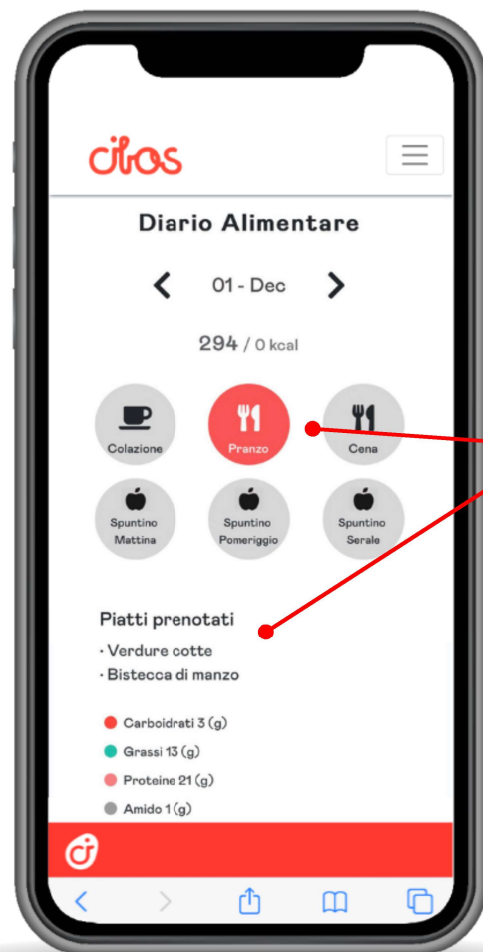


Puoi effettuare, modificare o cancellare la tua prenotazione entro e non oltre le 9:00 del giorno stesso di consumazione

Modifica

Conferma

Diario Alimentare



Nel tuo diario alimentare puoi vedere il riepilogo della tua prenotazione nella sezione pranzo

Nelle altre sezioni hai la possibilità di aggiungere colazione, cena o spuntini

Recensioni



La tua opinione è importante

Vai sulle tue prenotazioni dei giorni precedenti. Puoi esprimere un giudizio sui piatti da te consumati.

