**O kogo walczy rosnąca branża cateringów dietetycznych?**

**Catering dietetyczny to wygodne rozwiązanie, na które decyduje się coraz więcej Polaków. Nic dziwnego - coraz większą wartość ma dla nas zdrowy tryb życia, chętniej inwestujemy w siebie, swoje pasje i rozwój. Według badania przeprowadzonego przez catering dietetyczny Pomelo, 73% osób sięgających po pudełka uprawia sport. Ponad połowa decyduje się na nie, by móc zacząć zwracać uwagę na jakość swojego jedzenia, a 67% nie ma czasu na zakupy spożywcze i gotowanie. Wybierając najlepszą dla siebie ofertę, kierują się przede wszystkim dużym wyborem diet (80%), ale także ceną (67%) oraz rekomendacją znajomych i rodziny (46%)\*.**

 Choć ogromne zainteresowanie cateringami dietetycznymi jakiś czas temu było uważane jedynie za chwilową tendencję i modę, która w końcu przeminie, dziś w dalszym ciągu coraz więcej Polaków decyduje się na skorzystanie z ich szerokiej oferty i postanawia znaleźć wśród nich najodpowiedniejszą dla siebie dietę. Firmy specjalizujące się w przygotowywaniu nie tylko zdrowych i odpowiednio zbilansowanych, ale przede wszystkim smacznych i bezpiecznych posiłków, muszą dokładać wszelkich starań by jak najlepiej zrozumieć motywacje swoich obecnych i potencjalnych klientów oraz wyjść naprzeciw ich nieprzerwanie rosnącym oczekiwaniom. W tym celu catering dietetyczny Pomelo przeprowadził badanie konsumenckie, którego celem było lepsze zrozumienie, co charakteryzuje osoby sięgające po pudełka i czym kierują się one przy ich wyborze.

**Aktywni i wymagający**

Najczęściej podawaną przez ankietowanych przyczyną przejścia się na dietę pudełkową był brak czasu na gotowanie - zaznaczyło ją aż 67% ankietowanych. 51% osób odpowiedziało, że ich decyzja była podyktowana przez chęć zdrowego odżywiania się, a 42% postanowiło zredukować dzięki takiemu sposobowi odżywiania masę ciała. Więcej niż jedna trzecia osób po catering dietetyczny sięgnęła, ponieważ zdrowa dieta pomaga im w utrzymaniu formy i zachowaniu dobrego samopoczucie. Z badania przeprowadzonego przez Pomelo wynika także, że klienci diet pudełkowych to przede wszystkim osoby aktywne (aż 73% badanych uprawia sport), które lubią próbować nowych rzeczy i nieprzerwanie poszukują dla siebie najlepszej alternatywy - tylko 22% odpowiedziało, że korzystało dotychczas z jednego cateringu, a ponad połowa ankietowanych testowała co najmniej trzy różne oferty. Zdecydowana większość osób zadeklarowała, że po znalezieniu diety, która okazała się być dla nich odpowiednia, trzyma się tylko tej jednej, a 43% osób ma wybrane dwie diety ulubione diety i stosuje je wymiennie. Według badania Pomelo, ponad połowa badanych najchętniej spożywałaby 5 posiłków rozłożonych w ciągu dnia, a najwięcej osób podawało, że optymalna dla nich kaloryczność to 1500 kcal lub 2000 kcal. Przez cały rok z cateringu dietetycznego korzysta co czwarty badany, podobna liczba osób decyduje się na taki sposób odżywiania tylko na okres trzech miesięcy lub mniej.

**Zdrowie i cenny czas**

Biorąc pod uwagę ilość dostępnych na rynku firm oferujących cateringi dietetyczne w różnych cenach i o różnej jakości, klienci muszą dokładnie przemyśleć swoje oczekiwania i kwestie, które są dla nich ważne i na które ostatecznie zwrócą uwagę przy wyborze diety. Dla 80% ankietowanych kluczowa jest szeroka oferta i duży wybór diet, a 46% kieruje się doświadczeniami znajomych i rodziny, słuchając ich opinii. Dla 67% najważniejszym wyznacznikiem jest cena, którą będą musieli przeznaczyć na swoje posiłki.

 *- Jeszcze kilka lat temu, korzystanie z cateringu dietetycznego kojarzyło się nam z luksusem i drogim przywilejem. Jak wynika z przeprowadzonego przez nas badania, połowa ankietowanych klientów miesięcznie przeznaczała na zakupu spożywcze więcej niż 500 złotych, a aż 41% - więcej niż 1000 złotych. Nie możemy także zapomnieć, że zdarza nam się jadać „na mieście” lub zamawiać jedzenie. Warto zatem przeliczyć średnie dzienne wydatki przeznaczone na posiłki i porównać je ze średnim dziennym kosztem diety pudełkowej, który wynosi ok. 55 zł. Planując budżet, nie zapominajmy również o dodatkowych kosztach - dojazd do sklepu, energia potrzebna do gotowania oraz - przede wszystkim - czasu, który w dzisiejszych czasach jest naprawdę bezcenny, a który musimy przecież przeznaczyć na te wszystkie czynności – tłumaczy Anna Foszer, założycielka cateringu Pomelo.*

Oprócz pozytywnego wpływu, jaki mają na nasze zdrowie zbilansowane, regularne posiłki, to właśnie czas, który możemy zyskać dzięki braku konieczności robienia zakupów i codziennego gotowania jest najważniejszą wartością dodaną cateringów dietetycznych. Ankietowani odpowiadali, że dzięki zaoszczędzonym w tygodniu godzinom mogą oddać się swoim pasjom, zrobić trening, spędzić czas z rodziną i bliskimi, albo zwyczajnie - w końcu zyskują bezcenną chwilę odpocząć i naładować baterie.

Zdrowe i bogate w wartości odżywcze posiłki pomagają nam także w budowaniu odporności. Decydując się na catering dietetyczny, oddajemy się w ręce ekspertów, którzy dbają o odpowiednie zbilansowanie naszej diety, kaloryczność oraz trzymanie się zasad obranego programu żywieniowego. Należy również pamiętać, że kluczem do powodzenia jest regularność. Takie rozwiązanie bardzo ułatwia kształtowanie zdrowych nawyków żywieniowych, dlatego popularność diet pudełkowych wśród Polaków stale rośnie i jak wskazują przedstawiciele branży, rynek cateringu dietetycznego swój szczyt osiągnie w 2025 roku.

\*Badanie przeprowadzone wśród klientów cateringu dietetycznego Pomelo.

**Kontakt dla mediów:**

Weronika Poskart

PR Consultant

Tel. 534 265 062

weronika@pomelo.com.pl