



Créteil, le 24 juin 2025

Prévention fortes chaleurs : Elior adapte ses menus pour prévenir la déshydratation et la dénutrition chez les personnes âgées

Afin de faire face aux vagues de chaleur estivales, Elior développe un plan nutritionnel spécifique afin de servir et prendre soin de ses convives les plus fragiles. Les chefs d'Elior accompagnés de l'équipe de nutrition de l'entreprise ont développé des recettes fraîches, équilibrées et enrichies en protéines, afin d'hydrater et de maintenir une bonne prise alimentaire chez les personnes âgées et de prévenir les risques de dénutrition.

Une vigilance accrue face à un double enjeu : déshydratation et dénutrition

Lors des épisodes de canicule, les personnes âgées sont particulièrement exposées à deux risques majeurs : la déshydratation et la dénutrition. La chaleur atténue la sensation de soif, réduit l'appétit et fragilise l'organisme. Cette vulnérabilité est accentuée par la sarcopénie, une perte naturelle de masse musculaire liée à l'âge.

Pour répondre à ce double défi, les équipes diététiques d'Elior ont conçu une offre culinaire adaptée. L'objectif : proposer des plats complets et sources en protéines. Parmi les recettes proposées, on peut citer une salade frisée, lardons et pommes de terre ; des farfalles au pesto, courgettes et poulet ou encore des lentilles, betteraves, figues et chèvre. L'avantage de ces recettes est d'être naturellement fraîches et attractives d'un point de vue gustatif, avec des goûts prononcés (ce qui est fondamental quand on sait que les personnes âgées ont besoin de goût plus marqués pour apprécier un plat).

Pour répondre au défi de la déshydratation, Elior a développé des recettes de soupes et gaspacho enrichis en protéine (10 grammes de protéines par portion), parmi lesquelles on peut citer le gaspacho à la tomate relevé au chorizo ou encore le gaspacho courgettes-basilic au fromage italien. Elior a également développé une gamme de boissons frappées rafraîchissantes et enrichies, faciles à consommer et adaptées aux préférences des personnes âgées avec notamment un café glacé, un chocolat froid ou encore un thé glacé. Des solutions rafraîchissantes, faciles à consommer et adaptées aux préférences des convives.

À propos d'Elior

Leader français de la restauration collective, Elior France propose des solutions personnalisées et des concepts innovants de restauration et de services, dans le monde de l'enseignement, de l'entreprise et de la santé. C'est avec passion que chaque jour, les 18 000 collaborateurs et collaboratrices d'Elior France accueillent et prennent soin de plus de 1,1 million de convives. Elior France est particulièrement attentive à la santé et au bien-être de ses convives, au développement professionnel de ses collaborateurs et à l'impact de ses activités sur l'environnement.

Plus d'information : www.elior.fr

Contact presse : Antonia Krpina, Agence Troisième acte - press@eliorgroup.com / 06 21 47 88 69