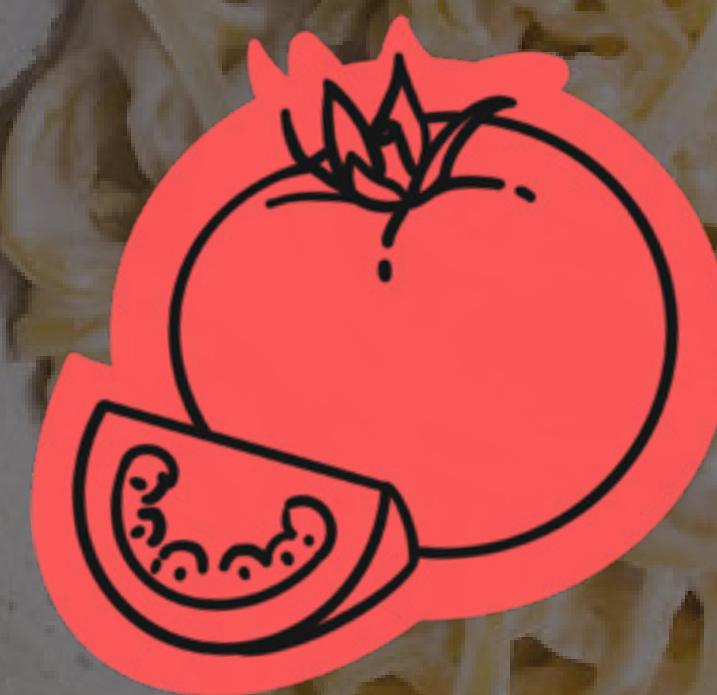




ШОУ О КУЛИНАРНОЙ МЕДИЦИНЕ



счастье
Есть!



ШОУ О КУЛИНАРНОЙ МЕДИЦИНЕ

счастье Есть!

О чем проект:

В формате кулинарных мастер-классов повар и врач показывают, как с помощью функциональных продуктов можно наладить свой рацион, чтобы он был и вкусным, и полезным именно для вас и вашей семьи.

В каждом выпуске 3 в 1:

- **ЗОЖ** –
рецепт по всем правилам ПП
- **Не хочу/не буду** –
как адаптировать так, чтобы ели дети
- **Если очень хочется, то можно?** –
лайфхаки, если хочется неполезного



Хронометраж: 15–20 минут

Формат: Двое соведущих – шеф-повар и врач гастроэнтеролог/эндокринолог, готовят самые популярные блюда с новыми функциональными продуктами. Во время подготовки делятся смешными историями о переедании, похмелье, развенчивают мифы о диетах и суперфудах, дают медицинские рекомендации. В конце выпуска шеф-повар пробует блюдо и заявляет, что по вкусу не уступает оригиналу, но пользы гораздо больше.

Локация: кулинарная студия, иногда на природе

Зачем смотреть: чтобы узнать, как, кому и сколько употреблять функциональных продуктов, как выбирать и что готовить для всех членов семьи.



Два эксперта:

Повар – харизматичный, не только профессионал в своем деле, но и человек циничный с чувством юмора.



Пример:
Илья Лазерсон
youtube.com/@zonalazersonov
1,77 млн подписчиков

Врач – кардиолог, терапевт, педиатр, аллерголог, гастроэнтеролог. Доктор с опытом работы и миллионом смешных историй о пациентах, но любящий людей и готовый сделать многое для помощи им.



Пример:
Валерий Ионин
youtube.com/watch?v=9qxJPraKvXU

Структура выпуска

Счастье есть!

Шоу о кулинарной медицине

Знакомство с ведущими + возникновение конфликта. Шеф-повар сомневается в возможности приготовить так же вкусно из полезных продуктов

Анонс блюда. Шеф-повар озвучивает традиционный рецепт: Сегодня классическая паста болоньезе — с соусом, сыром и вином

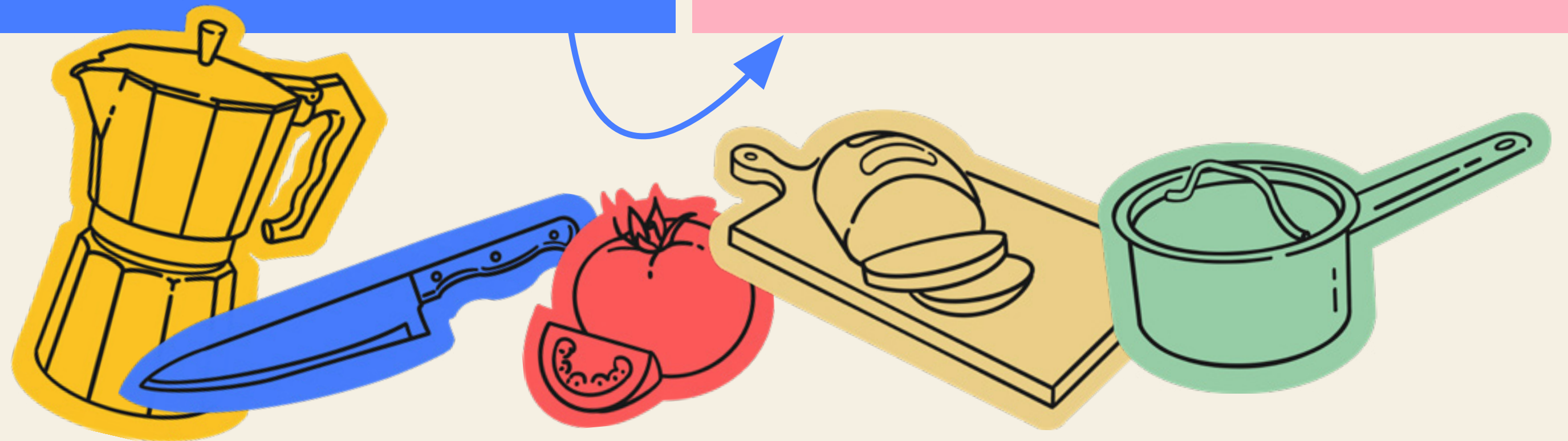
Врач вмешивается: Это же калорийная бомба! Да и подходит далеко не всем!

Врач говорит про функциональные продукты с триггерными фразами, которые режем на рилсы

- Добавьте всего один продукт в рацион семьи и вы полностью устраните риск опасных заболеваний
- Ваш ребенок не ест овощи? – забудьте, теперь он будет просить добавки!
- Этот продукт официально признан канцерогеном — но его до сих пор продают в каждом магазине

Готовка с комментариями. Юмор, интересные истории, развенчание мифов, полезные советы от экспертов.
Самые интересные фрагменты – на рилсы!

Дегустация блюда с комментарием шефа, что действительно вкусно, врач добавляет, что полезно и про КБЖУ и сравнение с оригинальным рецептом в рамках пользы



Убедительность идеи для партнеров:

Функциональные продукты – это продукты, которые обладают дополнительными свойствами и содержат полезные ингредиенты: пищевые волокна, витамины, антиоксиданты, минералы и другие нутриенты.

Производители и ритейлеры развивают не-продукты, предлагают решения для удовлетворения индивидуальных потребностей: «веган», «без глютена», «без добавления сахара»

+ 50,7%

рост категории витаминов, минералов и БАДов в денежном выражении в 2024

+23 %

рост категории «пищевые добавки»

Источник: Статистика поисковых запросов Вордстат, 2024 к 2023 году «пищевые добавки» + 23%*

Доля СТМ растительного молока в натуральном выражении выросла в три раза за год:

с 2,6 до 7,2%

Источники: Данные полного товарооборота розничных сетей Нильсен (омниканальный рынок) по категории «Витамины, минералы, БАДы», период — январь-август 2024 по сравнению с годом ранее Динамика поисковых запросов Яндекс Вордстат октябрь 2023 – сентябрь 2024 по сравнению с годом ранее

Результат ритейл аудита-аудита Nielsen

Поколение Z особенно предрасположено к тренду и с большей вероятностью направит спрос в более «здоровые» категории, продукты с пробиотиками, фруктовые снеки и аналогичные ниши по мере приобретения все большей покупательной способности*



Убедительность идеи для генерального продюсера:

- Популярный формат – кулинарное шоу. В кадре два эксперта
- Решаем вечные проблемы: - в семье все любят есть разное – что делать?
- ждем гостей с аллергией и непереносимостью глютена и лактозы – что готовить?
- как убрать дефициты витаминов и минералов с помощью еды
- Добавляем «конфликт» между врачом (полезное может быть вкусным) и шеф-поваром (вкусно = жирно и солено)
- Быстрый рост аудитории за счет подписчиков шеф-повара и врача (миллионные аудитории). Уже достигнута договоренность с шеф-поваром миллионником И.И Лазерсоном
- Привязка к инфоповодам (готовим Оливье, блины и т.д.) и самым запрашиваемым рецептам по WordStat + триггерные заголовки

Готовим пасту «Болоньезе»

Базовый рецепт:

мякоть говядины с бедра – 800 г
репчатый лук – 200 г
чеснок – 2 зубчика
морковь – 100 г
сельдерей – 3 стебля
растительное масло – 3 ст. л.
красное сухое вино – 150 мл
консервированные резаные или протертые
помидоры – 400 г

паста – 400 г
сыр – 150 г
свежемолотый черный перец – по вкусу
соль



Мама

(45 лет, предменопауза, йододефицит)

- замена сыра на обезжиренный сыр Natura, обогащенный Ca
- замена спагетти лапшой из сушеных кабачков «Белые Луки»
- замена масла в соусе на амарантовое масло – 1 ч.л.
- замена обычной соли на йодированную соль «Экстра»
- вода, обогащенная Mg

Чисто ЗОЖ

Если очень хочется,
то можно

Папа

(50 лет, высокое давление и холестерин)

- замена сыра на сыр с пониженным содержанием молочного жира Oltermanni
- замена обычной соли на соль с пониженным содержанием натрия, обогащенную магнием, калием и йодом «Вателек»
- 100 мл красного сухого вина



Дочь

(9 лет, непереносимость лактозы,
дефицит витамина Д, дефицит массы тела, непереносимость глютена)

- замена сыра на безлактозный сыр Latter
- протеиновая добавка для роста и костей «Леовит»
- вместо пасты – рисовая лапша



Не хочу, не буду!

Целевая аудитория

Общий портрет:

80% женщины / 20% мужчины

1. Женщины 25–44 лет (ядро аудитории)

Живущие в регионах работающие женщины, со средним и выше среднего доходом, имеющие семью и детей, ответственные за здоровье свое и членов семьи

Мотивации:

- Готовить вкусно и полезно для себя/семьи/детей.
- Понимать, чем заменить «плохие» продукты (сахар, белую муку, плохие жиры).
- Простые и доступные рецепты для повседневной кухни.
- Закрыть личные дефициты (железо, витамин D, магний, омега-3).
- Решить проблемы с кожей, ЖКТ, циклом, гормонами.
- Избежать болезней в будущем.
- Ощущать контроль над здоровьем через еду.

2. Женщины 45–65 лет

Зрелые женщины со средним доходом, заботящиеся о здоровье костей, сосудов, давления, веса.

Потребности:

- Уменьшить сахар, соль, плохие жиры.
- Готовить «по-домашнему», но полезнее (борщ с чечевицей вместо картошки и т.д.).
- Получить знания о нутрициологии без сложных терминов.
- Предотвратить остеопороз, диабет, гипертонию.
- Поддерживать активность и энергию.

3. Мужчины и женщины 18–30 лет (осознанные, ЗОЖ, ПП)

ПП-шники, офисные работники, кто следит за телом, кожей, энергией

Потребности:

- Лёгкие рецепты с КБЖУ
- Разобраться, как питаться сбалансированно и без дефицитов.





Платформы размещения

ВК-Видео и ВК-Клипы (шортсы)

Рутьюб

Яндекс Дзен

ТГ

YouTube

Yapri, Likee

- Короткие форматы с переводом на длинные ролики
- Анонсы в соцсетях врача и шеф-повара с миллионной аудиторией

Инструменты продвижения

Инфоповоды (Масленица – готовим блины; лето – идем семьей в парк; 8 марта – говорим о дефицитах нутриентов у женщин; весна – начало сезона аллергий и проч., и проч.)

Партнерство (коллаборации с производителями и торговыми сетями)

Поддержка госорганов (Роскачество, Роспотребнадзор: <https://здоровое-питание.рф/>)

Монетизация

У проекта есть партнеры:

Ассоциация производителей и поставщиков функциональных продуктов питания и ингредиентов <https://appfppi.ru/>

Потенциальные партнеры:

- Product Placement функциональных продуктов из ТС «Пятерочка» – ведутся переговоры с X5 Group
- Партнерские CPA-ссылки на продукты, которые можно заказать на Ozon, WB (оплата за покупку по ссылкам)
- Лаборатории для сдачи анализов на дефициты – Инвитро, Гемотест, Хеликс