



## SARA CARREGA

### *Profilo*

*Mens sana in corpore sano*: l'antica locuzione latina esprime con tutta la sua forza la necessità di seguire un'alimentazione sana ed equilibrata per uno stile di vita salutare. Le lezioni della dottoressa Sara Carrega sono mirate a fornire agli studenti un'impronta nutrizionale corretta, elemento essenziale per tutti, in particolar modo per i futuri chef e ristoratori che vogliono fornire ai propri clienti menu di alto livello qualitativo ed al tempo stesso bilanciati. Laureata all'Università degli Studi di Pavia in "Biotecnologie Mediche e Farmaceutiche", ha successivamente conseguito il "Master di II livello in Nutrizione Umana" presso la stessa facoltà. Collabora con numerose farmacie e poliambulatori del Nord Italia in qualità di biologa nutrizionista ed è consulente nutrizionale per l'azienda "Enerzona - Enervit".