

DOSSIER

LES ENJEUX DU REPAS SCOLAIRE

Au-delà de l'enjeu nutritionnel consistant à nourrir pour contribuer à la couverture des besoins physiologiques des élèves, la restauration scolaire a bien d'autres enjeux qu'il convient de souligner :

Enjeux de santé publique, de justice sociale, de citoyenneté, de développements économiques et environnementaux.

Elle doit être pour chaque élève, un moment de convivialité, de plaisir et d'éducation alimentaire.

Les enfants ont besoin d'une alimentation leur permettant une croissance harmonieuse, un développement optimal par un apport nutritionnel adapté à leur âge et leur activité physique.

La restauration scolaire participe à la couverture de ces besoins et à l'acquisition de bonnes habitudes alimentaires.

Les enfants en école maternelle commencent à manger comme les adultes, avec des quantités moindres.

C'est le temps de l'éducation au goût qui passe par l'exemple, mais aussi par l'apprentissage.

Les enfants doivent goûter.

L'entrée en cours préparatoire, l'enfant n'est pas capable de faire des choix alimentaires éclairés, il s'oriente spontanément vers ce qu'il aime. Il faut donc l'aider à acquérir quelques réflexes : manger les quantités adaptées à ses besoins, repérer la diversité des aliments, se demander si on a encore faim avant de se resservir.

Les composantes des repas principaux sont généralement constituées de :

1 Entrées Crudités, cuites, entrées de légumes secs et ou d'autres féculents, entrées protidiques (œuf, poisson), préparations pâtisseries salées, charcuteries

2 Plats protidiques : Plat principal à base de viande, poisson, œuf, abats Préparations pâtisseries salées servies en plat principal (crêpes salées, friands divers, pizzas, tartes, quiches, tourtes) ; Charcuteries servies en plat principal (préparation traditionnelle à base de chair de porc, boudin noir, saucisses diverses, crêpinettes, ...)

3 Garnitures : Légumes, légumes secs, pommes de terre, produits céréaliers

4 Produits laitiers : Lait demi-écrémé, lait fermenté ou autre produit laitier frais, fromage, dessert lacté –

5 Desserts : Fruit cru entier ou en salade, fruit cuit ou au sirop, pâtisserie, biscuit, sorbet, dessert lacté, glace.

Avec un plus grand nombre de composantes, le déjeuner à 5 composantes donne plus de latitude et de souplesse dans la mise en œuvre des fréquences de service des aliments .

Il laisse aussi plus de place à la variété, à l'originalité

et à l'éducation au goût. Il est possible d'alterner 4 et 5 composantes. Le pain fait partie intégrante de chaque repas. Il peut être remplacé par des biscottes ou du pain de mie.

En restauration scolaire la seule boisson recommandée est l'eau. L'eau du réseau public doit être à disposition des convives sans restriction de quantité, et fraîche de préférence.

Il est déconseillé de distribuer des boissons sucrées.

(Les recommandations du GEM-RCN (version 2. Juillet 2015).

Les menus doivent être réalisés à partir d'un plan alimentaire sur au minimum 20 repas successifs.

Une Commission composée de la cuisinière, agents de restauration, directeurs d'école et parents délégués, élus se réunit chaque trimestre.

La commission est très attentive à la provenance des produits lors de l'élaboration des menus équilibrés.

Les repas sont confectionnés avec 95% de produits français et le maximum en produits frais dont 20% de produits bio.

Nous commandons nos produits frais chez des producteurs locaux en circuits courts dont vous trouverez, ci-dessous, les principaux :

Viandes fraîches : Boucherie de L'Arguenon Pluduno / Comptoir Armoricain St Samson/Les volailles de l'Arguenon Dolo

Poissons frais : La fraîcheur de St Malo,

Légumes frais / Fruits : ESAT les 4 Vaux Corseul / Mr Allouis Langueux

Laitages : La ferme de la Renaudais Plouër Sur Rance / Lait et délices de Kristell à Plélan le Petit.

Œufs : La Croix Verte Ruca

Pain : La boulangerie Mr Lochet Pluduno.

Distributeurs Légumes frais/ Fruits /épicerie : Le Flahec St Brieuc.

Surgelés Produits Français : Sirf

Nos enfants ont la chance d'avoir des repas confectionnés avec une méthode traditionnelle, dans des locaux qui ont l'Agrément Européen depuis 2008.

Des visites et analyses sanitaires sont régulièrement effectuées.

Alors les enfants, profitez de cette chance et goûtez aux bons petits plats que Pascaline & Maryse ont le plaisir de vous préparer au quotidien.

Merci aux parents de sensibiliser vos enfants de façon à limiter le gaspillage.

