

LE PETIT JOURNAL
de la commission



Mars - Avril 2024



Introduction

L'offre Inspirations

Inspirations, une restauration conçue spécifiquement pour les enfants autour de trois idées fortes: La Cuisine maison, le Partage, et le Respect de la planète.

Nos chefs élaborent sans cesse de nouvelles recettes afin de faire découvrir aux enfants de nouvelles saveurs, ou de nouvelles façons d'apprécier un aliment connu.

Les animations représentent une façon simple et ludique pour faire passer les messages aux enfants.

Nous proposons donc diverses animations au cours de l'année :



"Les recettes Pas pareilles" :

- La découverte des saveurs autour de recettes incroyables mais vraies !



"C'est la fête !" :

- La transformation éphémère de la cantine pour fêter les événements du calendrier



« Mission Tri ! :

- La sensibilisation au tri des déchets.



"Mission anti-gaspi" :

- La sensibilisation au gaspillage alimentaire

Vous trouverez dans les pages suivantes les animations proposées aux enfants au cours de ces deux mois.



Sommaire

Les recettes à ne pas manquer

- Mars : Fondant haricots rouges & framboises
- Avril : Pâtes & sauce au pesto, brocolis BIO & haricots blancs



« C'est la fête »

- Mars : Repas de Printemps



Repas festif

- Avril : Menu américain (pendant les vacances)





Les recettes à ne pas manquer

« La recette pas pareille »



Pour développer les goûts des enfants, nos chefs veillent à proposer aux enfants **des menus variés**, colorés, savoureux avec des **recettes connues** et **des produits de saison qui ont du goût**. Ils s'assurent également de **proposer de temps en temps des nouveautés** aux enfants pour les aider à **développer leur panel de recettes fétiches**.

Avec cette recette "Pas pareille", les enfants découvrent un même produit présenté sous deux formes différentes (par exemple en purée et en topping croquant), juste pour **se rendre compte des multiples possibilités de consommer un aliment et avoir de belles surprises gustatives**.

Mars : Fondant haricots rouges & framboises

C'est un dessert à base d'haricots rouges, remplaçant la farine, et de framboise.

Les ingrédients et leurs intérêts

Farine de maïs : apport en glucides complexes.

Crème fraîche : apport de matières grasses.

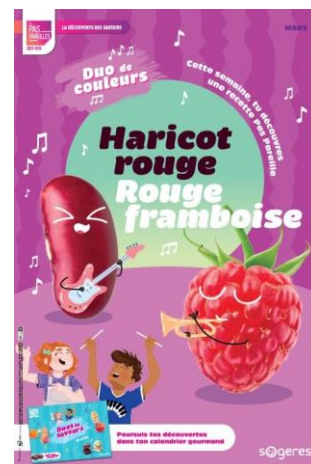
Framboise : apport en fibres, vitamines, antioxydants et glucides.

Haricot rouge : apport de protéines, de glucides, de fibres et de vitamines.

Levure chimique : pour faire gonfler la pâte.

Œuf : apport en protéines animales de bonne qualité.

Sucre : apport en sucre simple pour adoucir le goût final.



Le saviez-vous ? Les haricots rouges font partis de la famille des légumineuses tout comme les lentilles, les flageolets, ou encore les pois cassés. Les légumineuses sont riches en glucides complexes et en fibres ce qui permet la satiété.



Avril : Pâtes, sauce au pesto, brocolis BIO & haricots blancs

Les ingrédients et leurs intérêts

Pâtes : apport en glucides complexes.

Brocolis : apport en fibres, vitamines et minéraux.

Haricots blanc : apport en protéines, en glucides, en fibres et en vitamines.

Pesto : apport gustatif.

Huile de tournesol : pour l'apport en lipides et en onctuosité.



« C'est la fête ! »



Nous célébrons les grandes dates du calendrier en combinant recettes gourmandes dans l'assiette et ambiance colorée dans les salles de cantine. Les équipes de restauration ne sont pas oubliées et revêtent un accessoire dans le thème.

Au mois d'Avril, le printemps est mis à l'honneur.

Mars : Repas de Printemps

Au menu :



Radis roses longs & beurre doux

Quenelles nature & coulis de tomate

Riz

Yaourt

Gâteau moelleux au chocolat & chocolat festif





Repas festif

(Pendant les vacances)

Avril : Menu Américain

Au menu :

Salade coleslaw (carotte BIO & chou blanc BIO)

Hamburger au steak haché de bœuf charolais

Frites au four & dosette de ketchup

Gâteau façon cheesecake & son coulis de framboise



“LA PASSION
DANS TOUTES,
NOS RECETTES”