

Lettre Info du Comité de Restauration Scolaire # 04

Nos rubriques

Le coin du comité pour vous faire part des actions menées, rencontres, sujets de réflexion en cours...

Dans les assiettes pour vous tenir informés de ce qu'il se passe à la cantine et sur le temps méridien

Alim & co pour partager avec vous des informations sur l'alimentation durable

La récré ! parce que manger ça peut aussi être rigolo...

LE COIN DU COMITÉ

Le film « Où sont passées les frites ? »



On a tourné à la cantine !!!

Le tournage de l'enquête sur la disparition des frites à la cantine (!) s'est déroulé les 10, 11, 12 mai. Nicolas Leborgne, le réalisateur, est allé promener sa caméra chez des producteurs qui approvisionnent la cuisine (« Le potager des embruns » à Guissény et « La ferme de Kergo » à Plouider), à la cuisine centrale et à l'école du Petit Prince !

Tous les protagonistes ont joué le jeu à merveille et communiqué leur passion pour leur travail sur le bien-

manger à la cantine, du champ à l'assiette. Les enfants n'étaient pas en reste et ont vécu le tournage comme des professionnels ! 😊 Merci à eux pour leur collaboration et leur naturel ! Ce tournage a permis à tous les acteurs de la chaîne de production de s'exprimer sur le travail effectué depuis plus de 2 ans et ... à en être fiers.

Et pour pouvoir le voir ?

Dévoilé en avant-première le 18 juin, lors de la journée régionale d'essaimage sur l'alimentation durable, il a été projeté aux enfants à la cantine de l'école du Petit Prince le 30 juin, et à celle de l'école du Phare le 1^{er} juillet. Il sera mis en ligne sur les supports de communication de la Mairie et circulera le plus possible dans les événements autour du sujet. Il sera également visionnable sur le triporteur du PAT qui circulera bientôt sur le marché et lors d'événements sur la commune.

DÉFI FAAP Spécial écoles

Que s'est-il passé depuis la dernière Lettre Info ?

Fin avril, les familles ont été accueillies au jardin partagé Les Ancolies pour un atelier sur **comment jardiner au naturel** avec les précieux conseils des bénévoles.

En mai, ce sont Anne, Lucien et Michel de la **ferme des Pâturins**, producteurs de lait bio qui nous ont expliqué le fonctionnement de leur exploitation.

Et pour finir en beauté, la **soirée de clôture** du défi s'est déroulée à la cuisine centrale, avec des plats de saison concoctés par les familles. Pour en savoir plus c'est par [ici](#) !



En pleine action à la cuisine centrale !!



Tournage dans la cour de l'école

DANS LES ASSIETTES

Le flop du houmous de HARICOTS ROUGES

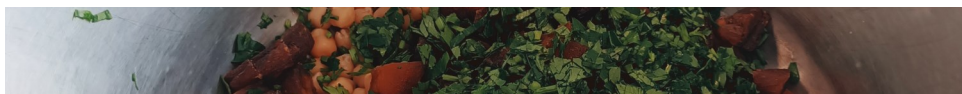


Le 12 mai dernier, les enfants ont eu en entrée un houmous de haricots rouges fait maison servi avec des chips de sarrasin produits par Histoire de Crêpes à Landéda.

Un régal (au moins pour les adultes qui l'ont testé), mais les enfants l'ont malheureusement boudé. Les chiffres des pesées dans les écoles publiques sont sans appel : 44% de ce qui a été livré a été jeté ! Ceci dit, on en reste pas là. Il faut

savoir que pour qu'un nouveau plat soit adopté par les enfants, il faut parfois le servir jusqu'à 8 fois ! L'important aussi est d'expliquer comment il est fait, l'intérêt d'apporter des légumineuses dans les repas quotidiens... Ce que les agents du temps méridien tentent de faire, mais c'est bien aussi quand le même message est porté à la maison. Alors on vous dit tout ici...

La recette. Mixer légèrement les pois chiches (300g) égouttés dans un mixeur en ajoutant un peu d'eau de cuisson (ou du jus de la conserve). Ajouter 3 c. à soupe de tahin (purée de sésame, il y a une recette facile pour en faire maison [ici](#)),

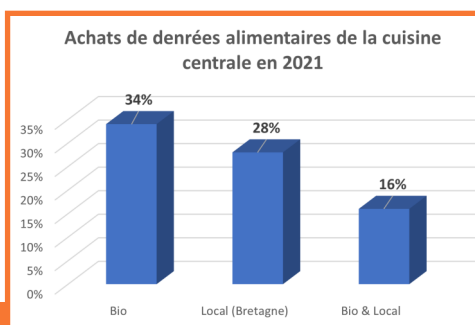


le jus d'1/2 citron, l'ail (2 gousses), le cumin et le sel, et continuer de mixer en incorporant l'huile d'olive petit à petit jusqu'à obtenir une texture homogène et crémeuse.

Intérêt nutritionnel et environnemental.

Riche en potassium, calcium, vitamine B9, le haricot rouge, est une protéine végétale peut coûteuse et qui, associée à une céréale (le sarrasin ici), remplace tout à fait la protéine animale. Moins de viande donc

dans l'assiette, mais la plante cultivée permet aussi de fixer l'azote et donc de réduire l'émission de gaz à effet de serre !



MÉMO : les menus de la semaine ainsi que la recette et l'ingrédient du mois sont mis à jour et accessibles [ici](#) !

ALIM & CO



Cool Food Pro - de l'assiette à la planète !

Nous vous avons parlé du projet COOL FOOD PRO dans notre dernière lettre. Dans cette édition nous allons vous faire un retour sur sa mise en œuvre dans nos cantines !

Aide à la réduction au gaspillage alimentaire Les écoles Sainte Thérèse et St Joseph ont été partantes pour se faire accompagner par Labocéa dans un programme de réduction du gaspillage alimentaire. Trois sessions de pesées des déchets ont été réalisées depuis les vacances de printemps dans chaque cantine : 3 jours les semaines des 25 avril, 16 mai et 20 juin. Le personnel de cantine a également pu bénéficier d'une matinée de formation à la cuisine centrale afin de leur donner des techniques et méthodes pour limiter les déchets. Les pesées sont à prendre à titre indicatif car ne représentent que 9 jours sur les quelques 140 que compte une année scolaire de cantine. Sur les deux premières sessions, la moyenne des déchets par assiette se situe entre 84 et 136g. Des pistes de progrès ont été transmises, comme le fait de goûter aux plats par le personnel de service, la présentation des aliments bruts utilisés dans les recettes, ainsi que la transmission des fiches recettes des plats faits maison pour mieux expliquer aux enfants ce qu'ils vont manger. L'accompagnement va se poursuivre et le prochain rendez-vous est donné à la rentrée !

Faire comprendre ce qu'est une alimentation durable Les enfants des écoles publiques ont quant à eux testé des supports pédagogiques, imaginés et créés par la Maison de Bio et le FabLab de l'UBO, pour expliquer de manière simple et ludique la saisonnalité et la provenance des fruits et légumes et l'impact de l'alimentation sur le réchauffement climatique.



Mais où poussent donc les carottes ?!

LA RÉCRÉ !

Les mots mêlés des LOCAUX

Retrouve les producteurs locaux qui fournissent la cuisine



C	R	G	J	C	A	T	H	V	H	J	L	M	A	Q	I	P	D	G	R
S	N	U	R	B	M	E	S	E	D	R	E	G	A	T	O	P	E	L	O
D	F	M	R	Y	G	S	V	J	K	O	P	E	D	G	I	V	B	R	Y
I	D	R	A	Z	S	D	U	F	I	K	J	C	F	R	V	E	L	O	D
B	G	T	U	I	G	R	O	E	Q	E	J	A	M	P	I	Z	F	R	Y
G	R	J	Y	N	S	D	E	R	H	S	F	B	A	G	V	X	N	L	P
O	J	R	E	T	J	O	X	M	A	S	D	T	Y	H	I	V	F	E	S
V	G	T	Y	H	I	L	N	E	R	D	G	K	L	O	E	D	A	V	P
D	I	O	F	R	B	O	R	D	A	B	O	R	D	I	R	E	F	I	L
H	L	K	C	B	H	U	O	E	U	A	I	L	T	U	S	C	H	E	E
G	J	E	T	U	J	I	B	K	S	B	R	T	U	O	B	V	J	U	D
S	R	R	L	U	F	R	Y	E	B	D	O	E	D	T	R	U	I	X	R
C	T	A	R	U	O	L	H	R	D	A	E	U	T	J	E	B	A	P	U
H	N	R	A	V	A	D	A	G	R	E	K	T	L	K	T	V	M	O	N
I	N	B	O	U	F	T	A	O	F	V	H	U	Y	A	O	T	G	T	G
N	F	E	R	M	E	D	E	S	P	A	T	U	R	I	N	S	N	A	T
E	R	L	U	G	A	D	C	V	T	N	U	M	G	O	S	G	I	G	C
D	F	E	E	Y	D	F	B	J	I	L	P	A	D	E	G	Y	E	E	Q
E	I	G	G	A	F	H	B	T	O	P	M	D	F	G	H	T	F	R	A
R	U	I	N	R	F	C	A	R	U	T	F	V	B	N	U	R	O	T	D

Le Vieux Potager
(légumes bio - Plouguerneau)

Le Potager des
Embruns
(légumes bio - Guisseny)

Ker ar Beleg
(yaourts bio - Tréouergat)

Ferme des Pâturins
(veau bio - Plouvier)

Jampi
(glaces au lait bio - Bohars)

Bord à Bord
(algues - Roscoff)

Viviers bretons
(poisson - Plouguerneau)

Ferme de Kergo
(poulet et porc - Plouider)

Maison du Boulanger
(pain bio - Lannilis)

Kergadavarn
(légumes - Plouguerneau)