

LE PETIT JOURNAL

de la commission





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



"A Table!":

- La sensibilisation au bien-vivre ensemble.



"Mission anti-gaspi":

- La sensibilisation au gaspillage alimentaire



"Les amuse-bouche":

- Les nouveautés du chef à goûter en petites quantités

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







Sommaire

« Les Recettes pas pareilles »

• Mars : Gâteau au chocolat et lentilles vertes

• Avril : Salade de petits pois, fèves, menthe et dés de brebis

« C'est la fête »

• Avril : La fête du Printemps

« Les Amuse-Bouche »

Mars : Confiture de lait

• Avril : Datte







« Les recettes pas pareilles »



Pour développer les goûts des enfants, nos chefs imaginent de nouvelles recettes qui tiennent compte des préférences des enfants et les retravaillent pour y apporter la touche d'originalité qui la crée la surprise. Ils se sont inspirés cette année de grands classiques de la cuisine française et y ont ajouté un ingrédient inattendu. C'est toute la magie de la cuisine, pouvoir se réinventer chaque jour et faire de belles découvertes gustatives.

Mars: Gâteau au chocolat et lentilles vertes (jeudi 24 mars)

C'est une pâtisserie réalisée sur la cuisine, composée de farine, huile de colza, œuf, sucre, chocolat et lentilles vertes.



Le saviez-vous ? Les lentilles sont riches en fer et leur consommation régulière prévient l'anémie. Elles ont d'autres propriétés intéressantes comme leur fort pouvoir rassasiant, ou encore leur concentration en fibre.

Avril : Salade de petits pois, fèves, menthe et dés de brebis

(mardi 5 avril)

C'est une entrée, composée de fèves, petits pois, menthe et de fromage de brebis.



Le saviez-vous ? Les cosses des petits pois peuvent se manger, pour éviter d'ingérer des pesticides privilégier celles qui proviennent d'agriculture biologique, vous pouvez en faire des soupes, des bouillons et même des cosses farcies.







« C'est la fête!»



« Vive la fête du Printemps! »

A chaque événement traditionnel (fêtes de fin d'année, partage de la galette des rois, les crêpes de la Chandeleur) et à chaque moment important dans la vie des enfants (rentrée scolaire, fin de l'année scolaire), nous faisons la fête dans les restaurants. Avec des décors très colorés et des menus spéciaux qui suivent les thèmes, nous apprenons aux enfants à célébrer les moments importants ensemble, dans une ambiance conviviale.

Au mois d'avril, nous organisons un repas gourmand et festif pour célébrer la Fête du Printemps.

Les équipes de restauration apportent la touche en plus en portant eux-mêmes les couronnes de Printemps pour le plaisir des enfants.









« Les amuse-bouches »



C'est une façon rigolote de découvrir de nouvelles saveurs comme un grand!

Une fois par mois, un produit original est servi aux enfants, en petite quantité, dans un contenant identifiable, en plus de leur repas.

raemanable, en plas de lear repas.

Mars: Confiture de lait (jeudi 10 mars)

En mars, nos jeunes convives auront le plaisir de découvrir la confiture de lait.

Les ingrédients et leurs intérêts

· Confiture de lait : apport en glucides simples, en juste quantité



Le saviez-vous ? La confiture de lait est un mélange de lait et de sucre, cuit jusqu'à ce que le mélange épaississe et développe une couleur caramel. On peut la déguster sur des tartines ou encore sur une crêpe, mais elle peut aussi être utilisée dans des recettes, comme une confiture.

Avril: Datte (vendredi 15 avril)

En avril, nos jeunes convives découvriront un fruit sec et plein d'énergie : la datte.

Les ingrédients et leurs intérêts

• Datte : apport en vitamine, minéraux, fibres



Le saviez-vous ? Les dattes sont une excellente source d'énergie pour nos cellules en raison de leur teneur en glucose, en fructose et saccharose, elles permettent aussi de réguler le transit grâce aux fibres qu'elles contiennent.



