



PROJET CANTINE BIO

LES OBJECTIFS

- Introduire une nourriture saine (produits frais, bio, locaux, de saison) et goûteuse (confectionnée sur place le jour même de la consommation),
- Proposer des repas équilibrés (respect des besoins nutritionnels en fonction des âges, diversité culinaire...),
- Transformer le temps du repas en un temps de partage, de sensibilisation et d'éducation au goût pour accompagner l'enfant à devenir acteur de son "bien manger",
- Faire de la cantine une matière à part entière en terme d'éducation,
- Travailler à la diminution/disparition du gaspillage alimentaire,
- Participer à la transformation du territoire par et pour l'alimentation (environnement, économie locale).

3 PILIERS DE REUSSITE
QUALITE/DIVERSITE
DITETIQUE/NUTRITION
LUTTE CONTRE LE
GASPILLAGE

3 ACTEURS
CHE(F)E CUISINE
PERSONNEL SALLE
ENFANTS

QUALITE DES PRODUITS

Nos achats se portent au maximum sur les produits locaux (légumes, fruits, céréales, légumineuses, viandes, oléagineux...) afin de faire vivre les producteurs environnants.

Nous travaillons avec des produits issus de l'agriculture biologique par soucis de l'environnement dans lequel nous vivons mais aussi des enfants que nous nourrissons chaque jour.

Si les produits ne sont pas bio, ils sont naturels, c'est-à-dire nullement traités et achetés chez un producteur/fournisseur dont l'éthique se rapproche de la nôtre.

Côté cuisine, place aux aliments bruts et non raffinés permettant ainsi d'avoir un produit goûteux riches en nutriments, minéraux et vitamines.

DIVERSITE ALIMENTAIRE

Nous optons pour la diversité alimentaire en tous sens !

En premier lieu, en proposant des menus différents qui sont parfois composés de viande, ou de poisson mais aussi végétariens (ces derniers permettant, entre autre, d'équilibrer le coût matière final).

En second lieu, les ingrédients utilisés vont puiser au maximum dans la diversité que nous offre la nature (multitude de céréales avec et sans gluten, laitages animaux comme végétaux, légumineuses, oléagineux...). L'idée est d'amener les enfants à faire connaissance avec tous les produits que la terre nous offre.

Une diversité culinaire qui s'appuie aussi sur la découverte de recettes émanant de différents pays afin d'ouvrir l'enfant et ses papilles à d'autres goûts, textures et cultures.

DIETETIQUE/NUTRITION

Nous faisons le choix d'une diététique axée sur la diminution des protéines et graisses animales. Tout en faisant la part belle aux fruits et légumes, légumineuses, oléagineux, alternatives végétales au calcium, etc... comme le préconise depuis 2016 le Programme National Nutrition Santé (PNNS).

De la manière de cuisiner...

Cette vision alternative nous offre une autre façon d'appréhender la cuisine qui va être soucieuse de préserver par ces cuissons (courtes, vapeur, douces) la qualité nutritionnelle et organoleptique des ingrédients.

Les règles d'hygiène, demandent le maintien en température des plats préparés ou une descente rapide en température, mise au froid et remontée rapide en température. Ce qui a pour conséquence d'altérer les qualités citées ci-dessus. Pour éviter cela, nous effectuons le maximum de cuissons au plus près du service.

Quantité de nourriture et composition des menus

Nous nous appuyons sur les recommandations du GEMRCN (Groupe d'Étude des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition). Guide pratique de la restauration collective, qui propose des grammages d'aliments, correspondant aux besoins des enfants selon leur âge.

Le respect de ces quantités permet de ne pas surcharger leur corps de nourriture inutile en leur donnant ainsi ce dont ils ont tout simplement besoin.

LUTTE CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

C'est ici qu'entrent les acteurs et actrices du projet ! Les rôles du personnel cuisine et du personnel de salle mais aussi celui des enfants ont un impact très fort sur le gaspillage alimentaire.

Côté cuisine, nous allons veiller à une distribution juste de la nourriture. Cela passe par le fait de cuisiner en fonction du nombre réel d'enfants présents le jour J, de bien portionner les ingrédients coûteux (viande, poisson, fromage...), de veiller à ne pas mettre des quantités trop importantes dès le 1er service, d'adapter ensuite aux réels besoins pour resservir et de cuisiner le lendemain les restes non servis.

Côté salle, la mise en place d'un accompagnement pédagogique et ludique au plus près des enfants va être essentiel. Au quotidien, le personnel de salle, vrai relais de la cuisine, propose de goûter chaque plats servis afin de stimuler la curiosité et parfois faire apprécier un ingrédient pas ou peu aimé ! A travers divers jeux de découverte des ingrédients, de réflexion sur les saisons, les pays d'origine des plats, nos modes de consommation, les enfants peuvent développer leur vocabulaire gustatif, culinaire et leur esprit critique.

En début de projet, une table de tri est mise en place dans la salle de restauration. Elle est pourvue de divers sceaux qui vont accueillir les restes (pain, nourriture non consommée, vaisselle utilisée). La quantité de déchets qui se trouve dans ces sceaux permettra de mesurer l'efficacité des différentes actions du projet.