

E

N

Z

A

T

T

E

E



Audit cantines de nos villages : phase 1

Nous avons passé un audit afin de voir si notre cantine et nos restaurants (Saint Just de Claix et Saint Romans) étaient toujours en adéquation avec les normes à respecter pour établir le niveau ECOCERT en cuisine. Nous avons obtenu l'an dernier le premier niveau de certification.

C'est un ensemble de points auxquels il nous est impossible de déroger comme le pourcentage minimum de produits BIO, de produits locaux, de produits Bio Locaux, et une liste importante de tâches à accomplir pour rester éligible à cette distinction autant dans la structure que dans les produits de nettoyage à utiliser ou que les organisations de travail

et la formation.

Après cet audit nous avons conservé le niveau 1 d'exigence, mais nous avons aussi obtenu de très bons résultats sur les statistiques générales, ce qui nous permettrait peut-être de briguer le second niveau.

Suite à cette observation, nous allons avoir un second audit, destiné à valider (ou non) les points qu'il est nécessaire de remplir afin de classer la cantine et les deux restaurants dans ce second échelon d'excellence. Ce second audit se déroulera le vendredi 3 mai prochain.

C'est seulement à l'issu de celui-ci, que nous pourrons vous dire si nos efforts en

terme d'approvisionnement toujours plus qualitatif et de conception des menus, ont porté leurs fruits et que nous pouvons arborer fièrement notre second niveau d'excellence.

A suivre donc ...

Une enquête de satisfaction (basée sur un choix simple de smileys) sera organisée lors de la semaine de rentrée du 29 avril au 3 mai 2019 dans nos deux restaurants.

Nous vous communiquerons les résultats de cette consultation dans le prochain numéro et nous en discuterons lors de la prochaine Commission Cantine.



En Cuisine

On veut du bio à la cantine !



Les vrais chiffres des déchets ...



Ne nous mentons pas !

Les efforts que nous poursuivons pour notre engagement citoyen et en faveur du « bien manger » de nos enfants à travers le Bio, le local et les produits de sai-

son, nous obligent à rester vigilants sur le gaspillage alimentaire. De nombreux points de contrôle sont mis en place par les deux structures (Saint Just de Claix et Saint Romans) mais cela n'empêche pas un vrai ques-

tionnement sur l'accompagnement pédagogique et la réflexion qu'il est indispensable de mener à bien afin de juguler autant que faire se peut le gaspillage alimentaire.

Suite page 2 ...




Afin de comprendre notre raisonnement, nous vous partageons les relevés de 3 repas pris au hasard courant février 2019. Ce tableau est rempli à la fin de chaque service par les personnels des restaurants de Saint Just de Claix et de Saint Romans. Ils nous permettent de suivre avec précision les menus et les plats qui plaisent aux enfants. Il est fréquent néanmoins que certains menus soient plébiscités sur une commune et boudés par l'autre et inversement.






Le premier tableau concerne **Saint Just de Claix** et le suivant **Saint Romans**.

Le retour assiette comprend entrée et plat. Fromages desserts et pain ne sont pas concernés.

La moyenne nationale de retour par assiette (Source ADEM) est de 70 g en primaire.

Saint Just de Claix				
8 février Salade de riz Roti de bœuf Haricots verts	Effectifs : 79 enfants 5 adultes	Restes non consommés : Viande : 340 g Haricots verts : 880 g	Retours assiettes : 2,105 Kg	TOTAL : 26,6 g / personne 
11 février Pâté de campagne Blanquette de veau poireaux	Effectifs : 69 enfants 5 adultes	Restes non consommés : Sauce et viande : 1,5 kg Légumes : 1 kg	Retours assiettes : 2,9 Kg	TOTAL : 78,26 g / personne 
12 février Carottes râpées Beignets de crevettes / Nems Riz cantonnais	Effectifs : 89 enfants 4 adultes	Restes non consommés : Carottes : 200 g Riz : 500 g Nems : 1 Kg	Retours assiettes : 3,1 Kg	TOTAL : 56,5 g / personne 

Saint Romans				
8 février Salade de riz Roti de bœuf Haricots verts	Effectifs : 76 enfants	Restes non consommés :	Retours assiettes : Entrées : 1 kg Légumes : 1 Kg	TOTAL : 26,32 g / personne 
11 février Pâté de campagne Blanquette de veau poireaux	Effectifs : 100 enfants	Restes non consommés : Sauce et viande : 2,5 kg Légumes : 1,3 kg	Retours assiettes : 3,5 Kg	TOTAL : 35 g / personne 
12 février Carottes râpées Beignets de crevettes / Nems Riz cantonnais	Effectifs : 116 enfants	Restes non consommés : Carottes : 800 g Riz : 800 g Nems : 1 Kg	Retours assiettes : Carottes : 4,5 Kg Riz : 3,5 Kg Nems et beignets de crevettes : 3,5 Kg	TOTAL : 121 g / personne 

Lors de la prochaine réunion de la commission cantine, nous allons aborder ce sujet. Il est évident que plusieurs réflexions sont à l'étude, et qu'elles nécessitent un partage et une vraie discussion de fond quant à la suite à donner à notre choix de menus. Les axes de réflexions sont : -1- réorganisation des menus en panachant des produits aimés des enfants avec des légumes très typés BIO (exemple un couscous avec de la graine de blé et non du boulgour) -2- intensifier les formations de notre cuisinière en direction d'une cuisine différente de produits moins courant et entrant dans notre cahier des charges -3- accentuer l'accès à l'information et à l'implication des parents dans le principe de lutte contre le gaspillage, en axant une pédagogie recentrée sur l'ouverture aux goûts nouveaux (relayés dans les foyers), au traitement des déchets (compostages ...), voire miser sur une action plus générale (au niveau de la commune toute entière par exemple) en collaboration avec les écoles et les pouvoirs publics pour sensibiliser l'ensemble des habitants à la lutte contre le gaspillage alimentaire.

Enfin il faut avoir une réflexion d'ampleur sur l'utilisation des fruits non consommés dans nos restaurants.

L'origine des œufs de Pâques

En chocolat, en sucre, peints ou encore cuits : l'œuf est le symbole de la fête de Pâques. Chez les Égyptiens, les Perses et les Romains notamment, l'œuf est un symbole de vie, que l'on s'offrait au printemps. Plus largement, poules et poussins ont également revêtu la même symbolique.

Au Moyen-âge, l'Eglise a interdit de manger des œufs pendant le Carême : ils étaient conservés jusqu'à la fin du jeûne, puis décorés.

C'est au XVIII^e (18)siècle que l'on a eu l'idée de vider les œufs pour les remplir de chocolat pour marquer la fin du jeûne et du Carême. Cette tradition est encore très présente dans certains pays, comme en Allemagne. Les premiers œufs tout en chocolat sont apparus au XIX^e (19)siècle, grâce au progrès des techniques permettant de travailler la pâte de cacao et aux moules proposant des formes de plus en plus variées (rappelle toi l'article de ton Cuit'Zine sur le chocolat) ^^.

Pourquoi les cloches ou les lapins ?

Depuis plusieurs siècles, il est interdit de sonner les cloches des églises catholiques entre le Jeudi saint et le dimanche de Pâques, en signe de deuil. Une tradition que l'on retrouve notamment en France, en Belgique ou en Italie.

On a alors raconté aux enfants que les cloches allaient se faire bénir par le Pape à Rome. En rentrant, elles viennent carillonner et déposent au passage dans les jardins les fameux œufs en chocolat tant attendus par les enfants.

En Allemagne et dans l'est de la France, c'est un lapin (l'emblème de la déesse Ost Ara, symbole de fertilité et du printemps dans la tradition païenne germanique), aux États-Unis, un lièvre... On trouve aussi des coucous ou des cigognes : le généreux donateur de chocolat peut prendre d'autres formes.

On observe parfois des mollusques en chocolat ainsi que des poissons et des coquillages.

Les Belges appellent ces gourmandises des fritures. On dit que c'est en souvenir de la pêche miraculeuse lorsque le Christ s'est montré à ses disciples après sa résurrection, au bord du lac de Tibériade. Ceux-ci venaient de passer une nuit à la pêche sans rien prendre. Il leur dit de jeter le filet à droite de la barque et ils le remontèrent archi plein.

A ton avis quels sont les animaux ci-dessous que tu peux trouver dans le jardin lorsque tu chasses les œufs ?



1

Un petit âne ?



2

Une poule ?



3

Un poisson ?



4

Un poussin ?



5

Un lapin ?



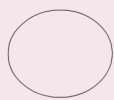
6

Des coquillages ?

1 - non on ne trouve pas d'âne en chocolat
2 - oui les poules en chocolat sont courantes
3 - oui Les poissons en chocolat existent
4 - oui les poussins en chocolat sont fréquents
5 - oui bien sûr les lapins en chocolat sont partout
6 - oui les coquillages sont parfois dans les œufs
en chocolat on les appelle la friture



Je vais te montrer comment dessiner un lapin de Pâques et un poussin. Tu vas voir c'est super facile ...



Commence par dessiner un cercle



Ensuite ajoutes un autre petit cercle comme indiqué sur le dessin

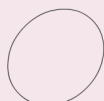


Rajoute les deux petites oreilles de ton lapin

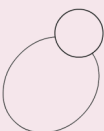


Et tu n'as plus qu'à le colorier pour qu'il soit magnifique.

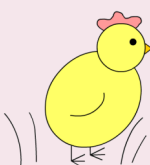
Pour un poussin c'est encore plus simple :



Dessines un ovale légèrement penché



Il suffit de rajouter un petit cercle au dessus



Et voilà, une petite crête
Son œil son bec et son aile
Ses pattes et quelques
brins d'herbe et tu n'as
plus qu'à le colorier



**La recette de Pâques pour les tout petits ...
A faire avec tes parents ...**



Un adorable petit poussin qui sort de son œuf ! une recette rigolote, facile et parfaite pour Pâques par exemple ou pour tous les petits poussins gourmands.

Temps de préparation :
15 minutes
Temps de cuisson :
9 minutes

Les ingrédients :

* œufs * mayonnaise * 1 carotte * olives noires

- Commencez par cuire les œufs 9 minutes dans l'eau bouillante pour obtenir des œufs durs.
- Plongez-les ensuite directement dans de l'eau glacée, pour les faire refroidir rapidement.
- Écaillez les œufs délicatement.
- Coupez les œufs au 2/3 supérieur afin de récupérer les jaunes, sans abimer le reste du blanc d'œuf.
- Gardez bien les chapeaux des œufs !
- Mixez les jaunes avec de la mayonnaise.

La dose idéale : 1 bonne cuillère à café de mayonnaise pour un jaune.

- Remplissez les blancs d'œufs avec votre mixture jaune-mayo.
- Déposez les chapeaux c'est à dire la partie supérieur du blanc d'œuf sur le votre jaune-mayo, disposez-le un peu vers l'arrière.

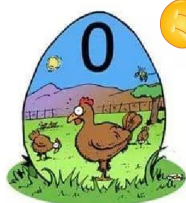
Il ne vous reste plus qu'à décorer vos petits poussins : avec la carotte faites des petits becs et des pattes et avec les olives noires faites les yeux !

Régalez vous



A propos d'œuf ...

Comment décoder les chiffres sur les oeufs



0 = BIO



1 = PLEIN AIR



2 = AU SOL



3 = EN CAGE

Si tu as la chance d'avoir des poules à la maison alors c'est super, mais pour ceux qui achètent leurs œufs il est indispensable de savoir décoder les chiffres pour savoir quel œuf on achète, et comment sont traitées les poules qui les pondent.

Préfères toujours les œufs qui portent les numéros 0 et 1 et évites les autres.