



L'almanach de ma cantine

Mon menu du mois d'octobre

Sommaire

Le menu du mois **P. 1**

Les 4 recettes du mois **P. 2**

Le plan alimentaire **P. 6**

La grille de fréquences **P. 7**

La fiche pratique : les composantes **P. 8**

L'interview : Béatrice Buteau Sauger, diététicienne à la cuisine
centrale de Nantes **P. 11**

Pour aller plus loin **P. 13**



	Lundi	Mardi	Jeu	Vendredi
Entrée	Boulogour aux herbes fraîches	Salade verte aux dés de gruyère	Verrine de betterave rouge au fromage frais	Tomate au basilic
Plat	Poisson pané	Emincé de bœuf champignons	Echime de porc	Polpettes* de viande sauce poivrade
Garniture	Tian de courgettes et tomates	Haricots verts	Haricots coco provençale	Macaronis
Produit laitier	Yaourt nature	Gâteau Anna aux pommes	Brie	Mimolotte
Dessert	Raisin		Reine Claude	Compote aux fruits rouges
Entrée	Œuf mayonnaise	Carottes à la marocaine	Bâtonnets de concombre et son	Salade romaine
Plat	Filet de julienne au four	Sauté d'agneau aux épices	houmous de haricots	Poulet rôti
Garniture	Riz aux petits légumes	Semoule et pois chiches	Lasagnes du marché	Petits pois
Produit laitier	Comté	Edam	Fromage blanc à la vanille	Fromages variés
Dessert	Banane	Pomme		Chou au chocolat
Entrée	Emincé de chou rouge	Pizza Marguerite	Salade de riz	Céleri sauce fromage blanc
Plat	Œuf cocotte	Sauté de porc à la moutarde	Filet de colin à l'aneth	Rôti de bœuf
Garniture	Coquillettes sauce tomate	Fleurilles de brocolis	Epinards hachés béchamel	Frites
Produit laitier	Emmental	Tome blanche	Saint Nectaire	Yaourt aux fruits
Dessert	Salade de fruits	Poire	Raisin	
Entrée	Salade piémontaise	Salade de radis en rondelles	Petites tomates cerises	Salade de lentilles au curry
Plat	Emincé de veau au citron	Parvé de lieu coulis de tomate	Chipolatas grillées	Croquettes panées de dinde
Garniture	Compotée de fenouil	Riz nature	Polenta crémeuse	Gratin de potimarron
Produit laitier	Camembert	Fromage frais sucré	Fromage des Pyrénées	Flan au caramel
Dessert	Quetsche		Pruneaux au sirop	
Entrée	Velouté de courges & carottes	Salade de chou chinois	Terrine de lapin & cornichons	Salades mêlées
Plat	Dos de saumon sauce crème	Rôti de dinde	Omelette	Hachis Parmentier
Garniture	Tagliatelles	Ratatouille niçoise	Chou fleur nature	Fromage fondu
Produit laitier	Crème au chocolat	Fromages variés	Saint Paulin	Compotée de pomme
Dessert		Tarte à la rhubarbe	Poire	

* Petite boulette de viande d'origine napolitaine



Verrine de betterave au fromage frais

N°2

Octobre
2013

ENTREE DE LEGUMES CUITS

Ingédients	Nature	Unité Commande	
Betterave rouge cuite égouttée	Sous vide	gramme	500 g
Fromage frais (vache ou chèvre)	Frais	gramme	200 g
Ciboulette	Frais	Bouquet	1
Sel	Épicerie	Cuillère	1 cuillère à café rase soit 3-4g

Grammages nets assiette

Maternelle Elémentaire Ado Adulte

Grammage net assiette de betteraves

50g	70g	90g	100g
-----	-----	-----	------

Grammage net assiette avec fromage blanc

70g	100g	125g	125g
-----	------	------	------

Cette recette permet de fabriquer

10 parts	7 parts	5 parts	5 parts
----------	---------	---------	---------

Principales étapes de fabrication:

Égoutter les betteraves et les couper en morceaux. Les déposer dans un mixeur avec le fromage frais.

Mixer jusqu'à obtention d'une crème onctueuse. Goûter et rectifier l'assaisonnement si nécessaire.

Dresser cette entrée en verrines à l'aide d'une poche à douilles. A défaut de verrine, vous pouvez utiliser des verres ou des ramequins.

Décorer avec la ciboulette.

Garder au frais jusqu'au moment du service.

Vous pouvez servir cette entrée avec des gressins, ou des mouillettes de pain grillé.

Conseils anti-gaspillages:

S'il vous reste un peu de pain de la veille, vous pouvez le griller et le présenter avec cette recette.



Critère fréquentiel

Entrée n'appartenant à aucun critère de fréquence (légume cuit)

Fréquence: Non soumis à fréquence

- Présence de légumes/fruits de saison
- Présence d'ingrédients bio
- Présence de produits locaux

Coût moyen par portion (à vous de compléter)



Lasagnes du marché

N°2
Octobre 2013

PLAT VÉGÉTARIEN

Ingrédients	Nature	Unité	
Carottes	Frais	Commande	0,5 Kg
Courges	Frais	Kg	0,5 kg
Navets	Frais	Kg	0,5 kg
Oignons	Épicerie	Kg	100 g
Sel et poivre	Épicerie	G	6 g
Pâtes lasagnes	Épicerie	Kg	300 g
Sauce béchamel au fromage	Épicerie	L	1 l. de sauce donner la recette

Grammages nets assiette

Maternelle Élémentaire Ado Adulte

Grammage net assiette	180g	250g	300g	300g
Recettes pour	15 parts	11 parts	9 parts	9 parts

Principales étapes de fabrication:

Eplucher, laver et émincer les légumes (à l'aide d'un robot coupe). Faire suer les légumes en les mettant à feu doux, dans un récipient couvert avec un peu d'eau. Saler.

Préparer la béchamel avec 60g de farine, 50 ml d'huile et 1 l de lait demi-écrémé. Ajouter 100 g de fromage râpé.

Dresser en alternant les plaques de lasagnes, les légumes, la béchamel. Cuire à four chaud (150°C) pendant 45 minutes.

Conseils de saison:

Cette recette peut-être modifiée en fonction des saisons et de la disponibilité des légumes: courgettes, aubergines, épinards, tomates.

Conseils pratiques

Ce plat de faible coût vous permet de garder le cap sur votre budget tout en respectant les fréquences de service des viandes de boucherie et des poissons.

Petit supplément pédagogique:

Un repas sans viande, pourquoi pas ? Le fromage associé aux céréales (blé) assure l'apport en protéines.



Critère fréquentiel

Plat végétarien

Garniture de légumes : 10 sur 20 repas successifs

- Présence de légumes/fruits de saison
- Présence d'ingrédients bio
- Présence de produits locaux

Coût moyen par portion (à vous de compléter)





Gratin de potimarron

N°2
Octobre 2013

Garniture de légumes

Ingédients	Nature	Unité Commande	
Potimarron	Frais	Kg	2 kg
Crème liquide 30%	Frais	L	0,5 L
Jaunes d'œuf	Frais	Unité	4 ou équivalent en brique
Sel	Épicerie	G	8 g
Poivre et muscade	Épicerie	Saupoudrage	Saupoudrage

Grammages nets assiette

Grammage net assiette après cuisson

Cette recette permet de proposer

Maternelle Élémentaire Ado Adulte

100g	100g	150g	150g
10 parts	10 parts	6 parts	6 parts

Principales étapes de fabrication

Laver et couper les potimarrons en gros cubes. Faire cuire les potimarrons à l'eau (éventuellement dans un bouillon)

Mixer les potimarrons, ajouter la crème et les jaunes d'œufs; Assaisonner.

Verser dans un plat à gratin et cuire au four 30 minutes environ.

Conseils pratiques:

Le potimarron ne s'épluche pas, la peau après cuisson devient tendre et facile à consommer.

Conseils anti gaspillages

Que fait-on des blancs d'œuf? On pourra les utiliser pour réaliser des mini meringues qui viendront joliment décorer une crème.

Petit supplément pédagogique

Pour éduquer vos jeunes convives, pensez à garder un potimarron cru, afin que les élèves puissent découvrir ce légume; on pourra le découper, montrer sa chair orange (et non marron!) et la sentir, la toucher. On peut aussi proposer les pépins aux professeurs pour les mettre au jardin!



Critère fréquentiel

Garniture de légumes cuits

Fréquence : 10 services sur 20 menus successifs

- Présence de légumes/fruits de saison
- Présence d'ingrédients bio
- Présence de produits locaux

Coût moyen par portion (à vous de compléter)





Gâteau Anna aux pommes

N°2
Octobre 2013

Pâtisserie

Ingrédients	Nature	Unité Commande	
Pommes fruits	Frais	Kg	0,5 kg de pomme à cuire
Sucre	Frais	G	100 g
Beurre	Frais	g	100 g
Oeufs entiers	Frais	Unité	2
Farine type 80	Épicerie	g	100 g
Levure	Épicerie	Sachet	0,5 sachet ou environ 5 g de levure

Grammages nets assiette

Maternelle Élémentaire Ado Adulte

Grammage net assiette	80g	80g	100g	100g
Cette recette permet de fabriquer	12 parts	12 parts	10 parts	10 parts

Principales étapes de fabrication:

Laver, épépiner et couper les pommes en quartiers. Mélanger les œufs et le sucre, ajouter le beurre fondu puis la farine et la levure.

Ajouter les pommes et verser dans des moules à gâteaux. Cuire au four pendant 40 minutes environ.

Conseils pratiques:

Il n'est pas utile d'éplucher les pommes. Plus vos morceaux de pommes sont petits plus les parts sont faciles à découper. Vous pouvez utiliser un robot coupe pour découper les fruits

Conseils anti-gaspillages:

Le gâteau représente une belle opportunité de valoriser des fruits qui sont irréguliers en calibre ou des fruits un peu « fatigués » qu'on ne veut pas jeter.

Petit supplément pédagogique:

La farine T80 est une farine dont une partie des enveloppes du germe de blé a été conservée. Elle est plus riche en fibres qu'une farine usuelle T55.

Critère fréquentiel

Dessert : pâtisserie n'appartenant à aucun critère de fréquence (contenant moins de 15% de MG)

Fréquence de service : non soumis à fréquence

- Présence de légumes/fruits de saison
- Présence d'ingrédients bio
- Présence de produits locaux



Coût moyen par portion (à vous de compléter)

	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3	JOUR 4
Entrée	Féculents	Crudités & fromage > 150 mg	Légumes cuits	Crudités
Plat	Poisson pané (Plat < 70% de poisson et > 15% de MG)	Bœuf non haché	Porc	Préparation à base de viande (Plat < 70% de viande)
Garniture	Légumes cuits	Légumes cuits	Féculents (légume sec)	Féculents
Produits laitiers	Laitage > 100mg de Ca		Fromage > 100mg de Ca	Fromage > 150mg de Ca
Dessert	Fruit cru de saison	Pâtisserie (Dessert > 15% de MG)	Fruit cru de saison	Dessert sucré
	JOUR 5	JOUR 6	JOUR 7	JOUR 8
Entrée	e > 15% de MG à base de mayo	Légumes cuits	Crudités	Crudités
Plat	Poisson	Agneau non haché	ration à base de protéines végé	Volaille
Garniture	Légumes cuits / Féculents	éculeents (féculents / légumes secs)	Légumes cuits / Féculents	Légumes cuits
Produits laitiers	Fromage > 150mg de Ca	Fromage > 150mg de Ca	Laitage > 100mg de Ca	Fromage au choix
Dessert	Fruit cru de saison	Fruit cru de saison		Pâtisserie (Dessert > 15% de MG)
	JOUR 9	JOUR 10	JOUR 11	JOUR 12
Entrée	Crudités	entrée > 15% de MG entrée chaude	Féculents	Crudités
Plat	Œuf	Porc	Poisson	Bœuf non haché
Garniture	Féculents	Légumes cuits	Légumes cuits	Féculents (frites)
Produits laitiers	Fromage > 150mg de Ca	Fromage > 100mg de Ca	Fromage > 150mg de Ca	Laitage > 100mg de Ca
Dessert	Dessert sucré	Fruit cru de saison	Fruit cru de saison	
	JOUR 13	JOUR 14	JOUR 15	JOUR 16
Entrée	e > 15% de MG à base de mayo	Crudités	Crudités	Féculents (légumes secs)
Plat	Veau non haché	Poisson	Charcuterie (Plat P/L < 1)	Volaille panée (Plat préfrit > 15% de MG)
Garniture	Légumes cuits	Féculents	Féculents	Légumes cuits
Produits laitiers	Fromage > 100mg de Ca	Laitage > 100mg de Ca	Fromage > 150mg de Ca	Laitage > 100mg de Ca
Dessert	Fruit cru de saison		Dessert sucré	
	JOUR 17	JOUR 18	JOUR 19	JOUR 20
Entrée	Légumes cuits	Crudités	entrée > 15% de MG Charcuterie	Crudités
Plat	Poisson	Volaille	Œuf	Préparation à base de viande (Plat < 70% de viande)
Garniture	Féculents	Légumes cuits	Légumes cuits	Féculents
Produits laitiers	Laitage > 100mg de Ca	Fromage au choix	Fromage > 150mg de Ca	Fromage > 100mg de Ca
Dessert		Pâtisserie (Dessert > 15% de MG)	Fruit cru de saison	Dessert sucré

GRILLE DES CRITERES NUTRITIONNELS DE FREQUENCE

N°2 octobre 2013

Objectif nutritionnel	Période de 20 repas successifs	Entrée	Plat protidique	Garniture ou accompagnement	Produit laitier	Dessert réglementaire observée	Fréquence	Préparations comptabilisées
Fibres et vitamines	Crudités de légumes ou fruits frais, contenant au moins 50% de légumes ou de fruits frais	10		0			10/20 mini	Salade verte, tomate au basilic, ratonnets de concomre, salade romaine, émincé de chou rouge, céleri sauce fromage blanc, salade de radis en rondelles, petites tomates cerises, salade de chou chinois, salades mêlées.
	Desserts de fruits crus					8	8/20 mini	Raisin, reine-claude, banane, pomme, poire, raisin, quetsche, poire.
	Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange contenant au moins 50% de légumes			10			10 sur 20	Mix de courgettes et tomates, haricots verts, (riz aux) petits légumes, (lasagnes) du marché, petits pois, fleur de brocolis, épinards hachés, compotée de fenouil, gratin de potimarron, ratatouille, chou fleur.
	Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange contenant au moins 50% de légumes secs, féculents ou céréales			10			10 sur 20	Haricots coco, macaroni, riz (aux petits légumes), semoule et pois chiche, lasagnes (du marché), coquillettes, frites, riz, polenta, tagliatelles, hachis parmentier.
Calcium	Fromages contenant au moins 150 mg de calcium laitier par portion	1			7		8/20 mini	Dés de gruyère, mimolette, comté, edam, saint Nectaire, emmental, fromage des Pyrénées, saint Paulin.
	Fromages dont la teneur en calcium est comprise entre 100 et 150 mg par portion	0			4		4/20 mini	Brie, tome blanche, Camembert, fromage fondu.
	Produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100 mg de calcium et moins de 5 g de matières grasses par portion				1	5	6/20 mini	Yaourt nature, fromage blanc à la vanille, yaourt aux fruits, fromage frais sucré, flan au caramel, crème au chocolat.
Fer et oligoéléments	Viandes non hachées de bœuf, de veau, agneau, ou abats de boucherie		4				4/20 mini	Emincé de bœuf, sauté d'agneau aux épices, rôti de bœuf, émincé de
	Poisson ou préparation à base de poisson contenant au moins 70% d'une portion usuelle de poisson et ayant un P/L ≥ 2		4				4/20 mini	Filet de julienne, filet de colin, pavé de lieu, dos de saumon.
	Préparation à base de viande, poisson, œuf, contenant moins de 70% d'une portion usuelle pour la denrée protidique des plats composés		3				3/20 maxi	Poisson pané, polpette de viande, hachis parmentier.
Matières grasses	Entrées contenant plus de 15% de matières grasses	4					4/20 maxi	Œuf mayonnaise, pizza, salade piémontaise, terrine de lapin.
	Desserts contenant plus de 15% de matières grasses					2	3/20 maxi	Chou au chocolat, tarte à la rhubarbe.
	Produits contenant plus de 15% de matières grasses à frite ou pré-frits		2	1			4/20 maxi	Poisson pané, croquettes panées de dinde, frites.
Sucres	Plats protidiques ayant un rapport P/L ≤ 1		2				2/20 maxi	Chipolatas grillées, hachis parmentier.
	Desserts contenant plus de 20g de glucides simples totaux par portion et moins de 15% de matières grasses				0	4	4/20 maxi	Compote de fruits rouges, salade de fruits, pruneaux au sirop, compotée de pommes.

LA FICHE PRATIQUE : LES COMPOSANTES



1) Les composantes du repas, de quoi parle t-on ?

Le terme de « **composantes** » est souvent utilisé pour désigner le nombre de plats qui composent un menu.

Ainsi, l'entrée, ou hors d'œuvre, est une composante, le plat principal (viande, poisson, œuf, ...) et son accompagnement en sont deux autres, suivi d'un produit laitier (fromage ou laitage), quatrième composante, puis d'un dessert, dernière et cinquième composante.

Composantes	Exemples
Entrée	carottes râpées, salades composées, pâté, rillettes, saucisson, quiche, sardines, friand, ...
Plat principal	rôti, daube, foie, pané façon cordon bleu, filet de poisson, saucisses, omelette, ...
Garniture	riz, pâtes, haricots verts, petits pois, quinoa, brocolis, ratatouille, rougail de légumes, patates douces, ...
Produit laitier	fromages, yaourth, flan, entremets, clafoutis, semoule au lait, petits suisses, fromage blanc, ...
Dessert	compotes, fruits, tartes, crèmes glacées, mousses, gâteaux, biscuits, crêpes, ...

cas particulier des plats composés :
raviolis, moussaka, légumes farcis, hachis Parmentier, couscous, paëlla, brandade de poisson, lasagnes de légumes, ...

À savoir : les termes de "**garniture**" ou d'"**accompagnement**" désignent la même chose, c'est-à-dire la portion de légumes ou de féculents servie avec "**le plat principal**". Dans un plat composé, la garniture est intégrée au plat principal (par exemple dans le hachis Parmentier, la purée de pomme de terre est considérée comme garniture ou accompagnement). Un plat végétarien est constitué quant à lui de légumes ET de féculents. La proportion la plus élevée des ingrédients (légumes ou féculents) permet de déterminer si la garniture est un légume ou un féculent : si la proportion la plus élevée du plat est apportée par les légumes, la garniture sera considérée comme une garniture de légumes ; et inversement pour les féculents.

→ Le saviez-vous ? On retrouve parfois le terme de « **périphérique** » pour nommer les composantes qui « **gravitent** » autour du plat principal et de sa garniture.

2) Qu'exige la réglementation de septembre 2011 ?

Le Code rural et de la pêche maritime, à l'article D230-25, comme l'arrêté du 30 septembre 2011, dans son article 1^{er}, préconisent : "Les déjeuners et dîners servis dans le cadre de la restauration scolaire comprennent nécessairement un plat principal, une garniture, un produit laitier et, au choix, une entrée et/ou un dessert".

Ainsi, la réglementation exige le service de 4 ou 5 composantes, dont nécessairement, un plat principal, une garniture et un produit laitier. En effet, certains nutriments sont très importants en période de croissance (on pense notamment au calcium). Il est indispensable de les proposer au menu des cantines scolaires.

On comprend aussi que, parmi les 4 ou 5 composantes exigées, trois types de composantes sont imposées (plat principal, garniture et produit laitier), libre au gestionnaire ou au cuisinier d'ajouter une ou deux composantes (entrée et/ou dessert).



5) Interview de Béatrice BUTEAU SAUGER - Diététicienne à la Ville de Nantes.

Dans ce numéro d'octobre de l'Almanach des cantines, vous trouverez également l'exemple d'une ville qui alterne menus à 4 composantes et menus à 5 composantes.

En conclusion

Les repas pris dans le cadre de la restauration scolaire assurent non seulement le besoin de se nourrir, mais aussi le besoin d'apprendre tout en respectant ce temps de pause, de plaisir et de convivialité. Le temps du repas est éducatif, il participe à l'éveil des sens, il rythme la journée, il joue un rôle aussi au niveau de la santé des convives. Les menus doivent être construits en tenant compte de tous ces aspects. Ils seront donc composés soit de 5 composantes soit d'une alternance entre 4 et 5 composantes.

↓ L'interview

Béatrice BUTEAU SAUGER - Diététicienne à la cuisine centrale de Nantes.

La commune

Nantes : ville de 285 000 habitants
Située dans le département de la Loire Atlantique

La cuisine

La cuisine centrale, assure la production et la livraison de 13 000 repas/jour, dans 89 restaurants scolaires et 3 000 repas dans les centres de loisirs

Le service

Service à table. Tables de 6
Horaires de la pause méridienne : 12h/14h pour la majorité des écoles
Nombre de services : 2

La composition du menu

Alternance de menus à 4 et de menus à 5 composantes

Les achats de denrées - Coût matière moyen : 1,65€

Fournisseurs de yaourts, lait et fromage : mangerbio 44
Carottes, chou rouge, chou blanc, chou rave, betteraves : produits locaux
Pommes : locales et bio
Poulet label rouge d'Ancenis
Autres denrées : approvisionnement conventionnel

Le témoignage de Béatrice BUTEAU SAUGER à propos des composantes (voir la fiche pratique sur ce sujet)

Depuis quand la ville de Nantes a-t-elle mis en place des menus alternant 4 et 5 composantes ?

→ L'alternance de menus à 4 et de menus à 5 composantes existe à la ville de Nantes depuis plus de 20 ans, bien avant la sortie des recommandations puis des règles nationales. Ils sont servis environ un jour sur deux.

Dans les menus à 4 composantes, quelle composante supprimez-vous le plus souvent (l'entrée ou le dessert) ?

→ Les menus à 4 composantes sont constitués d'une entrée, d'un plat protidique, d'une garniture et d'un produit laitier. Nous ne supprimons jamais l'entrée car elle est souvent l'occasion de proposer des légumes bien consommés par les enfants. Dans notre plan alimentaire, les menus à 4 composantes sont très souvent positionnés les jours où nous avons un féculent en plat principal, ce qui permet d'assurer un bon apport énergétique. Dans les menus à 4 composantes, le produit laitier est servi comme dessert. Les fruits sont plutôt servis dans le cadre des menus à 5 composantes.

Vous arrive-t-il de terminer le déjeuner par un morceau de fromage ?

→ Nous ne terminons jamais le repas sur un morceau de fromage, nous tenons à garder une structure de repas « classique » avec un dessert. C'est pourquoi nous servons un laitage en dessert, comme un yaourt, ou un entremet, etc.



Servez-vous les mêmes quantités dans les menus à 4 composantes que dans les menus à 5 composantes ?

- Dans la mesure où ces menus comportent des féculents en plat principal, nous ne prévoyons pas de quantités plus importantes que celles servies dans les menus à 5 composantes qui comportent plutôt des légumes en plat principal. Les menus à 4 composantes sont suffisamment copieux pour les enfants d'autant qu'ils sont très bien consommés.

Observez-vous des différences en terme de gaspillage en fonction du nombre de composantes ?

- Non, la différence est surtout liée au menu lui-même. Le gaspillage n'est pas lié au nombre de plats servis mais aux mets proposés. Il y a effectivement moins de gaspillage quand on sert des féculents. Pour encourager les enfants à consommer les légumes, nous veillons particulièrement à la qualité des matières premières mises en œuvre, aux assaisonnements.

Est-ce que les enfants et les agents de service ne sont pas perturbés par ces différentes structures de menus ?

- Les enfants consomment les repas sans faire de remarques particulières, qu'ils soient composés de 4 ou de 5 composantes.
- Quant aux agents de service, ils sont formés. Aussi, ils nous interpellent parfois quand ils ont des interrogations sur l'équilibre du menu, par exemple sur la variété des plats servis. En revanche, ils ne nous interpellent pas sur le nombre de composantes. Ils sont habitués à cette alternance de menus à 4 et de menus à 5 composantes qui existe depuis de nombreuses années.

Le conseil que vous auriez envie de donner à vos collègues ?

- Les menus doivent respecter la réglementation, c'est évident. Ils doivent également répondre aux attentes des convives et aux missions de la restauration scolaire : nourrir les enfants, leur permettre de faire des découvertes, d'apprendre, de passer un moment convivial et d'éprouver du plaisir à manger. L'équilibre alimentaire, la notion de 4 ou 5 composantes ne doivent pas constituer une unique finalité. Nous recherchons avant tout à rendre le repas goûteux, source de plaisir et pourquoi pas de surprises.

Pour aller plus loin :

→ Consulter les textes réglementaires

<http://agriculture.gouv.fr/Restauration-scolaire>

→ Consulter les questions/réponses sur la mise en œuvre pratique des obligations réglementaires relatives à l'équilibre des repas en restauration scolaire

<http://agriculture.gouv.fr/Restauration-scolaire>

→ En savoir plus sur le programme « Bien manger dans ma petite cantine »

<http://agriculture.gouv.fr/Programme-bien-manger-dans-ma>

→ En savoir plus sur la charte « Plaisir à la cantine »

<http://alimentation.gouv.fr/charte-cantine>

→ Pour plus d'informations, vous pouvez également contacter votre DRAAF

<http://agriculture.gouv.fr/services-deconcentres>

Télécharger :

<http://alimentation.gouv.fr/outils-almanach-cantines>

Le plan alimentaire (format excel)

La grille de fréquences (format excel)