



édito

Bienvenue et bonne rentrée à tous ! Nos équipes sont heureuses de retrouver vos enfants et ont préparé un accueil de fêtes pour les petits nouveaux : une salle décorée et un menu festif, les ingrédients pour une reprise réussie.

Tout au long de l'année, les équipes du restaurant préparent les repas dans le respect des menus sains et équilibrés conçus par les diététiciens. Petits et grands dégustent ainsi tour à tour recettes fêches, végétariennes ou encore recettes du monde. Chaque création fait l'objet d'un cheminement long, de l'idée initiale à la réalisation finale, et toujours au service du plaisir et du bien-être des enfants. Découvrez dans cette lettre les animations qui rythmeront l'année de votre enfant et une recette gourmande à réaliser en famille. Bonne lecture !

EQUILIBRE / BIEN-ÊTRE

Apprendre le bien-vivre ENSEMBLE



La pause du déjeuner est essentielle pour créer une coupure avec les temps de travail et de concentration du matin. Les équipes de restauration mettent tout en œuvre pour accueillir les enfants dans les meilleures conditions possibles : une organisation efficace pour limiter les temps d'attente, une salle de restaurant décorée pour se sentir bien, des plats colorés et parfumés pour ouvrir l'appétit.

Les enfants font le reste. Comme dans tous les lieux de vie collective, il est essentiel de leur expliquer les bonnes attitudes à avoir pour contribuer à la bonne ambiance générale. C'est l'objectif de la semaine de sensibilisation « A table ! ».

Chaque jour, quelques recommandations simples sont apportées de manière ludique et progressive. Des affichages dynamiques changent chaque jour pour expliquer tour à tour :



Les règles sanitaires à adopter avant de passer à table et les consignes pour bien trier ses déchets



Les règles de vie, de respect et les attitudes à adopter pour lutter collectivement contre le bruit,



L'importance d'adapter son alimentation aux besoins de son corps, savoir se servir selon son appétit,



L'importance d'être curieux et de partir à la découverte de nouveaux saveurs grâce au programme d'animations.

En fin de semaine, les enfants reçoivent un dépliant regroupant tous les messages de la semaine, un résumé du programme d'animations et une carte de membre du « Club de la cantine » à découper.



LES ANIMATIONS DANS LA CANTINE

LES NOUVELLES RECETTES



Les enfants sont naturellement curieux et nous n'hésitons pas à leur faire goûter de nouveaux saveurs. Nous nous appuyons sur des aliments peu connus ou peu appréciés. Nous les cuisinons de différentes manières, en entrée, en plat, chauds ou froids, en version salée ou en version sucrée. Au programme, 12 nouvelles recettes à découvrir tout au long de l'année autour du brocoli, de l'épeautre, des lentilles et des fèves. Des affichettes renseignent sur les bienfaits de ces produits, leur origine botanique, et un grand livre d'or mis à la disposition des élèves permet à chacun d'exprimer son ressenti sur les recettes goûtées.



L'ODYSSÉE DU GOÛT



Pour cette semaine consacrée au goût et à la cuisine française, les chefs ont souhaité mettre en avant dans les menus des aliments-vedette, symboles de nos régions : le chou-fleur, la châtaigne, le riz de Camargue, le pruneau et le Cantal. Ces recettes différentes du quotidien stimulent les sens et tiennent compte des préférences alimentaires des enfants. En fin de repas, chacun reçoit le premier dépliant de la collection « Les voyages de Noa et Papille ». Dans une bande dessinée, les deux mascottes se promènent sur un marché et découvrent l'intérêt de consommer des produits de saisons et de proximité. Une forme ludique pour apporter de nombreux messages d'éducation alimentaire aux élèves. L'Odyssée du goût se poursuivra en Inde en janvier et au Liban en mai.

MISSION ANTI-GASPI



La lutte contre le gaspillage alimentaire est une priorité et fait partie du programme des animations. Intégrée dans l'animation « A table ! » à la rentrée, une seconde sensibilisation est organisée à l'occasion de la « Semaine européenne de la réduction des déchets » en novembre. Grâce à des affichages ludiques et colorés, les enfants adoptent les bonnes habitudes dès le plus jeune âge et sont encouragés à finir leurs assiettes.



RECETTE

GÂTEAU AU CHOCOLAT AUX HARICOTS ROUGES

TEMPS DE PRÉPARATION : 15 MINUTES
TEMPS DE CUSSION : 15 MINUTES

INGRÉDIENTS POUR 8 PERSONNES

- 170 gr de haricots rouges rincés et égouttés
- 2 gros œufs • 35 gr de cacao en poudre non sucré
- 150 gr de sucre en poudre • 60 gr d'huile
- ½ sachet de levure chimique • 85 gr de pépites de chocolat

C'EST PARTI !

- Préchauffer le four à 180°C.
- Graisser un moule avec un peu d'huile.
- Dans le bol de votre mixeur, mélanger les œufs, l'huile et le sucre.
- Ajouter les haricots rouges égouttés et mixez jusqu'à obtenir une consistance lisse.
- Ajouter la levure et le cacao en poudre puis bien remuer.
- Ajouter la moitié des pépites de chocolat et mélanger délicatement.
- Verser la pâte à gâteau dans le moule préparé.
- Saupoudrer avec les pépites de chocolat restantes uniformément sur le dessus du gâteau.
- Mettre au four 40 à 45 minutes suivant l'épaisseur du gâteau et la puissance de votre four.
- Vérifier la cuisson en plantant la pointe d'un couteau. Si elle ressort sèche, le gâteau est cuit.
- Laissez le gâteau refroidir complètement.



#HUMMMMM!!!



Bon appétit !