

COMPTE-RENDU COMMISSION MENUS

« LA CANTINE AU BISTROT »

Mardi 13 octobre 2020

Présents :

Jean-Christophe PIK, maire de Valernes
Claude Rolland, conseillère municipale
Nathalie, restauratrice du Bistrot de Valernes
Sandrine, restauratrice du Bistrot de Valernes
Audrey Laugier, maman d'Estelle
Dolène Dewaele, maman d'Ingrid
Ingrid, élève de CM2
Yanis, élève de CE2
Julie Demarcq, enseignante de l'école de Valernes
Anne-Cécile Peyronel, diététicienne

Objectifs de la commission :

- Faire un tour de table pour faire un point sur la période écoulée
- Présenter les menus pour la période à venir et échange/réajustement
- Discuter autour d'un thème : les menus végétariens

1) Tour de table

Voici les mots proposés pour qualifier la 1ère période écoulée :

Qualité : des produits, repas, services

Environnement

Fierté : ressentie par les enfants à l'occasion de l'article de journal et du reportage TV

Réactivité

Moment calme : les enfants ont plus le temps de discuter et manger à leur rythme

Bons souvenirs

Convivialité : moment agréable du repas avec parfois la musique, les repas sur la place du village

Découverte : nouveaux menus, plats, une cuisine différente parfois de la maison. Les repas du midi sont l'occasion de discuter le soir de tout ce qui touche à l'alimentation

Proximité : qui permet d'échanger quasiment au quotidien (diététicienne/restauratrice/Marie-Paule/enfants...)

Equilibre alimentaire

Jean-Christophe évoque les retours positifs de la France entière à la suite du reportage TV.

Nathalie et Sandrine sont satisfaites, elles ont davantage de temps pour pouvoir servir les enfants.

Elles demandent à chaque enfant de goûter chaque plat et il y a de moins en moins de déchets.

Il y a toujours un peu de gaspillage mais celui-ci est aléatoire et correspond au fait que les enfants n'ont pas tous les mêmes goûts.

Les sauces sont servies à part afin que chaque enfant puisse manger même s'il n'aime pas le plat ou l'accompagnement.

Un plat à part est systématiquement proposé à l'enfant intolérant au lactose lorsqu'il y a des produits laitiers.

Une fois par semaine un pain bio du boulanger de Thèze est proposé (vendredi) et les enfants l'apprécient. Il s'agit pour l'instant de pain ½ complet ou aux graines mais d'autres pains seront par la suite proposés (petite épeautre,...) pourquoi pas également le mardi.

Les menus bistrots sont très appréciés. Le choix qu'il leur a été soumis lors du menu moules/frites était super !

Un menu de pays étranger sera proposé une fois par mois. Le 1er étant le menu indien à l'occasion de la semaine du goût.

Les enfants demandent à ce qu'il y ait davantage de légumes en accompagnement.

Il est expliqué que les menus se composent obligatoirement de :

- un apport en protéines (animales ou végétales)
- de légumes crus ou cuits
- de féculents
- un produit laitier
- 1 fruit cru / cuit / un dessert sucré ou pâtisserie (1 fois par semaine maxi)

Lorsque l'accompagnement est un légume, l'entrée ou le dessert comprend des féculents. A l'inverse lorsque l'accompagnement est un féculent, l'entrée est un légume.

Il est envisagé de proposer davantage de « duos » légumes/féculents.

Les menus comportent un poisson par semaine ainsi qu'un menu végétarien (pas de protéines animales excepté les œuf et produits laitiers).

A ce titre il est évoqué le fait qu'un enfant ait trouvé des arêtes dans le poisson préparé à savoir du cabillaud. Il est expliqué qu'il n'est pas contre-indiqué de servir du poisson contenant des arêtes à des enfant d'école primaire. Nathalie et Sandrine précisent que les poissons commandés sont essentiellement du cabillaud ou colin en filets, poissons recommandés en restauration collective pour leur teneur faible en arêtes.

L'huile utilisée est parfois de l'huile d'olive. Il est évoqué l'éventualité d'utiliser en assaisonnement une huile riche en oméga 3 telle que l'huile de noix ou colza pour leurs nombreuses vertus.

Le travail autour des produits labellisés (bio, locaux,..) a commencé. Il sera communiqué sur les menus et à partir de la rentrée.

Les demandes des enfants lors de ma visite mensuelle ont été prises majoritairement en compte et certains menus demandés ont été intégrés dans les menus d'octobre (gnocchis, nuggets, glaces, carottes râpées,..) D'autres seront positionnés dans les mois à venir mais il est expliqué que je suis tenue de respecter les recommandations de fréquence (exemple des produits frits : 4 maxi sur 20 repas consécutifs).

2) *Présentation des menus à venir*

Rien à signaler en particulier. Des petits réajustements seront effectués à la suite de la commission

3) *Echanges autour des menus végétariens*

Obligation de proposer une fois par semaine un menu végétariens. Les menus de ce début d'année ont plus ou moins plu.

Ceux qui ont plu : hachis parmentier végétarien, lasagnes/pennes végétariennes, le koshari égyptien (curiosité pour tout le monde qui a eu beaucoup de succès... recette à venir pour les parents...)

Ceux qui ont moins plu : gratin polenta/petits pois, omelette (à la grande surprise)

Propositions de plats végétariens : lasagnes épinards/chèvre/miel

Autres propositions pour les menus : soupes en entrée, pommes de terres fondantes au four, patate douce, plats avec des châtaignes, topinambours , wrapps, crozets, gésiers, foie d'agneau, légumes en beignets.

Propositions des enfants : raclette, tartiflette, fondue, pâtes au pesto, escalope panée (aïe, aïe, aïe l'équilibre alimentaire!!!!)

Autre sujet abordé :

Julie expose le partenariat prévu au printemps avec la professeur d'italien du collège autour des pâtes Italiennes. Julie demande s'il est possible de cuisiner des recettes au bistrot. Sandrine et Nathalie proposent que cela se fasse un après-midi. Pourquoi pas proposer un moment convivial aux parents pour goûter les préparations par la suite ??

Merci à tous et bonnes vacances!

Prochaine commission : courant décembre