

Compte rendu 2^{ème} session

Selon le décret n° 2011-1227, je vous propose des modifications de menus que vous trouverez en pièce jointe, afin de respecter certaines consignes.

Il reste au cuisiner de finaliser ce menu selon les denrées à sa disposition.

Menus de l'école primaire de la fondation de Lycée Français « Anna de Noailles »

Entrées :

La fréquence des soupes en entrée est excessive, car il faut plus souvent de crudités (10/20 repas), je propose d'alterner et considérer la soupe comme un légume cuit ou féculent. Il faudra conserver la composition et valeur nutritionnelle des préparations industrielles pour une analyse sur place.

Il faut limiter les plats gras > 15% de lipides

- en entrée : 4 sur 20 repas (à base de mayonnaise, charcuterie, feuilletés...)
- en plat principal : 4 sur 20 repas

Plat principal :

Il est demandé de varier les plats et je vous joins la fréquentation des plats selon les recommandations du GEMRCN.

La volaille étant trop souvent servie, je propose à la place :

- une viande NON HACHEE de bœuf ou de veau ou d'agneau, (l'abat n'étant pas apprécié des enfants), soit 4 sur 20 repas consécutifs,
- du poisson qui doit être présent aussi chaque semaine.

Toutes les préparations qui ne sont pas « maison », je n'ai pu analyser la teneur en protéines de certains plats comme les farcis, reconstitués

Il est obligatoire de conserver les emballages pour la liste des ingrédients et de connaître la valeur nutritionnelle du plat industriel.

Pour le plat cuisiné « maison », une fiche technique doit être établie également afin de définir si l'apport en protéine est suffisant et si le plat n'est pas trop gras.

Il faut apporter 10 plats de légumes et 10 plats de féculents en accompagnement du plat principal pour 20 repas consécutifs.

Les mélanges légumes/féculents doivent apporter 50/50 ou non et adapter l'entrée ou le dessert en conséquence.

Produit laitier :

Il est demandé de fournir UN PRODUIT LAITER à chaque déjeuner ou dîner, ce qui n'est pas toujours le cas car il n'y a que 4 plats proposés.

J'ai inséré un produit laitier parfois dans l'entrée ou le plat chaud quand il n'y a pas de dessert lacté prévu.

Je rappelle que la crème n'est pas un produit laitier source de calcium mais un corps gras donc qu'il ne peut le remplacer, il faudrait donc mettre du lait dans les purées.

La ration étant de 125 ml de lait/personne ou 20 g de gruyère râpé/personne pour insertion dans les plats.

Dessert :

Il faut 8 fruits sur 20 repas consécutifs soit 2 /semaine.

La salade de fruits frais en faisant parti : salade d'orange en hiver.

J'ai trouvé très peu de variété dans les desserts, je propose de varier les laitages : yaourt nature sucré, aux fruits, fromage blanc et dans la même catégorie j'ai ajouté des desserts lactés (flans, crème caramel, entremets).

On peut aussi proposer des fruits cuits : compote, pomme au four, poire au chocolat, cocktail de fruits...

Fait à Genas, le 23 octobre 2014

Par Patricia APAIX –RATTON
Diététicienne Nutritionniste