À Table

> A savoir :
Vous pouvez retrouver l'ensemble des menus sur le site internet : www.grenoble.fr dans la rubrique « éducation », « restauration scolaire » puis « au menu des cantines ».

janvier - février 2012 • Lettre de la Restauration Scolaire

Qualité nutritionnelle : Grenoble aux petits oignons

Depuis quelques semaines, un décret rend obligatoire «la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire». Si ce décret ne change pas les menus proposés chaque jour à nos écoliers, c'est parce que Grenoble, en bonne élève, collait déjà aux recommandations officielles. Eclairage.

«En fait, les normes nutritionnelles que préconise la nouvelle loi pourraient tenir en trois points», résume Romain Giroud, diététicien du service restauration.

• **la composition des menus :** elle se décline en 4 ou 5 plats, avec plat principal (apport de protéines) + garniture + produit laitier et dessert obligatoires.

• **le plan de fréquence des aliments :** chaque catégorie d'aliments (légumes cuits, crus, viande de bœuf, poisson…) doit être servie un nombre de fois bien défini, sur un cycle de 20 repas successifs.

• **les «grammages» :** cela veut dire que les portions alimentaires sont servies en fonction des trois «types» de public qui mangent dans nos restaurants scolaires (élèves de maternelle, d'élémentaire, et personnel encadrant).

Toutes ces règles, la Ville de Grenoble les suivait déjà avant l'application de cette loi, comme le rappelle Romain Giroud : «Avec les équipes de la cuisine centrale, nous avons toujours veillé à élaborer des menus à cinq composantes, variés, et équilibrés.»

Faire apparaître le détail des produits de saison

Alors, dans le fond, on peut se le demander, que va-t-elle changer, cette loi ?
« Un point du décret précise que, dorénavant, nous sommes tenus d'indiquer distinctement les produits de saison entrant dans la composition des repas ».
Exit donc la simple mention «fruit», les nouvelles planches de menus (voir au verso) font désormais apparaître clairement les pommes, poires et autre clémentines servies en hiver ; cerises, et autre fraises, au printemps.
«Cela nous donne l'occasion de souligner ce que l'on s'efforce de faire depuis longtemps, en matière de développement durable et d'aide aux producteurs locaux» précise R. Giroud.
En effet, les «pommes bio» de Savoie, tout comme les «poires du Vercors», font partie des mets régulièrement servis aux écoliers grenoblois. Au même titre que les «lentilles bio» et le «carré du Trièves», «les saucisses de la Matheysine»… Miam !

Rédaction : Simon VEYRE

Galette des Rois 2012, la frangipane en valeur sûre

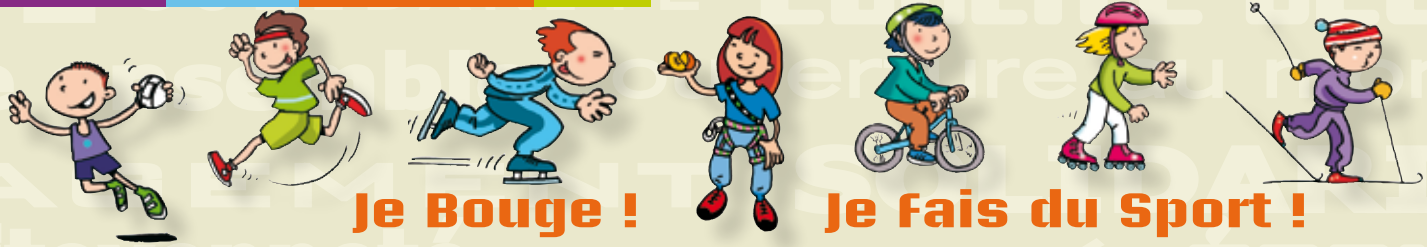
On ne présente plus l'Epiphanie, cette fête traditionnelle gourmande qui sacre chaque année son lot de petits rois et reines partout en France. Cette année encore, les équipes de la restauration scolaire ont organisé une petite dégustation en interne, pour choisir la meilleure galette à servir aux jeunes Grenoblois. Pas de révolution au programme, puisque c'est la frangipane, toujours aussi appréciée des petits (et des grands), qui a été sélectionnée.
Quel(s) petit(s) veinard(s) obtiendra la fève, synonyme de couronne cette année ? Réponse le vendredi 6 janvier dans tous les restaurants scolaires grenoblois !

le Projet Éducatif Grenoblois
Une Chance pour Chacun

> Attention :

L'unité **Relations aux Familles du Service Restauration** est joignable du lundi au vendredi entre 8h et 15h au **04 38 75 00 72**

Grenoble.fr



Je Bouge ! Je Fais du Sport !

J'adapte mon alimentation

Semaine du 2 au 6 janvier

	Lundi	Mardi	Mercredi Centre de loisirs	Jeudi	Vendredi
Entrée :		POIREAU VINAIGRETTE	CÉLERI RÉMOULADE	CAROTTES RÂPÉES	SALADE VERTE
Plat :		BRANDADE DE POISSON	PAVÉ DE COLIN	SPAGHETTIS «BIO» BOLOGNAISE AU GRUYÈRE (BF) SVI : SPAGHETTIS AU THON	SAUTÉ DE VEAU SVI : OMELETTE AU FROMAGE
Garniture :			PURÉE SAINT GERMAIN		GRATIN DE COURGE
Fromage :		CAMEMBERT	GOUDA	CARRE DE L'EST	YAOURT NATURE SUCRÉ
Dessert :		POIRE «BIO»	COMPOTE D'ANANAS	CRÈME DESSERT VANILLE	GALETTE DES ROIS
		PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»

Semaine du 9 au 13 janvier

	Lundi	Mardi	Mercredi Centre de loisirs	Jeudi	Vendredi
Entrée :	BETTERAVES PERSILLÉES	SAUCISSON/ BEURRE SVI : TERRINE DE LÉGUMES MAYONNAISE	SALADE DE BLÉ (OLIVES VERTES, MAÏS, POIVRONS)	SALADE PANACHÉE	QUICHE AU FROMAGE MAISON
Plat :	SAUCISSE DE TOULOUSE SVI : MENU FROMAGE	OEUFS DURS FLORENTINE (ÉPINARDS HACHÉS À LA CRÈME)	DOS DE COLIN A L'OSEILLE	BŒUF BOURGUIGNON (BF) SVI : FILET DE MERLU SAUCE SAFRANÉE	SAUMONETTE GRENOBLOISE
Garniture :	LENTILLES		SALSIFIS À LA BÉCHAMEL	GRATIN DAUPHINOIS	CAROTTES PERSILLÉES «BIO»
Fromage :	TOMME DES PYRÉNÉES	EMMENTAL «BIO»	FRAIDOU	BRIE	FROMAGE BLANC BATTU SUCRE
Dessert :	POMME	GÂTEAU DE SEMOULE	CLÉMENTINES	COCKTAIL DE FRUITS AU SIROP	BANANE
	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»

Semaine du 16 au 20 janvier

	Lundi	Mardi	Mercredi Centre de loisirs	Jeudi	Vendredi
Entrée :	SALADE COLESLAW	BETTERAVES/ MAÏS	MACÉDOINE DE LÉGUMES	PIZZA FORESTIÈRE	SALADE VERTE
Plat :	GIGOT D'AGNEAU SVI : PAVE DE COLIN MEUNIÈRE	POISSON PANÉ/CITRON	SAUTÉ DE BŒUF À L'ESTRAGON (BF) SVI : THON À LA NIÇOISE	ÉMINCE DE VOLAILLE SAUCE SUPRÊME SVI : OMELETTE NATURE	QUENELLES SAUCE TOMATE (OLIVES, CHAMPIGNONS)
Garniture :	RIZ BYRIANI	GRATIN DE CHOU-FLEUR	POMMES BOULANGÈRE	HARICOTS VERTS À L'AIL «BIO»	BOUCHÉE
Fromage :	TOMME GRISE	SAINT PAULIN	FROMAGE BLANC BATTU SUCRE	PETITS SUISSES + SUCRE	GOUDA
Dessert :	CLÉMENTINES «BIO»	CHOU VANILLE	POMME	ORANGE	PÊCHE AU SIROP
	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»

Semaine du 23 au 27 janvier

	Lundi	Mardi	Mercredi Centre de loisirs	Jeudi	Vendredi
Entrée :	SALADE PANACHÉE	SALADE DE POIS CHICHES	DUO DE CHOUX RÂPÉS	TERRINE DE LÉGUMES MAYONNAISE	CAROTTES RÂPÉES VINAIGRETTE
Plat :	STEAK HACHÉ AU JUS (BF) SVI : MOELLEUX TOMATE-MOZZARELLA	PAVÉ DE COLIN A L'ANETH	PAUPIETTE DE VEAU SVI : OMELETTE BASQUAISE	SAUTE DE PORC DIJONNAISE SVI : DÉS DE SAUMON A LA CRÈME	MENU FROMAGE
Garniture :	PURÉE DE POMMES DE TERRE «BIO»	GRATIN DE POIREAUX	RIZ AUX PETITS LÉGUMES	TORTIS COULEUR	HARICOTS BEURRE À L'ITALIENNE
Fromage :	COULOMMIERS «BIO»	SAINT NECTAIRE	CAMEMBERT	TOMME BLANCHE	YAOURT AROMATISÉ
Dessert :	CREME DESSERT CHOCOLAT	POMME	PRUNEAUX AU SIROP	CLÉMENTINES	FAR BRETON
	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»

Semaine du 30 janvier au 3 février

	Lundi	Mardi	Mercredi Centre de loisirs	Jeudi	Vendredi
Entrée :	POMÉLO + SUCRE MAT : JUS DE PAMPLEMOUSSE	TABOULÉ	SALADE DE HARICOTS VERTS	CÉLERI RÉMOULADE	SALADE DE LENTILLES
Plat :	FILET DE HOKI A L'AMÉRICAINE	CUISSE DE POULET RÔTIE «BIO» SVI : TARTE AUX LÉGUMES	PAVE DE COLIN MEUNIÈRE	SAUTÉ DE BŒUF AUX OLIVES (BF) SVI : FILET DE MERLU SAUCE CITRON	GALETTE D'ÉPEAUTRE «BIO»
Garniture :	RIZ CREOLE «BIO» /COMMERCE ÉQUITABLE	PETITS POIS AU JUS	POMMES VAPEUR	NAVETS AU JUS	CAROTTES BRAISÉES
Fromage :	EMMENTAL	CANTAL	SAINT PAULIN	FROMAGE BLANC BATTU SUCRE	SAMOS
Dessert :	COMPOTE DE POMMES	POIRE	CLÉMENTINES	BEIGNET AU CHOCOLAT	ANANAS
	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»

Semaine du 6 au 10 février

	Lundi	Mardi	Mercredi Centre de loisirs	Jeudi	Vendredi
Entrée :	MACÉDOINE DE LÉGUMES	SARDINES/ CITRON	BETTERAVES CRUES VINAIGRETTE	SALADE VERTE	SALADE DE HARICOTS BLANCS ET ROUGES
Plat :	LONGE DE PORC SAUCE CHAMPÊTRE SVI : PAUPIETTE DE POISSON	TORTILLAS (OMELETTE POMMES DE TERRE ET OIGNONS)	QUENELLES SAUCE TOMATE (CHAMPIGNONS, OLIVES)	SAUTE DE VEAU MARENGO SVI : DOS DE COLIN BASQUAISE	SAUMON À LA CRÈME
Garniture :	COQUILLETTES «BIO»	ÉPINARDS HACHES A LA CRÈME	BOUCHÉE	POLENTA	PURÉE DE CÉLERIS
Fromage :	SAINT NECTAIRE	YAOURT NATURE SUCRÉ «BIO»	TOMME BLANCHE	SAINT BRICET	CAMEMBERT
Dessert :	CLÉMENTINES	POIRE	COMPOTE POMME-BANANE	GLACE BÂTONNET VANILLE	ÉCLAIR AU CHOCOLAT
	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»	PAIN «BIO»

Mat : remplacement pour maternelles, SVI : sans viande
(BF) : Bœuf «race à viande» origine France,
Les menus sont susceptibles de changements de dernière minute

Grenoble.fr

Direction de la Communication et de l'Animation - Conception W&Z - Illustrations G.Crisci- Impression sur papier sans chlore - Ne pas jeter sur la voie publique