



MON ENFANT MANGE AU RESTAURANT SCOLAIRE...

Qui fabrique les repas ?

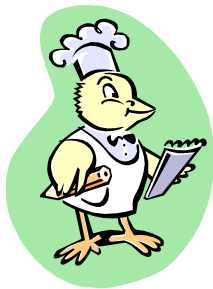
La cuisine centrale municipale fabrique 4200 repas par jour destinés essentiellement aux enfants scolarisés de Maisons-Alfort. Les plats chauds sont cuisinés et livrés le jour de leur consommation (=liaison chaude).

Qui compose les menus ?

Le service restauration dispose d'une diététicienne qui élabore les menus dans le respect de l'équilibre alimentaire.

Ils sont composés de 5 éléments :

- une entrée
- un plat protidique (viande ou poisson ou œuf)
- une garniture (légumes et/ou féculents)
- 1 produit laitier
- 1 dessert



Pourquoi un repas équilibré ?

Une alimentation saine et équilibrée est nécessaire au bon développement physique et intellectuel de votre enfant. Elle lui permettra de bien grandir et de lutter contre l'excès de poids.

Qu'est-ce qu'un menu équilibré ?

Il est composé au minimum de :

- 1 aliment riche en protéines (viande ou poisson ou œuf)
- 1 aliment cru (entrée ou dessert)
- 1 féculent (entrée ou garniture ou dessert)
- 1 produit laitier
- du pain
- de l'eau

Les légumes en garniture sont servis en alternance avec les féculents au moins deux fois par semaine.

A cela peuvent s'ajouter d'autres éléments judicieusement choisis en fonction de l'équilibre alimentaire du menu.

Quelles quantités sont servies à mon enfant ?

Les quantités servies sont conformes au décret n°2011-1227 du 30 septembre 2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire.

Elles sont calculées en fonction des besoins nutritionnels des enfants par tranche d'âge.

Les fêtes au restaurant

L'année scolaire est rythmée par des "repas plaisir" dont les thèmes diffèrent chaque année. Ils ont pour objectif d'éveiller la curiosité des enfants en leur faisant découvrir de nouvelles préparations et saveurs.

Le goût s'éveille comme on apprend à lire !

