

A photograph of three children sitting at a wooden table in a bright school cafeteria. They are eating a meal consisting of bread, fruit (grapes, watermelon, banana), and a drink. The child in the foreground is a young girl with dark skin, looking towards the camera. The child in the middle is a blonde girl, and the child in the background is a girl with red hair. The text 'Nos actions pour vos enfants : Manger mieux, manger sain' is overlaid in a light blue box at the top right.

**Nos actions pour vos enfants :
Manger mieux, manger sain**

**La restauration scolaire au cœur
des préoccupations de la ville**

**Bien manger,
bien bouger,
sont 2 clés
essentiels
pour voir grandir
nos enfants.**

Madame, Mademoiselle, Monsieur,

Bien manger, c'est le début du bonheur, mais surtout d'une bonne santé ! C'est un enjeu vital à plus d'un titre, à la fois pour nous-mêmes, mais aussi pour préserver la planète. Nous sommes convaincus qu'il s'agit d'un des sujets majeurs de notre société en ce début de XXI^e siècle.

Une nourriture trop riche, trop sucrée et trop salée est bien souvent la marque d'une mauvaise alimentation. Ce constat nous pousse à agir !

J'ai, avec la Maire-Adjointe déléguée aux Affaires Scolaires, un objectif clair : proposer aux enfants des assiettes de qualité et équilibrées.

En suivant les recommandations du Programme national nutrition santé, nous avons pu imposer une charte qualité à notre prestataire de la restauration scolaire. Les circuits courts de production et de consommation sont favorisés et nous veillons à utiliser plus des produits issus de labels français et biologiques. Des activités de sensibilisation autour des aliments et la connaissance des besoins du corps pour se construire et bien se développer complètent ce travail.

Au menu de ce document, vous trouverez une explication de la démarche que j'ai initiée avec mon équipe dans ce domaine. Il détaille les actions que nous entreprenons pour améliorer la qualité et l'expérience de cantine des enfants : de la validation des repas par une diététicienne et par des commissions de menus, au contrôle des provenances des produits labellisés et bio en passant par le respect des saisons.

Ces bonnes habitudes alimentaires doivent dépasser le cadre de l'école pour être totalement efficaces. En effet, les enfants prennent dans nos établissements seulement 4 des 21 repas qu'ils ont chaque semaine ! Nous souhaitons donc faire de ces temps de restauration de vrais moments de plaisir, de découverte et d'échanges. La connaissance des bons produits, des bons usages et des quantités adaptées sont des préalables pour manger une nourriture saine et éviter le gaspillage.

Je vous souhaite une agréable lecture !

Le Maire de Meaux

Les chiffres clés 2018/2019

139 >> Jours de restauration par an pour un enfant déjeunant à l'école

125 >> Jours de restauration par an en période de vacances scolaires Pour un enfant déjeunant en accueil de loisirs

3 200 >> c'est le nombre moyen par jour, de repas servis aux petits meldois dans nos établissements scolaires

45 844 >> Repas fournis par an par les accueils de loisirs

120 >> Petits déjeuners servis aux enfants en extra-scolaire par jour

110 >> PAI (Projet d'Accueil Individualisé) fournis par jour dans les établissements scolaires

Jours de restauration par an Pour un enfant déjeunant en accueil de loisirs le mercredi << **37**

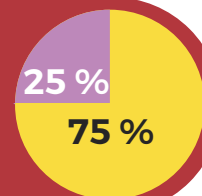
C'est le + grand nombre de repas servis sur une journée à Meaux << **3 515**

Repas fournis par an aux petits meldois dans nos établissements scolaires << **444 800**

Coûters servis par jour au périscolaire << **620**

Coût moyen d'un repas Prix au regard de la proportion par tranche << **3,85€**

Budget annuel (75% financés par la ville et 25% par les familles) << **5,3 M^{ns}€**



La municipalité s'engage dans des actions concrètes !

Plus de 3200 enfants déjeunent quotidiennement dans les restaurants scolaires. Nourrir les petits meldois constitue donc une responsabilité importante qui nous engage. En plus de servir des repas en lien avec les recommandations nationales, nous participons à l'apprentissage des enfants au « bien manger » en les éduquant, grâce à des animations autour du goût et des ateliers ludo-pédagogiques.

NOS OBJECTIFS

- ▶ nourrir
- ▶ éveiller les sens
- ▶ créer du lien
- ▶ transmettre

Les animations autour du goût



Toute l'année des activités et animations sont proposées dans les restaurants scolaires. Les thématiques sont en lien avec les saisons, les grands temps forts de l'année ou encore la découverte d'une région, d'un produit... Certains thèmes peuvent être proposés par les enfants eux-mêmes. À la fois ludiques et éducatifs, les ateliers permettent d'apprendre et compléter les connaissances des enfants sur différents sujets. Il peut s'agir des aliments, leurs fonctions pour le corps, la nutrition, l'hygiène...

Aller plus loin pour nos enfants !

Hygiène

Utiliser des produits de nettoyage respectueux de l'environnement, obliger les enfants à se laver les mains avant les repas...

Sécurité alimentaire

Supprimer les produits avec pesticides, bannir les substances controversées, augmenter la part de bio dans l'assiette, améliorer la traçabilité des produits et proposer des produits régionaux (à moins de 100 km).

Emballage

Supprimer les emballages plastiques qui conditionnent les repas et utiliser des emballages à base de cellulose recyclables ou en inox.

Gestion des déchets

Mettre dans tous les restaurants scolaires des poubelles permettant de récupérer les déchets alimentaires pouvant être méthanisés ou lombricompostés. ▼

5 restaurants scolaires sont concernés cette année avec une sensibilisation commencée en décembre 2018.



Dans le cadre de projets éducatifs portés en collaboration avec les écoles meldoises, nous proposons de développer des potagers scolaires afin que les enfants découvrent la culture de produit et son évolution de la semence à la récolte jusqu'à l'assiette !

(Tomates, aromatiques, courgettes, salades, framboises, fraises...)



POTAGER SCOLAIRE



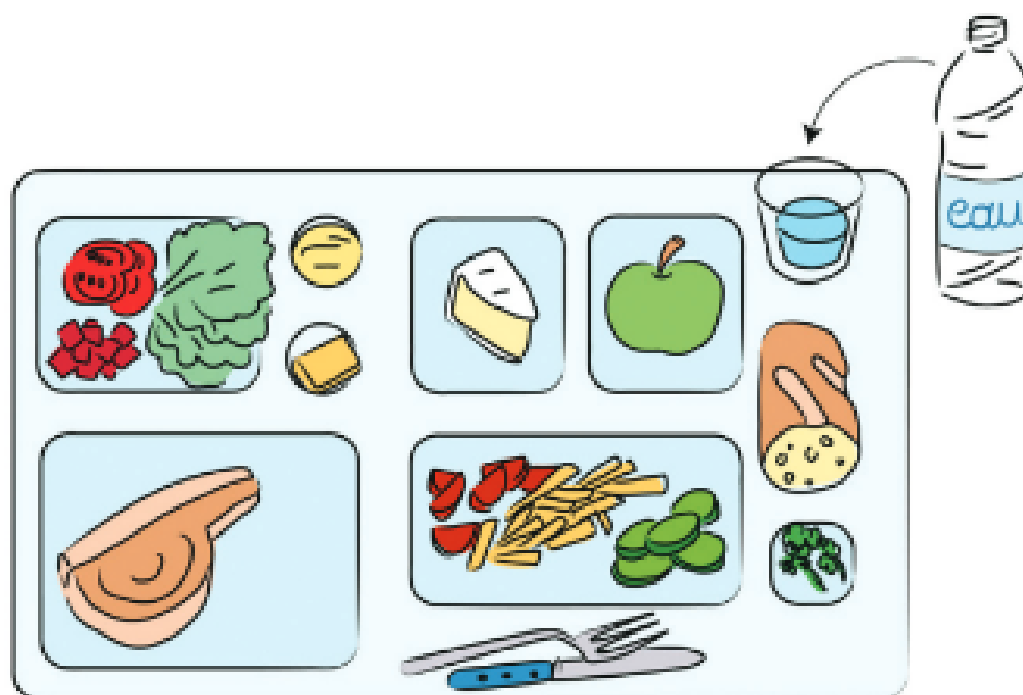
Parlez-moi de mon assiette

Comment sont choisis les menus des enfants dans les restaurants scolaires ?

Les menus sont élaborés par la Direction de l'Enfance et l'Éducation avec une diététicienne en lien avec le PNNS et les recommandations du GEMRCN (Groupe d'Études des Marchés de Restauration Collective et de Nutrition).

Ensuite soumis à une sous-commission qui se réunit tous les 2 mois. Elle est constituée de représentants de parents d'élèves élus, directeurs d'accueil de loisirs, de surveillants et d'agents de restauration.

La commission est renouvelée tous les ans par appel à candidatures de représentants volontaires.



De quoi est composé le menu ?

De 5 ou 4 composantes :

- ▶ **Entrée** (crudités, entrées protidiques, ...),
- ▶ **Plat protidique** (viandes, poissons, œufs, ...),
- ▶ **Garniture** (légumes, féculents, ...),
- ▶ **Fromage ou produit laitier**,
- ▶ **Dessert**



À compter de janvier 2019, et ce, afin de répondre aux préconisations de la loi alimentation, la ville s'engage à mettre en place un repas de type "végétarien", 1 fois par semaine.

D'où sont issus les produits ?

A compter de 2022, la loi prévoit 50% de produits bio ou répondant à une démarche de développement durable, dont 20% de produits issus de l'agriculture biologique. Les repas servis dans les restaurants scolaires meldois sont composés de :

- 20%** Agriculture Biologique
- 4%** Pêche raisonnée
- 9.5%** Agriculture raisonnée
- 9.5%** Produit local
- 1%** Viande bovine Française et AOP



La loi impose actuellement aux collectivités 20% d'aliments issus de l'agriculture biologique, la ville de Meaux va plus loin, avec un total de 44% de produits locaux ou sous signes de qualité.

Les recommandations PNNS

Le mot d'ordre : ÉQUILIBRE

L'enfance et l'adolescence sont des étapes déterminantes pour l'acquisition de comportements alimentaires favorables à la santé et au développement de l'activité physique. Les habitudes alimentaires acquises dans l'enfance ont une influence majeure sur les comportements ultérieurs. **Ces habitudes se construisent au niveau familial, l'école venant en complément.**

Voici les recommandations initiées en 2001 par le Ministère de la Santé. Ces repères nutritionnels doivent être adaptés notamment dans les portions qui sont réservées aux enfants et pré adolescents. Rappeler que le sucre, le sel et le gras sont à consommer de manière raisonnée. Les bonbons et chocolats ne doivent pas être consommés quotidiennement.



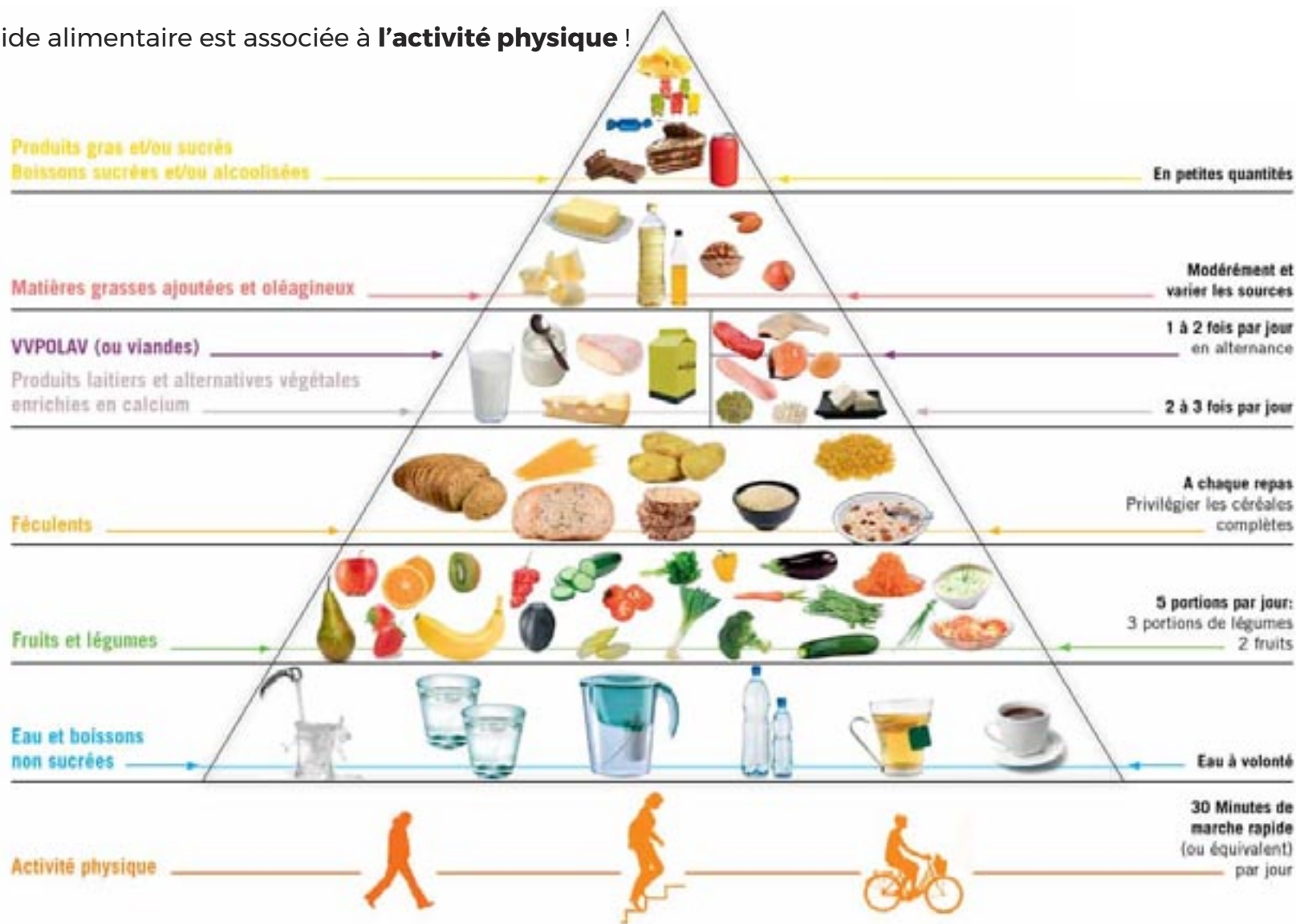
Les pyramides alimentaires

Pour les adultes

Ce guide visuel est un outil de référence qui vous permet au sein de votre foyer d'identifier les besoins nutritifs du corps.

La pyramide représente sous forme imagée **une hiérarchie dans les catégories d'aliments et permet d'affiner les choix au sein de chacune d'elles** en distinguant les aliments à favoriser, ceux qui sont tolérés et ceux qui sont à consommer occasionnellement.

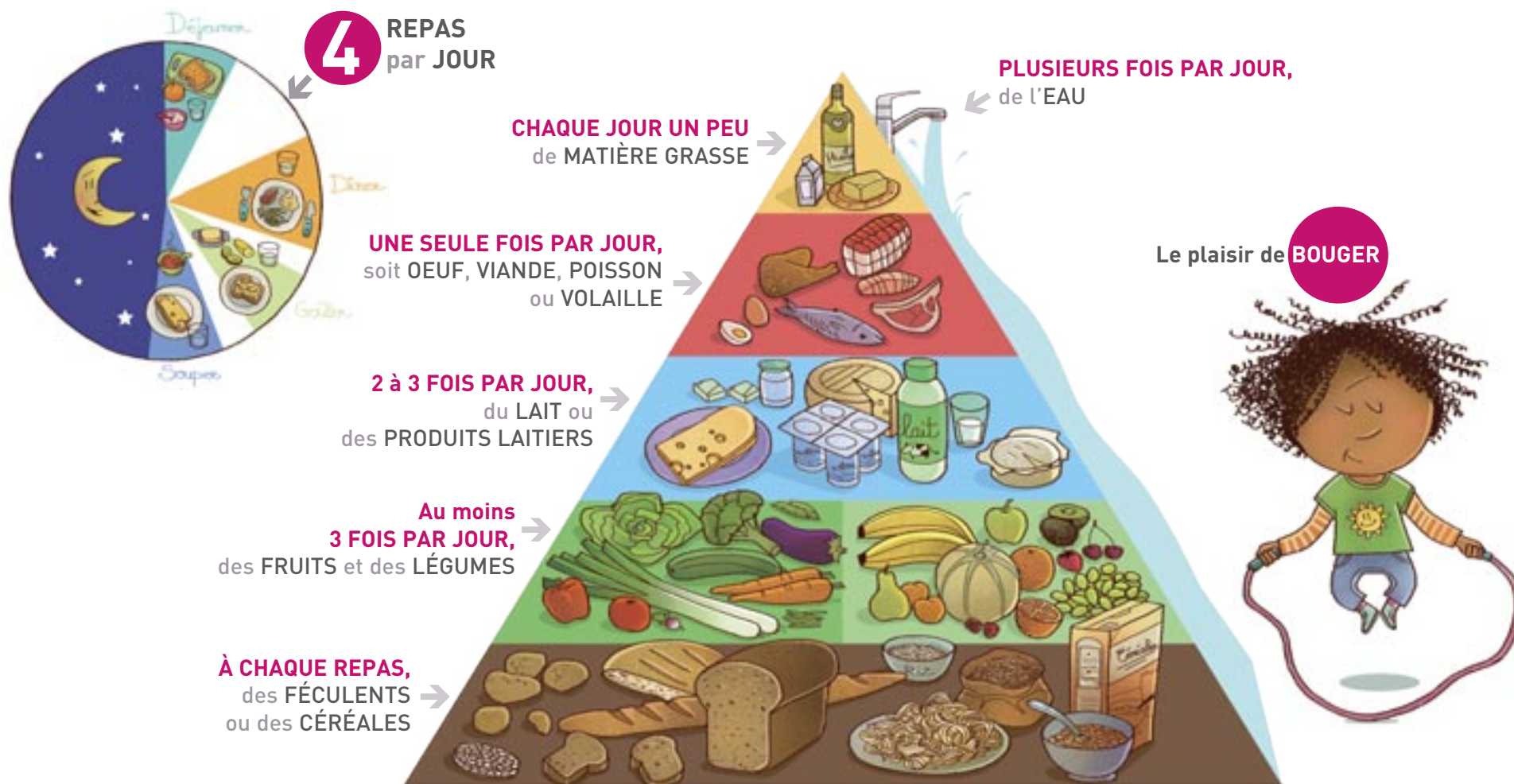
La base de la pyramide alimentaire est associée à **l'activité physique** !



Pour les enfants

Cette pyramide alimentaire des enfants entre 18 mois et 6 ans, met en lumière les besoins spécifiques du jeune enfant et offre un moyen ludique d'aborder le sujet de l'équilibre alimentaire à partir des pratiques de chacun.

Comme pour les adultes, l'activité physique est essentielle, tout comme avoir une nuit de sommeil entre 10 et 12 heures.





Foire aux questions

Qu'est-ce qu'un PAI :

Le Projet d'Accueil Individualisé (PAI) concerne les enfants et adolescents atteints de troubles de la santé tels que :

- pathologie chronique (asthme, par exemple),
- allergies,
- intolérance alimentaire.

Le PAI est un document écrit qui permet de préciser les adaptations à apporter à la vie de l'enfant en collectivité (école, accueil de loisirs...).



Comment sont élaborés les menus suite au Projet d'Accueil Individualisé (PAI) de l'enfant ?

Comme les menus des autres enfants, ils sont élaborés par une diététicienne et adaptés en fonction des allergies des enfants.



Tenez-vous compte de l'avis des enfants ?

La satisfaction des enfants est importante. Elle est mesurée chaque jour afin d'adapter au mieux les menus. En moyenne, les enfants meldois attribuent une note de **16/20 à leur repas**.



Comment sont préparés les goûters pour les enfants accueillis en périscolaire et extrascolaire ?

Les goûters sont proposés selon le menu du déjeuner et sont constitués par 1 produit céréalier, 1 laitage et 1 fruit.

