



LETTRE D'INFORMATION SEPTEMBRE – OCTOBRE 2021

LES NOUVEAUTES DE LA RENTREE

ZOOM SUR UN PRODUIT : LES FRUITS



Nos engagements pour l'année scolaire 2021 - 2022

1

100% de nos fruits issus de filières certifiées écologiquement responsables : exploitations Biologiques, HVE (Haute Valeur Environnementale), VER (Vergers Eco Responsables) ou Global Gap (référentiel de bonne pratique agricole).



2

Nos pommes et poires BIO Françaises en saison.



3

Nos ananas, clémentines, oranges et pastèques import Global Gap (référentiel de bonne pratique agricole) et issus de circuits courts.



4

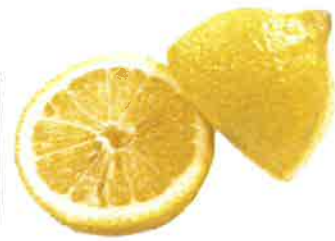
Un fruit ou une filière « découverte » par mois :

Année scolaire
2021/22





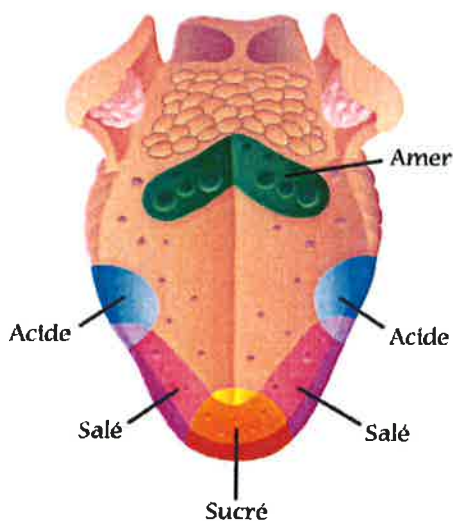
LA SEMAINE DU GOÛT



Du LUNDI 11 au VENDREDI 15 OCTOBRE 2021

« Le goût est l'un des 5 sens
qui permet de discerner les saveurs »

Tous les aliments que nous consommons ont un goût spécifique que nous sommes capables de détecter grâce à des **petits capteurs** présents à la surface de notre langue.



Ces capteurs, que l'on appelle **PAPILLES GUSTATIVES**, envoient des messages à notre cerveau afin de nous informer sur la saveur de l'aliment que nous mettons dans la bouche.

Il existe **4 saveurs fondamentales** qui seront détectées par des zones précises de la langue : la pointe est très sensible au sucré. L'arrière de la langue capte l'amer. L'acide est perçu par les côtés et le salé à la fois par les bords et l'extrémité.



LA SEMAINE DU GOUT 2021

Les menus de la **semaine du goût** sont arrivés !

Cette année, nous vous proposons de découvrir les 4 saveurs :

Lundi 11 Octobre : la saveur **SUCREE**

Mardi 12 Octobre : la saveur **SALEE**

Jeudi 14 Octobre : la saveur **AMERE**

Vendredi 15 Octobre : la saveur **ACIDE**

Dans ce courrier, vous trouverez pour l'affichage :

- * Le menu de la semaine du goût,
- * Une affiche de présentation du thème
- * Des affichettes explicatives sur les 4 saveurs.

Nous comptons sur vous pour transmettre ces éléments à vos agents de restauration pour qu'ils puissent les afficher au niveau du restaurant scolaire.

Nous espérons que cette semaine de découverte plaira à tous.

L'EQUIPE DIETETIQUE D'YVELINES RESTAURATION :

Céline FORTIER - Cécile GAULIN - Jessica TOINEAU - Anouchka CONTERNO -
Alexandre VILLATTE - Laurent PLICHON



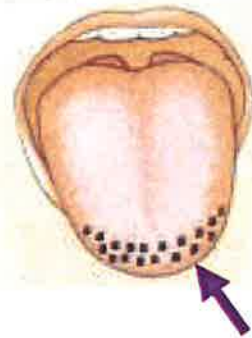


LA SAVEUR SUCRÉE

C'est sur le bout de la langue que les papilles gustatives détectent les aliments sucrés.

La saveur sucrée est le goût le plus largement apprécié, surtout par les enfants, mais attention car manger trop d'aliments sucrés peut abîmer les dents et donner des caries !

Sucré



AU MENU DU LUNDI 11 OCTOBRE 2021

Nous vous proposons de découvrir des aliments mettant en avant la saveur sucrée.





LA SAVEUR SALÉE

C'est sur les côtés et le devant de la langue que se trouvent les papilles qui détectent la saveur salée.

Attention de ne pas en abuser, car le sel consommé en excès n'est pas très bon pour la santé !



AU MENU DU MARDI 12 OCTOBRE 2021

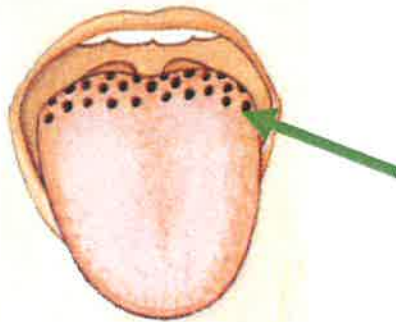
Nous vous proposons de découvrir des aliments mettant en avant la saveur salée.



LA SAVEUR AMÈRE

Les papilles gustatives qui détectent les saveurs amères sont situées tout au fond de la langue. Souvent, les enfants n'aiment pas trop le goût amer mais apprennent progressivement à l'apprécier en grandissant...

Amer



AU MENU DU JEUDI 14 OCTOBRE 2021

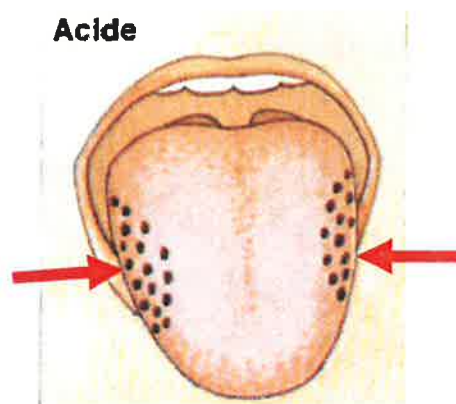
Nous vous proposons de découvrir des aliments mettant en avant la saveur amère.



LA SAVEUR ACIDE

Les aliments acides réveillent les papilles gustatives qui sont de **chaque côté de la langue**.

Quand on mange un aliment acide, on fait parfois la grimace et on a des frissons !



AU MENU DU VENDREDI 15 OCTOBRE 2021

Nous vous proposons de découvrir des aliments mettant en avant la saveur acide.



Photo: Shua, 14/04/2019

MENUS RESTAURANT SCOLAIRE

semaine du 11 au 15 octobre 2021 SEMAINE DU GOUT - les 4 saveurs

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<p>SUCRE velouté potiron</p> <p>sauté de boeuf VBF sauce aux pruneaux</p> <p>purée pomme de terre patate douce</p> <p>yaourt arôme pêche BIO local et circuit court</p> <p>nashi (origine France et HVE) sirop de fraise</p> <p>gôters : tranches briochesX2 confiture de prune ourson guimauve</p>	<p>SALE mousse de foie* et cornichon <i>roulade de volaille et cornichon</i></p> <p>émincés de filet de poulet sauce au bleu</p> <p>beignets de chou fleur</p> <p>emmental à la coupe</p> <p>fruit frais BIO</p> <p>gôters : pain d'épices lait nature spécialité pomme passion</p>	<p>SUCRE - SALE <i>salade hawaïenne (céleri ananas sauce cocktail)</i></p> <p>steak haché VBF RAV sauce barbecue</p> <p>pomme de terre BIO</p> <p>crème anglaise</p> <p>œuf à la neige biscuit spéculos (1/personne)</p> <p>gôters : pain de mie fromage tranquette fruit frais</p>	<p>AMER demi pamplemousse et sucre</p> <p>falafel (pois chiche)</p> <p>coquillettes BIO (endives) au gratin</p> <p>carré de l'est</p> <p>mousse au chocolat noir</p> <p>gôters : baguette beurre et poudre cacao fromage frais arôme</p>	<p>ACIDE <i>salade verte vinaigrette au citron et câpres</i></p> <p>morceaux de colin d'alaska MSC sauce oseille</p> <p>riz BIO (tomates concassées poivrons)</p> <p>yaourt nature et miel</p> <p>tarte pommes rhubarbe</p> <p>gôters : baguette gelée de groseille kiwi</p>

Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en raison des aléas climatiques et/ou d'approvisionnements

Légendes :

VPF = Viande Porc Française

= Aide UE à destination des écoles

AOP = Appellation Origine Protégée

VBF = Viande Bovine Française

* = Plat contenant du porc

nouvelle recette/nouveau produit

AOC = Appellation Origine Contrôlée

RAV = Race à Viande

LR = Label Rouge

produit issu agriculture biologique

HVE = Haute Valeur Environnementale

pdf = pomme de terre

MSC = pêche durable