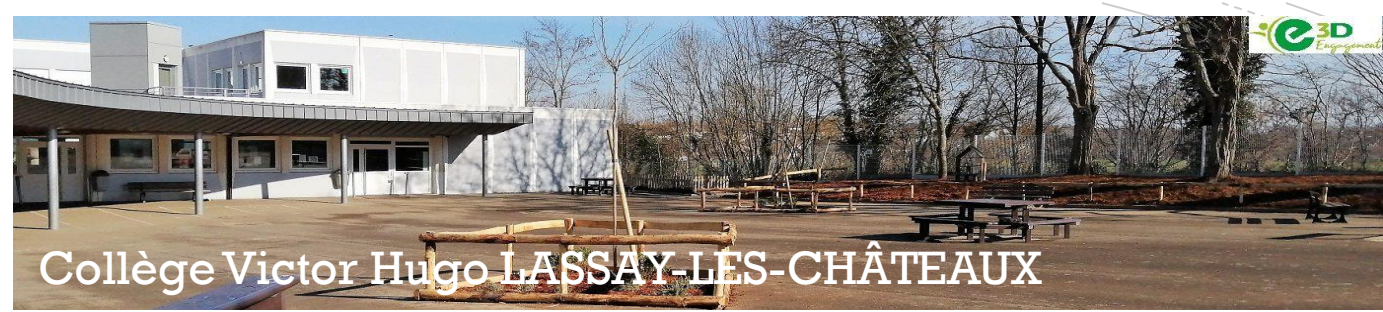


Présentation de mon restaurant scolaire

MANGER :
Pour vous c'est quoi manger ?





MANGER

M

comme

Méridienne

(la pause méridienne)

- Pause méridienne : le passage au self et le moment du repas sont un moment de détente, pour autant je rentre dans le calme pour ne pas gêner le passage, notamment au niveau de la borne, je n'hésite pas à demander de l'aide au surveillant.
- Je reste poli et courtois avec mes camarades et le personnel.

2 tranches de pain pour commencer au maximum, je peux revenir en chercher si j'ai tout mangé sur mon plateau

1 Laitage (1 fromage ou 1 Yaourt nature ou 1 verre de lait)

1 dessert au choix

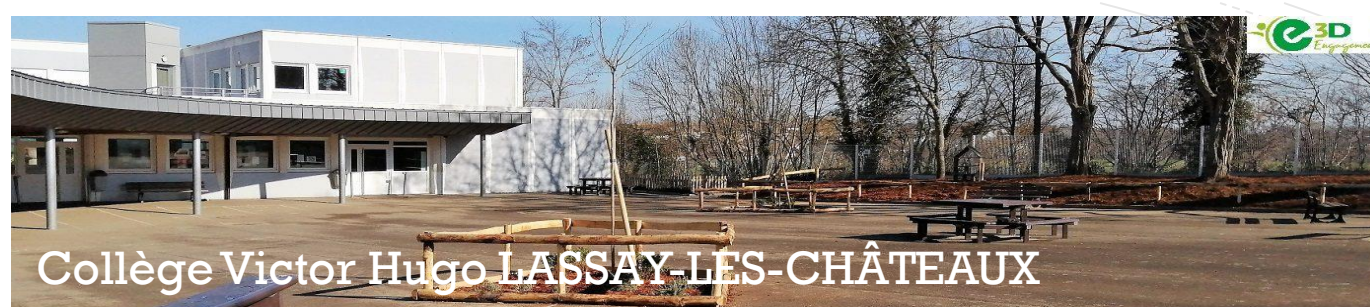
Salade verte

1 entrée au choix



Plat chaud au choix accompagné du féculent et au moins 1 Légumes, 2 c'est mieux

Je n'oublie pas mes couverts et ma serviette



■ MANGER

A

comme

Alimentation



Mon plateau délivré, je lis le menu placé juste après la borne, je pense à prendre mes couverts. (Le menu est visible sur Elyco, à l'entrée du self et sur le menu allergènes près de la borne).

J'annonce mon choix pour mon plat chaud selon mon goût et la quantité, je n'hésite pas à demander une petite portion ou plus selon ma faim. (Je peux revenir chercher le féculent, si j'ai tout mangé, un bol vous sera remis). Et je demande des légumes, importants pour ma santé.



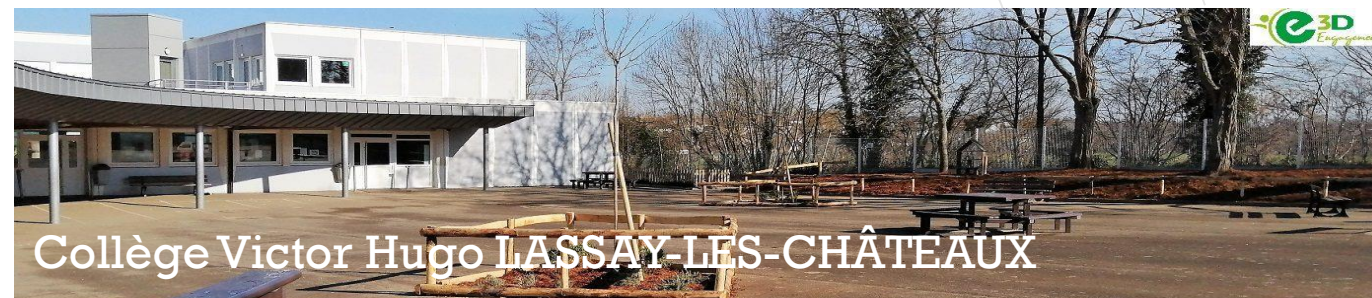
Comment sont élaborés les menus ?

Pourquoi je ne mange pas des frites tous les jours?

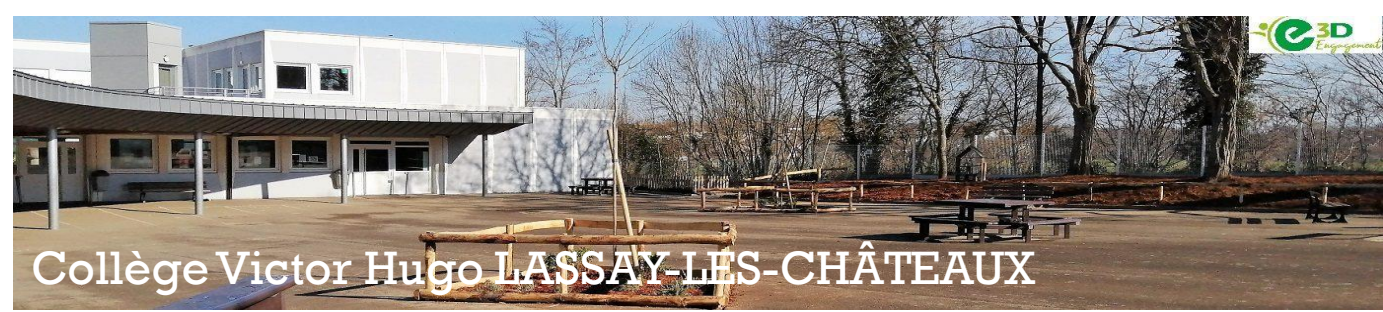
- Le chef et son équipe veillent au bon équilibre alimentaire et à ne pas servir toujours les mêmes plats. C'est pourquoi, un plan alimentaire est en place et qui permet de servir des frites de temps en temps ! [GEMRCN](#)
- le collège privilégie les produits locaux et favorise les produits sous signes de qualité, les produits biologiques comme l'exige la loi [EGAlim](#)
- D'où l'importance de choisir le menu conseillé.



MANGER
N
comme
Nutrition



MANGER G comme Gaspillage



Je ne prends pas pour jeter:

Savez vous combien de nourriture est jetée par an?

Si je veux goûter un mets, je peux demander une petite portion, des portions "appétit d'oiseau" sont faites tous les jours pour les petites faims.

Je fais attention de ne pas gaspiller l'eau avant de remplir un pichet je regarde sur les autres tables s'il n'en reste pas un avec de l'eau.

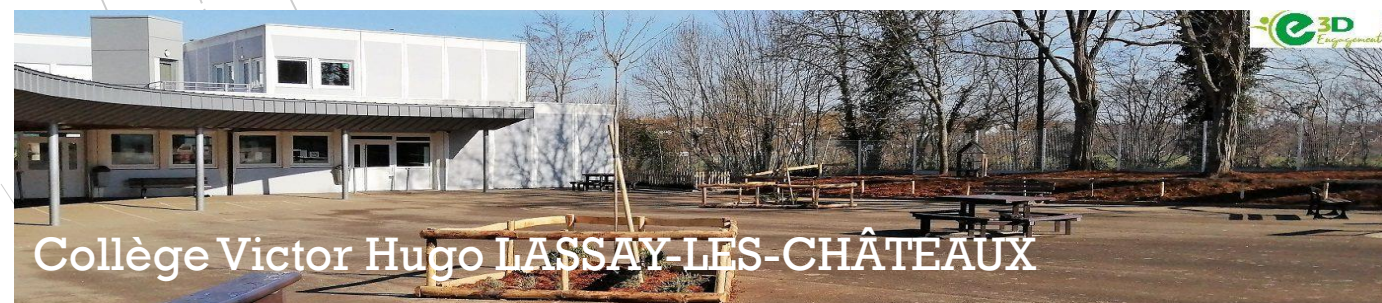


**MANGER
É
comme
Évolution**

Ton restaurant scolaire est un lieu que tu peux faire vivre.

- Apporte-nous tes idées et tes remarques constructives sur la qualité et la quantité servie,
- Donne-nous des recettes, nous les étudierons pour les mettre en place.
- Ou toutes autres idées, nous sommes à votre écoute,

Vous avez une boîte à idée dans le restaurant et vous pouvez venir à notre rencontre lors de la récréation du matin avec l'accord d'un surveillant.

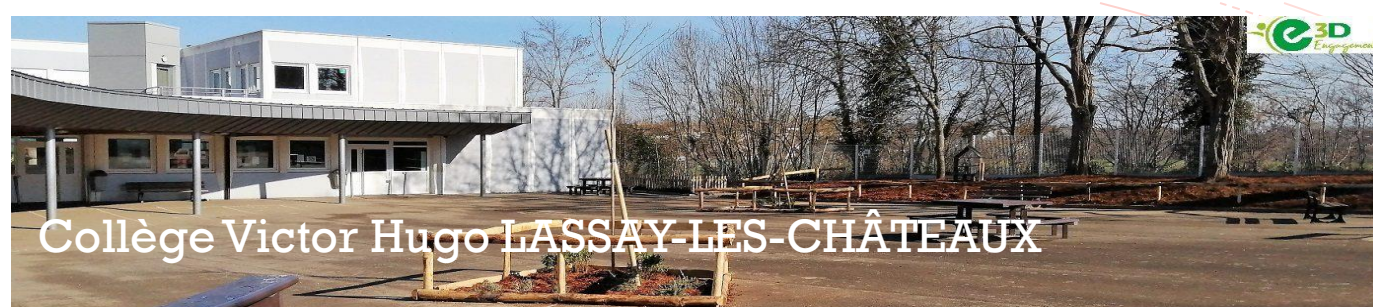


MANGER

R

comme

Respect



Je suis poli et je dis bonjour et je respecte le travail fourni par le personnel.

Sais-tu à quelle heure commence l'équipe de cuisine?

Je peux dire que je n'aime pas quelques choses sans pour autant dire que c'est « dégueulasse », mon voisin peut aimer.

Je respecte la nourriture.

Je respecte le matériel et les locaux.

Nous vous remercions de votre attention.

Questions/réponses?



Si tu as envie
d'approfondir
tes recherches,
voici quelques
liens
intéressants.

- <https://www.ecomotives53.fr/>
- Tu trouveras plein d'astuces pour préserver la planète
- [GEMRCN](#)
- [EGAlim](#)

