

## DU NOUVEAU DANS LES RESTAURANTS SCOLAIRES !



La loi **EGALIM**, loi pour l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et alimentaire et une alimentation saine, durable et accessible à tous, a été promulguée le 30 octobre 2018. Interdiction du plastique, repas dit "végétarien", produits bio, lutte contre le gaspillage alimentaire... elle comporte de nombreuses mesures qui concernent la restauration collective et donc la restauration scolaire.

### Voici, en quelques mots, la démarche de notre commune dans le cadre de la loi EGALIM :

Le Programme National de l'alimentation et de la Nutrition (PNAN 2019-2023) fixe l'objectif de promouvoir les protéines végétales en restauration collective, dans le but de favoriser la diversité de notre alimentation et réapprendre aux divers publics, en particulier aux plus jeunes, à apprécier les légumes secs parfois oubliés.

Les recommandations du PNNS (Programme National Nutrition Santé) sont, entre autres, d'augmenter la consommation de légumes secs (au moins 2 fois par semaine) et d'aller vers des féculents complets pour leur richesse en fibres.

La restauration collective scolaire de la maternelle au lycée est concernée par ce menu végétarien hebdomadaire qui ne doit contenir ni viande, ni poisson ou crustacés mais peut contenir œufs ou produits laitiers.

### À Cestas, les cuisines centrales préparent les repas 5 jours sur 7, ce qui implique un service de repas végétarien au moins une fois par semaine, soit 4 repas sur 20 repas successifs proposés.

Les recommandations préconisent de varier l'origine des plats végétariens en favorisant les plats de légumes secs, féculents complets ou semi complets et en limitant les produits ultra transformés à base de protéines végétales, ainsi que les plats à base de soja, de fromage et d'œuf.

Ainsi, pour la période de janvier à début avril, par exemple, la fréquence de présentation des plats végétariens (13 plats) se répartit ainsi :

- **6 repas à base de légumes secs et féculents** : lentilles, haricots rouges et pois chiches complétés de féculents ou légumes : riz, semoule...
- **3 repas à base d'œuf** (omelette ou tortilla, ainsi qu'une entrée à base d'œuf)
- **2 produits panés** à base d'épinard, de blé et de fromage
- **2 plats complets (crêpe au fromage et chili végétarien)**



Notre projet diététique et culinaire consiste à travailler des recettes appréciées par les enfants dans lesquelles seront intégrés le plus régulièrement possible des légumes secs et des féculents complets BIO faits maison en limitant les produits industrialisés.

