



Mercredi 17 février 2016

de 10 h 00 à 12 h 00

Visite de la Cantine Centrale, rue Larnicol

**Avec Jean-Luc Prado, directeur
et Régis Onillon, chef de production.**

Typhaine : pourquoi ne faites-vous pas plus de plats avec du chocolat (crêpes, tartes, éclairs, mousses) ?

Il ne faut pas plus de 4 pâtisseries tous 20 menus. Il y a beaucoup de sucres.

Antoine : d'où viennent les produits que vous utilisez pour fabriquer les plats ? Comment fabrique-t-on les emballages ? En quelle matière sont-ils ? Sont-ils recyclables ?

La plupart des emballages sont recyclables, le minimum de déchets est mis dans la poubelle bleue.

Les produits que vous utilisez sont-ils français ?

La majorité, mais certains produits ne peuvent pas venir de France.

Aymeric : Quels produits laitiers proposez-vous ?

Tous les produits laitiers autorisés.

Elsa : pourquoi ne mange-t-on pas plus souvent des carrés de poissons panés ?

Il ne faut pas trop consommer de poissons, pas plus d'une fois par semaine, les mers sont malheureusement polluées

Antoine : Pourquoi ne préparez-vous pas les repas directement dans chaque cantine des différentes écoles ?

Parce que cela reviendrait trop cher en installations et personnels.

Antoine : Depuis quand la cantine centrale existe-t-elle à Lanester ?
Depuis 43 ans.

Antoine : Utilisez-vous de la javel pour le nettoyage des machines ?
Normalement non, nous utilisons des produits d'entretien autorisés.

Antoine : La fabrication des repas dégage-t-elle des fumées toxiques ?
Non.

Typhaine : Utilisez-vous de l'alcool pour la préparation des plats ?
L'alcool est interdit pour la préparation des repas pour les enfants.

Maxence : Quelle est la fréquence de nettoyage des machines qui servent à préparer les repas ?

Les machines sont nettoyées tous les jours et grand nettoyage deux fois par an.

Maxence : Pouvez-vous nous présenter les machines qui vous servent à faire les repas ?

Tous les ustensiles de cuisine sont énormes par rapport à ceux que l'on connaît à la maison !

- Comment fabriquez-vous les soupes ?

Avec des légumes frais.

- Utilisez-vous des produits chimiques ?

Non ce n'est pas autorisé.

- Utilisez-vous des colorants alimentaires pour la fabrication des plats ?

Non, aucun.

- Combien de personnes travaillent à la cantine ?

En tout dix huit personnes, fabrication des repas, livraison et administration.

- Combien de repas fabriquez-vous par jour ?

2 700 repas (enfants, adultes et personnes âgées)

- Utilisez-vous des conserves et des produits surgelés ?

Oui, mais aussi beaucoup de produits frais.

- Que faites-vous des emballages ?

Nous les faisons recycler au maximum

- Combien coûte un repas à la fabrication ?

Un repas coûte à la fabrication 1,79 €

- Est-ce bien de travailler à la cantine ?

Les personnels qui sont là nous disent que c'est bien.

- Qu'est-ce qu'une intoxication alimentaire ?

C'est un aliment qui n'est pas bon à la consommation et qui provoque des troubles chez les consommateurs, c'est pour cela que nous conservons des échantillons pour déterminer le mauvais aliments en cas d'intoxication et soigner au plus vite.

- Pour vous, qu'est-ce qu'un repas équilibré ?

Voir le document joint

- Il y a -t-il des produits interdits pour confectionner les repas ?

Les allergènes, l'alcool et certaines épices.

Renseignements :

Hôtel de Ville Service Loisirs Enfance Jeunesse 02.97.76.81.81 poste 2282

Conseil.enfants@ville-lanester.fr

<http://www.lanester.com/Conseil-Municipal-des.9123.0.html>

POURQUOI MANGER EQUILIBRE ?

Un aliment est une demrée d'origine animale ou végétale, qui fournit de l'énergie à l'organisme. Les aliment sont composés de nutriments, d'eau et certains de fibres.

On classe les nutriments en macronutriments (protéines, lipides, glucides) et micronutriments (vitamines et minéraux), qui ont chacun des rôles spécifiques.

Exemple de menu :

Carottes râpées au citron

Escalope de poulet à la crème

Poêlée de pommes de terre et haricots verts

Comté

Ananas frais



entrée : crudité (pour les fibres, vitamines et minéraux)

plat protidique : viande (pour les protéines)

accompagnement : féculent (pour les glucides), légume (pour les fibres, vitamines et minéraux)

produit laitier : fromage (pour le calcium)

dessert : fruit (pour les fibres, vitamines et minéraux)



Ce groupe d'aliments (viande, poisson, œuf) nous apporte principalement des protéines. Elles ont un rôle structural fondamental (musculaire et cutané) mais sont également impliquées dans de nombreux processus (réponse immunitaire, transport de l'oxygène, digestion...).



Les glucides sont une source d'énergie nécessaire aux activités de notre organisme (contraction musculaire, fonctionnement du cerveau...). Les glucides complexes ou sucres lents se trouvent dans les féculents, le pain, les pommes de terre et les légumineuses. Consommés à chaque repas ils nous permettent d'éviter les « petits creux ».



Les lipides ont un rôle structural, énergétique, d'isolant thermique... Il est préférable d'intégrer plus de matières grasses végétales que d'origine animale, tout en limitant la consommation. L'eau est la seule boisson indispensable. Les aliments ne nous en apportent pas en quantité suffisante. Il est donc essentiel de s'hydrater tout au long de la journée.



Les produits laitiers sont riches en calcium et en vitamines. Ils favorisent la croissance, solidifient et protègent le squelette.

Les glucides simples ou sucres rapides se trouvent naturellement dans les fruits, le miel... et ajoutés dans les confiseries, les boissons ... Apports à limiter !



Les fruits et légumes nous apportent des fibres, des vitamines et des minéraux. Ils jouent un rôle dans la régulation du transit, ont un effet rassasiant et satiétogène.



AVOIR UNE ALIMENTATION EQUILIBREE ET BOIRE SUFFISAMMENT EST VITAL POUR NOTRE ORGANISME. CELA NOUS PERMET D'APPORTER A NOTRE CORPS TOUS LES ELEMENTS NECESSAIRES A UN BON DEVELOPPEMENT ET UN BON FONCTIONNEMENT.