Le seul magazine pour enfants que les parents dévorent en cachette

N°63

# La GAZETTE de la caisse des écoles du 15e

Encore + d'infos pour les parents

Si vous n'êtes pas capable d'un peu de sorcellerie, ce n'est pas la peine de vous mêler de cuisine. Colette (1873-1954)

Philippe GOUJON
Maire du 15ème arrondissement
Président de la Caisse des écoles

Je vous présente, avec François CONNAULT, Conseiller de Paris délégué à la Caisse des Écoles, ainsi qu'avec l'ensemble du personnel, nos meilleurs vœux pour cette nouvelle année.

Votre Caisse des Écoles s'efforce en permanence d'améliorer la restauration scolaire. À ma priorité d'une alimentation de qualité, avec plus de la moitié de produits bios ou labélisés, s'ajoute la volonté de faire de la pause méridienne un véritable temps de l'apprentissage alimentaire pour les élèves.

Évidemment, le renchérissement des denrées nous contraint, alors même que les tarifs d'inscriptions restent identiques depuis sept ans, mais nos équipes redoublent de créativité pour continuer d'offrir aux enfants une alimentation qui réponde à leurs besoins, qui, comme on le sait, diffère entre un élève de maternelle et un collégien.

Nous voulons une Caisse des Écoles moderne et ouverte sur les familles. Le site Internet reste le vecteur principal d'information, tandis que les opérations « portes ouvertes », durant lesquelles les parents peuvent découvrir nos cantines, se multiplieront tout au long de l'année, tant il est indispensable que les parents connaissent les conditions d'accueil de leur enfant.

Excellente année 2024 !

CAISSE DES ÉCOLES
cde15.fr

## CDE15 : LA RESTAURATION SCOLAIRE DE PARIS 15ÈME

Forum du Goût 2023

NOS PRODUITS en chiffres P.2

LES ATELIERS enfants P. 6

CDE15.fr Vous saurez tout sur la cantine ! P. 8

# Les PRODUITS de la RESTAURATION SCOLAIRE de PARIS 15ÈME

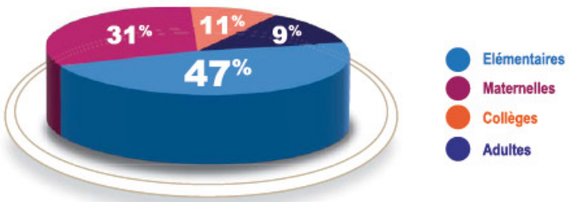
Nos fournisseurs ont été sélectionnés après avoir répondu à un marché public, basé sur des critères de qualité, de prix et de livraison. Les produits livrés dans nos cuisines de l'arrondissement, sont préparés par notre personnel de cuisine le matin pour le repas du midi. Ils répondent à des normes de qualité : voici quelques chiffres clés.

**À savoir**

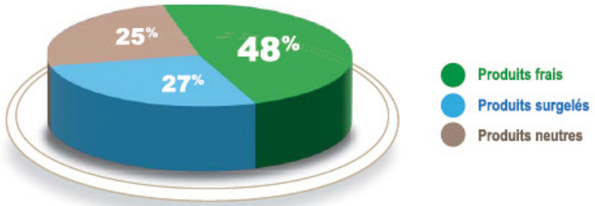
Les menus sont équilibrés par le diététicien de la Caisse des écoles. Le déjeuner doit satisfaire 40 % des apports énergétiques quotidiens de l'enfant. Les portions et la fréquence de présentation des composantes se réfèrent au GEMRCN (Groupe d'Etudes des Marchés de Restauration Collective et Nutrition). Un document détaillé « l'alimentation de mon enfant » est consultable sur notre site cde15.fr .

**LA RESTAURATION SCOLAIRE DE PARIS 15ÈME EN CHIFFRES (septembre-octobre 2023)**

206 512 repas servis en septembre 2023




Produits frais, surgelés, neutres, en septembre 2023




Part des produits BIO, labellisés, durables (septembre-octobre 2023)

**56 %** de produits BIO labellisés et durables

**78 %** de poisson MSC

**60 %** de fromages BIO et labellisés

**50 %** de fruits et légumes BIO

**100 %** de pain frais local Label rouge

**88 %** de viandes d'origine française (viande rouge et volaille)





# À la DÉCOUVERTE de notre RESTAURATION SCOLAIRE

La Caisse des écoles organise chaque année le Forum du goût afin de présenter la restauration scolaire du 15ème arrondissement aux familles. Sous les signes de la bonne humeur et du professionnalisme, la 6ème édition a rencontré beaucoup de succès.
Nous nous sommes tous mobilisés autour de cet évènement : nos fournisseurs se sont impliqués pour présenter leurs produits, nos équipes de cuisine ont préparé des plats servis à la cantine et animé des ateliers culinaires pour les enfants, le diététicien et son équipe ont proposé de nombreuses activités ludo-pédagogiques.
La restauration scolaire était à l'honneur, nous avons été heureux de partager notre activité avec vous lors de cette 6ème édition du Forum du Goût !

## Nos produits

### Le pain :

Notre fournisseur livre chaque jour nos sites en pain frais, produit local, Label rouge. Chaque semaine, nous alternons le service entre la baguette tradition et le pain de campagne tranché. Au Forum du Goût, une dégustation des pains servis lors de la semaine du Goût à la cantine a été proposée *(pain nordique, pain aux oignons et au curry, pain multi-graines, pain à la tomate et à l'origan)* et aussi d'autres variétés comme *le pain à l'ortie ou à la betterave !*

### Les fruits et légumes :

Vous avez rencontré notre fournisseur de légumes frais, à partir desquels nos équipes de cuisine préparent les repas de la cantine.
Les fruits de saison étaient en dégustation *sous forme de brochettes.*

## Le poisson frais :

Notre poisson frais provient de Bretagne. Il est livré à la Caisse des écoles **le jour même de la pêche,** maintenu à température à zéro degré dans des cartons avec des glaçons ! (Ce fournisseur est le seul à présenter ce format, beaucoup plus ergonomique que les caisses en polystyrène).
Au Forum du goût, les enfants ont pu découvrir de *magnifiques saumons* présentés dans un petit bateau. Une dégustation de *saumon au pesto* a aussi été très appréciée !

## Le fromage à la coupe :

Nous proposons un plateau de fromages à la coupe *(3 fromages au choix)*, 2 fois par mois.
D'une qualité gustative, le fromage à la coupe permet également de **lutter contre le gaspillage alimentaire :** il est coupé *au fur et à mesure* du service.
Notre fournisseur a présenté une gamme très variée de fromages en dégustation.

## Nos équipes de cuisine

Le personnel de cuisine était présent pour faire découvrir des *plats « maison »* préparés dans nos cuisines avec les produits des fournisseurs. **Les potages « maison »** sont très appréciés par les enfants à la cantine : Nous vous dévoilons la recette du *potage Dubarry,* à refaire à la maison !

## Recette CDE15

# POTAGE DUBARRY

(pour 6 personnes)

**Les ingrédients**
- 400 g de chou-fleur
- 400 g de pommes de terre
- 80 g de blanc de poireau
- 20 cl de crème fraîche épaisse
- 60 g de beurre
- Gros sel et poivre blanc

- Eplucher et laver les pommes de terre, le chou-fleur et le blanc de poireau
- Tailler les pommes de terre en gros dés
- Emincer finement le blanc de poireau
- Diviser le chou-fleur en petits bouquets
- Faire suer le blanc de poireau dans le beurre
- Ajouter le chou-fleur et les pommes de terre
- Mouiller une fois et demie avec de l'eau
- Saler, poivrer
- Laisser cuire 45 à 50 minutes
- Mixer le potage
- Ajouter la crème fraîche et mélanger
- Vérifier l'assaisonnement

## L'éducation au goût

Les agents de cuisine de la Caisse des écoles ont aidé les enfants à préparer des smoothies et des bagels. Une initiation à la cuisine qui fera peut-être *naître des vocations !*

Le Diététicien et son équipe ont proposé des **jeux très variés** autour de l'alimentation : *l'équilibre alimentaire, la découverte des légumineuses, le gaspillage alimentaire, deux paniers à la loupe, l'alimentation durable.* Certains enfants ont composé des menus équilibrés, aidés par le diététicien (ils seront mis **au menu** de la cantine tout au long de l'année).

Egalement, deux jeux géants, créés par la Caisse des écoles du 15ème, ont été investis par les enfants. Notre jeu **« Antigaspi »** aborde le thème d'une façon ludique *(jeu téléchargeable sur www.cde15.fr ).* Notre nouveau jeu **« P'tit chef en cuisine »,** fraîchement imprimé pour le Forum du goût, explique aux enfants la Marche en avant : de la réception du *produit brut* à la réalisation d'un *repas le matin pour le midi.* Ces deux jeux géants seront prêtés aux écoles dans le cadre de la **visite des cuisines** par les enfants.

# Les ATELIERS ENFANTS

Créés et animés par Thierry, diététicien de la CDE15

## 1 – Atelier Alimentation durable

L'alimentation durable est un sujet d'actualité impliquant la restauration scolaire. Le Diététicien de la Caisse des écoles a créé et animé un atelier de *sensibilisation* destiné aux enfants. Son intervention dans une classe de CE2/CM1 à l'école 10 St Lambert, s'est déroulée sur **deux jours** en séance de **deux heures.** Cet atelier s'articule entre *informations* et *jeux pédagogiques.* Les enfants se sont montrés participatifs.

Après la distribution d'un calendrier de saisonnalité des fruits et légumes, les enfants les ont classés **par saison.**

Les thèmes de l'anti gaspillage et la valorisation des bio déchets (qui se généralise sur l'ensemble des réfectoires) ont été abordés et conclus par une *dégustation* de **chips d'épluchure de pommes de terre** très appréciés des enfants ! (la recette sur cde15.fr)

Les enfants ont dû *reconnaître* des légumes secs et des fruits oléagineux, une source de *protéines* **alternatives à la viande** (nous proposons actuellement deux repas végétariens par semaine à la cantine).

Thierry a présenté les labels indiqués sur les menus de la Caisse des écoles. La **santé** est l'un des piliers de l'alimentation durable. Pour finaliser cette initiation, les enfants ont travaillé sur *un menu équilibré.*

Le Diététicien a récompensé les élèves de la classe qui se sont montrés attentifs et concentrés durant l'atelier en leur remettant **une coupe** *« Expert en alimentation durable »*. L'expérience s'est avérée enrichissante : peut-être ces élèves deviendront-ils des futurs ambassadeurs de l'alimentation durable ?





## 2 – Atelier du goût

Lors de la Semaine du goût, Thierry est intervenu auprès des enfants de deux classes de CP à **Blomet**, à la suite d'un travail sur les fruits et légumes, initié par deux enseignantes. En partenariat avec **« Les volontaires du vrac »**, les enfants ont éveillé leurs cinq sens autour des fruits et légumes. *«L'éveil au goût»* est également l'une de nos missions, soutenue par le Président de la Caisse des écoles.

Les enfants ont nommé les différents goûts.

*« C'est comment une betterave rouge crue » ?* ils l'ont vue, touchée avant qu'elle ne soit pelée. Ils ont pu la **goûter** crue et râpée.

Les enfants ont appréhendé la pomme et la clémentine en les *croquant*, puis sous forme *de jus*. Des **smoothies** fruits et légumes mélangés leur ont été également proposés.

### Prévention nutrition

Expertise sur l'alimentation au collège Guillaume Apollinaire

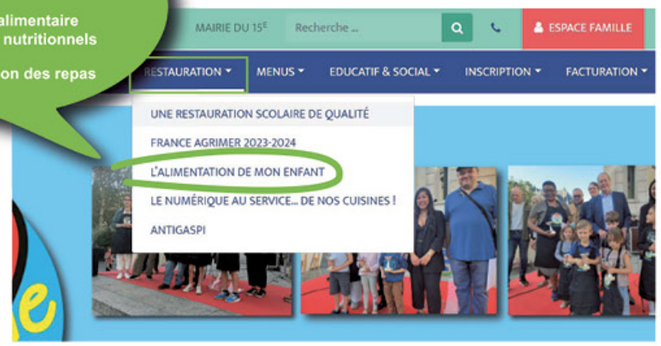
Le 14 décembre, Thierry a apporté son expertise de Diététicien et ses conseils aux jeunes du Collège Apollinaire. En respectant l'anonymat de chacun, il a reçu les collégiens qui le souhaitaient, en entretien individuel.

Au cours de l'atelier, Thierry explique aux enfants les constituants du fruit *(eau, glucide, vitamines, minéraux et fibres)* et leur rôle. L'atelier se conclut sur **l'intérêt** de manger des fruits et légumes de saison pour la santé et l'environnement.

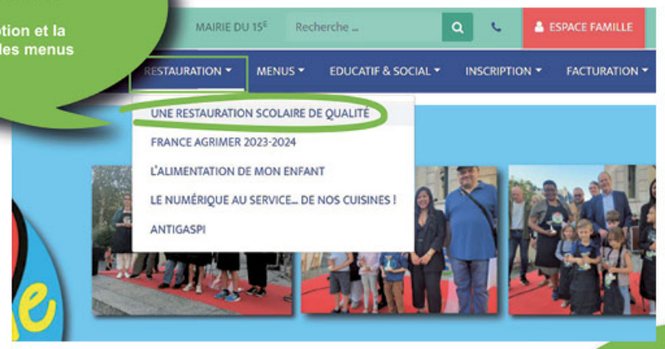
# VOUS SAUREZ TOUT SUR LA CANTINE !

Des questions sur l'équilibre des menus dans nos restaurants scolaires ?
sur la fréquence des composants des repas ?
sur la règlementation ?
*d'autres questions ?*
Des articles approfondis sont consultables sur notre site www.cde15.fr répondant à la plupart de vos interrogations sur *la cantine.*

Le rôle de la restauration scolaire
Le cadre règlementaire
L'équilibre alimentaire et les besoins nutritionnels
La composition des repas



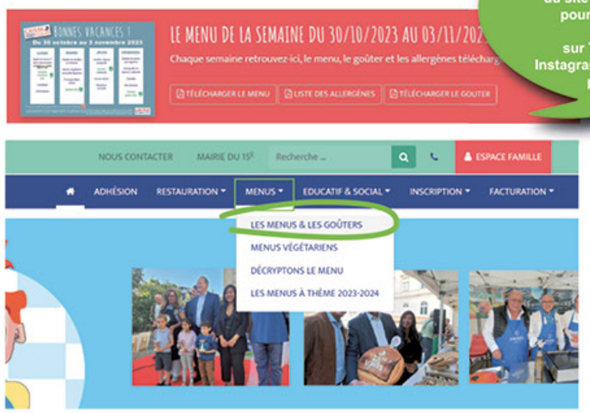

Notre fonctionnement en liaison chaude
La conception et la validation des menus

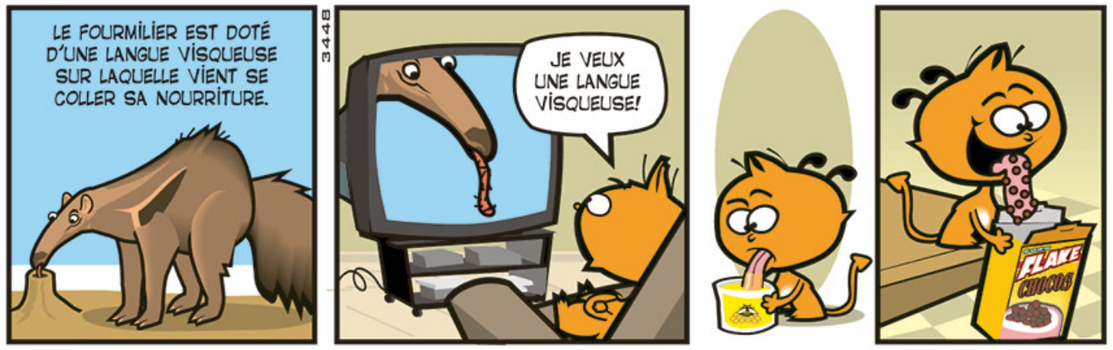



**cde15.fr**

Les menus et les allergènes sont téléchargeables sur la page Accueil et Menus du site le vendredi après-midi pour la semaine d'après,

sur Twitter, Facebook et Instagram le lundi à partir de 7 h pour la semaine.






© Dupuis, 2019, all rights reserved.

## Ingrédients

2 aubergines
300 g de carottes
300 g de potiron
1 poire
1 citron
4 oignons nouveaux
100 g d'abricots secs
200 g de semoule
200 g de feta
50 g de noix

Condiments :
2 cuillères à soupe de persil séché
1 cuillère à soupe de curcuma, poivre et sel, piment de Cayenne (pour une version plus relevée)
1 cuillère à soupe de miel

Coupe les aubergines en deux. Évide-les jusqu'à environ 1 cm du bord et réserve la chair. Parsème les aubergines d'un peu de sel et laisse-les dégorger une demi-heure.

Lave les carottes et le potiron et débite-les en dés réguliers d'environ 1 cm. Fais-les blanchir brièvement.

Émince finement les oignons nouveaux puis coupe les abricots et la feta en petits morceaux.

Hache grossièrement les noix.

Débarrasse la poire de son cœur et détaille-la en dés sans la peler. Asperge-la de jus de citron.

Rince les aubergines évidées pour éliminer le sel.

© Dargaud Benelux (Dargaud-Lombard s.a.), 2021 , all rights reserved.





Fais revenir brièvement les oignons nouveaux dans un peu d'huile d'olive, ajoute la chair d'aubergine puis les dés de potiron et carotte blanchis.

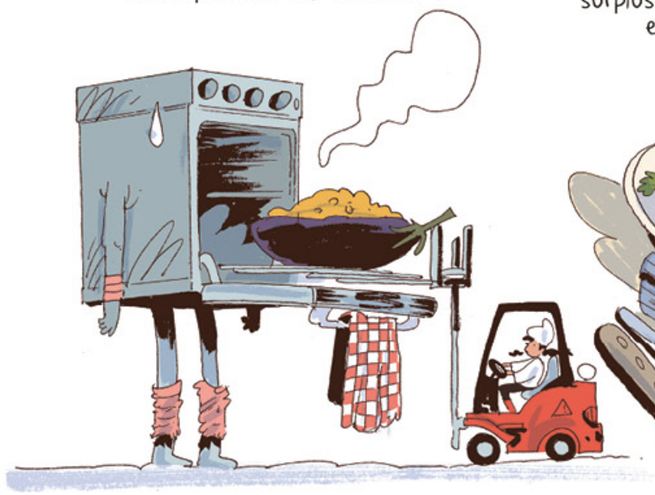
Ajoute ensuite les cuillerées de miel et de curcuma, et assaisonne avec le poivre, le sel et le piment de Cayenne.

Préchauffe le four à 180 °C. Fais cuire la semoule dans de l'eau salée, selon les indications du paquet.

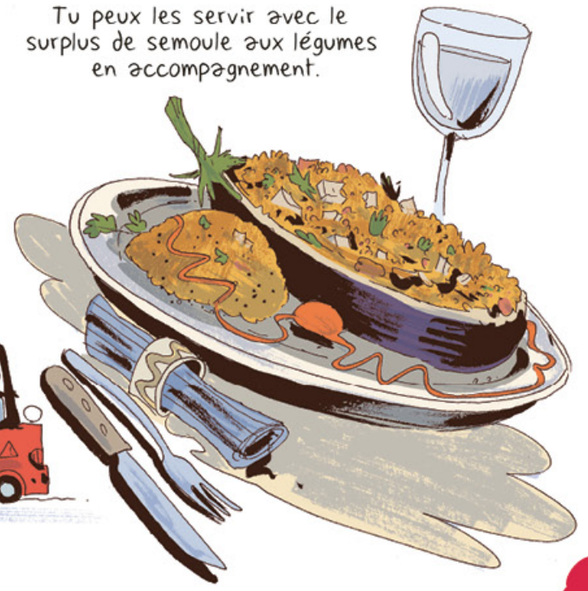
Retire la poêle du feu et ajoute le persil haché, les noix, la moitié de la feta, la poire et les abricots secs, ainsi qu'un peu d'huile d'olive. Mélange le tout avec la semoule.

Farcis les aubergines avec la semoule aux légumes et émiette dessus la deuxième moitié de feta.

Enfourne tes aubergines et laisse-les cuire pendant 30 minutes.



Tu peux les servir avec le surplus de semoule aux légumes en accompagnement.



© Dargaud Benelux (Dargaud-Lombard s.a.), 2021 , all rights reserved.

# Animal Jack

## JEU DES VIGNETTES

Un de ces dodos ne fait pas partie de l'image, sauras-tu trouver lequel ?

☐ A ☐ B ☐ C ☐ D ☐ E ☐ F

Miss Prickly – Kid Toussaint © Dupuis, 2021.

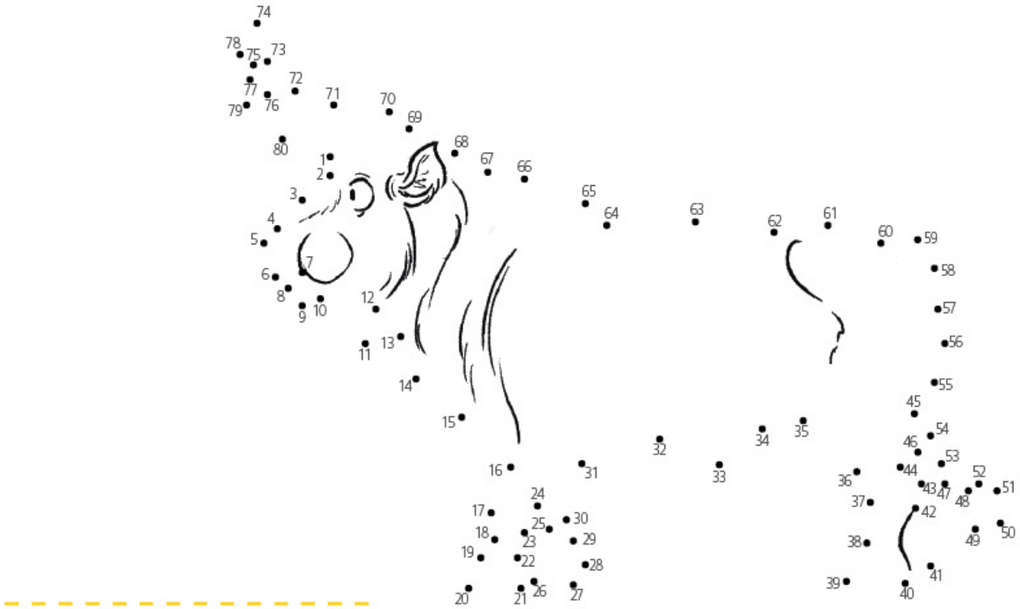




# Animal Jack

## POINTS À RELIER

Retrouve ces animaux disparus en reliant les points par ordre décroissant, puis écris leur nom !



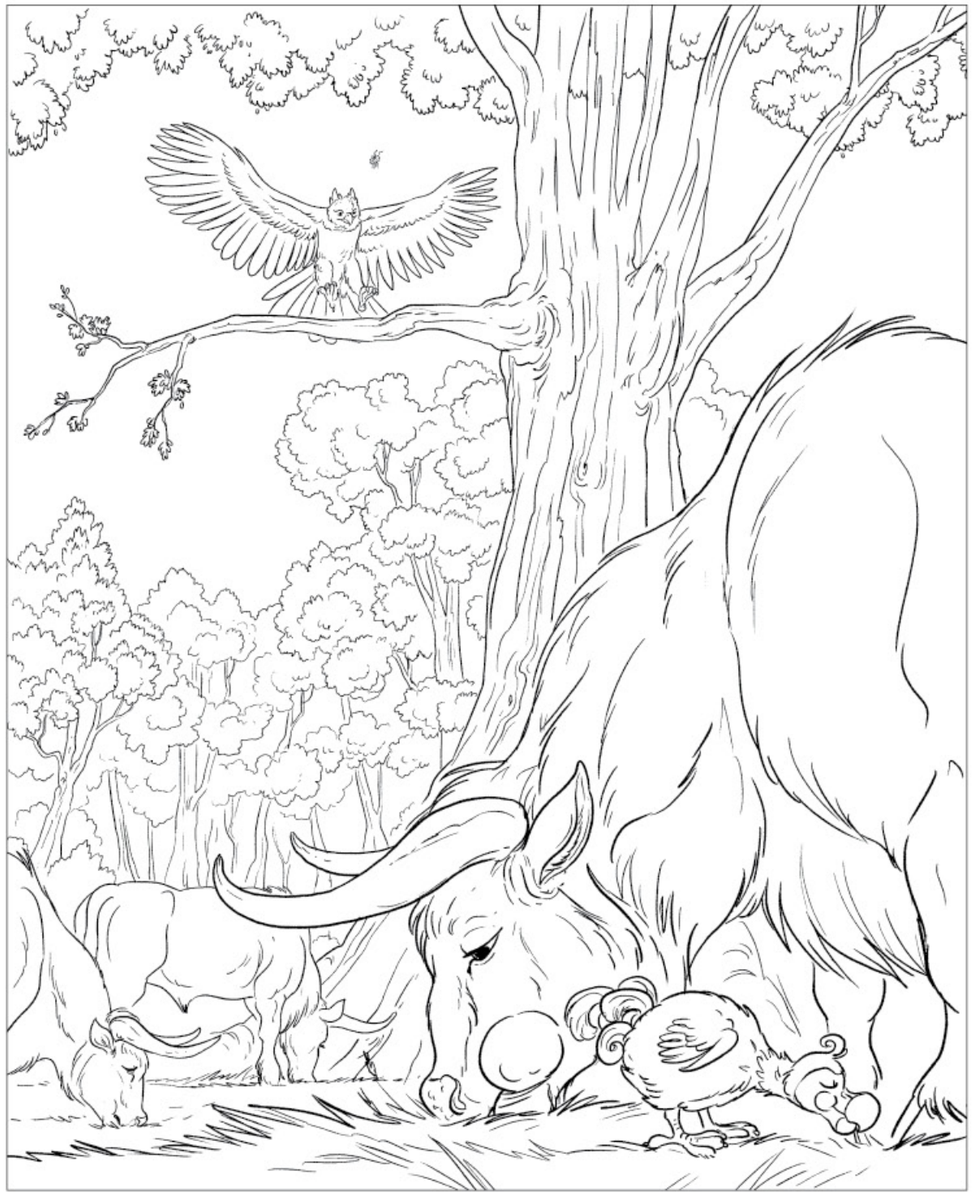
Réponses : Jeu des vignettes : E • Points à relier : 1. Auroch - 2. Dodo

Miss Prickly – Kid Toussaint © Dupuis, 2021.

© Dupuis, 2023 , all rights reserved.

# Animal Jack

## COLORIAGE



Miss Prickly – Kid Toussaint © Dupuis, 2021.

# LA RESTAURATION SCOLAIRE À L'HONNEUR

## Remise de prix « J'aime ma cantine 2023 »

### Les enfants en cuisine :

À **8 h 30,** après avoir enfilé un **kit visiteur** et s'être rigoureusement ***lavés les mains*** sous le regard vigilant de la **cheffe de cuisine** de leur école, les enfants se sont transformés en **P'tits Chefs. Leur mission :** après avoir ***nommé*** tous les ingrédients, aidés par la cheffe de cuisine, les enfants ont ***réalisé*** la **vinaigrette** pour ***l'entrée du midi.*** Concentrés, ils se sont montrés **à la hauteur** de ce « challenge » !

Les enfants de Sextius Michel et Nadia la cheffe de cuisine de l'école

1 : Les enfants de Cherbourg et Karima la cheffe de cuisine de l'école – 2 : Les enfants de Mademoiselle maternelle et Ursula la cheffe de cuisine de l'école

### Remise de prix :

**Pour** les féliciter de leur **implication** et de la **réalisation** d'un **« Docuphoto »**, ***Philippe GOUJON*** a remis un prix aux **15 enfants participants** (des écoles Sextius Michel maternelle, Mademoiselle maternelle et Cherbourg élémentaire). Ils ont reçu une **coupe** et un **beau tablier** lors de la 6ème édition du Forum du Goût. ***Bravo les P'tits chefs !***

Cette année, les visites de cuisine des enfants s'étendent sur les écoles de l'arrondissement.

**A découvrir les « Docuphotos J'aime ma cantine » réalisés par les enfants sur www.cde15.fr**

## Portes ouvertes à la cantine :

**Découvrez** l'univers de la pause méridienne de votre enfant **en déjeunant avec lui** à la cantine et **en visitant la cuisine** de son école.
Les modalités d'inscription sont sur www.cde15.fr

Les parents et la cheffe de cuisine à la cuisine de Théodore Deck et de Saint Lambert

Nous ouvrirons également nos restaurants scolaires **aux grands-parents** des enfants des écoles **Miollis** (maternelle et élémentaire) au mois **d'avril.** Une affiche vous informera comment y participer.

La Gazette des petits gourmands est éditée par **MEDIATOON LICENSING, S.A.S.** au capital de 100 000 € - RCS Paris B 504 055 294 - 57 rue Gaston Tessier, CS 50061, 75166 PARIS CEDEX 19 - e-mail : gazette@mediatoon.com - **Directeur de la publication :** Jérôme Leclercq - **Directeur de la rédaction :** Hubert de Chanville **Conception graphique :** Béatrice Boutignon - **Impression :** Sib imprimerie, Boulogne-sur-Mer - Ce produit est composé de matériaux certifiés FSC® et de matériaux contrôlés. Reproduction même partielle interdite - Dépôt légal à parution - ISBN 979-10-90861-69-5 - Tous droits réservés © janvier 2024