L'équilibre alimentaire

Les repas des convives sont élaborés par la diététicienne du Siplarc, dans le respect des goûts et besoins nutritionnels de chacun, qu’il s’agisse des touts-petits ou des seniors.



Ce qu’il faut retenir des textes

Ces textes encadrent à la fois la qualité nutritionnelle des produits achetés, les recettes, les fréquences auxquelles certains plats ou produits sont proposés. De

l’équipe Qualité, à l’équipe de cuisiniers en Production, en passant par les Achats, chacun, à son niveau, participe à la mise en œuvre de la qualité dans l'assiette. Avec pour ambition affichée de servir des repas variés, équilibrés, qui accompagnent les enfants dans la construction de leurs repères alimentaires, dans la découverte des goûts et des saveurs.
Avec un objectif : que le repas reste et demeure plaisir et convivialité.

L’équilibre alimentaire est établi sur 20 repas successifs, en respectant des fréquences de présentation des plats pour garantir les apports en fer, vitamines, calcium, et limiter le sucre, le sel et le gras. La taille des portions est précisée par des recommandation de grammage des composantes selon l’âge des convives. Un repas peut comporter 4 ou 5 composantes. Les composantes obligatoires sont le plat principal, la garniture et le produit laitier.

Les menus sont composés :

- d’un aliment végétal cru (légume ou fruit, source de vitamines, fibres et minéraux),
- d’un aliment protidique (viande, poisson ou œufs, source de protéines, fer, vit. B12),
- d’une garniture de féculents (source d’amidon) et/ou de légumes cuits (source de fibres et minéraux)
- d’un produit laitier (source de calcium),
- de pain (source d’amidon) et d’eau.

Et c’est en tenant compte de toutes ces données nutritionnelles comme éléments incontournables du repas, que les cuisiniers déclinent alors à l’infini de multiples recettes et menus.

Le nouveau plan alimentaire durable du Siplarc

En septembre 2021, le Siplarc propose un nouveau plan alimentaire durable établi sur 12 semaines, après avoir mené une enquête auprès des référentes d'offices et des convives, dans l'ensemble des établissements scolaires des villes de Bondy et Noisy-le-Sec. Ce plan donne la priorité à la qualité dans l'assiette et introduit plus de composantes végétariennes dans les menus hebdomadaires :

- Menus à 4 et 5 composantes
- Un double choix systématique sur les plats protidiques

- Une alternative végétarienne quotidienne à la composante protidique carnée
- Un menu Bas Carbone entièrement végétarien hebdomadaire
- Plus de préparation Faite Maison, plus de diversité dans les menus, avec l'introduction des menus à thèmes chaque mois
- Plus d’achats de produits durables en circuits courts, dès septembre 2021 (viandes sous label, poisson, etc…)

Conformément aux enjeux posés par la loi Egalim, le Siplarc propose 50 % de composantes bio, dans ses menus. Il veille au respect des filières agricoles durables et accroit ses approvisionnements en circuit court (bio) et de denrées sous label durables et de qualité. Les objectifs fixés par la loi Egalim sont d'atteindre en 2022, 50 % de produits durables dont au moins 20 % de bio.