

LE PETIT JOURNAL *de la commission*



Mars - Avril 2026



Introduction

L'offre Inspirations

Inspirations, une restauration conçue spécifiquement pour les enfants autour de trois idées fortes: La Cuisine maison, le Partage, et le Respect de la planète.

Nos chefs élaborent sans cesse de nouvelles recettes afin de faire découvrir aux enfants de nouvelles saveurs, ou de nouvelles façons d'apprécier un aliment connu.

Les animations représentent une façon simple et ludique pour faire passer les messages aux enfants.

Nous proposons donc diverses animations au cours de l'année :



« L'assiette découverte »

- 5 recettes gourmandes à découvrir tout au long de l'année pour améliorer la consommation de légumes et légumineuses.



"C'est la fête !"

- La décoration haute en couleurs de la cantine pour fêter les événements du calendrier



« En route pour le goût » :

- 3 temps forts dans l'année pour éveiller les enfants à de nouvelles saveurs et apporter des messages d'éducation alimentaire..



"Mission anti-gaspi" :

- La sensibilisation au gaspillage alimentaire



"Les amuse-bouche" :

- Les nouveautés du chef à goûter en petites quantités

Vous trouverez dans les pages suivantes les animations proposées aux enfants au cours de ces deux mois.



Sommaire

« Amuse-Bouche »

Mars : La datte: 26 Mars

« L'assiette découverte »

- **Avril : Purée de céleri et cube de pommes: 23 Mars**

« C'est la fête »

- **Mars : La fête de l'Irlande : 20 Mars**

Recettes à ne pas manquer, « les mixtes »

- *Parmentier volaille kebab edamame purée de brocoli: 9 Avril*
- *Purée de pomme fraîche parfumée à la cannelle: 23 Mars*
- *Penne semi complet sauce colin Alaska PMD pois chiche tomate façon bolognaise : 27 Mars*
- *Fromage blanc sucré différemment : sucre roux, confiture d'abricot, coulis de fruits rouges : 23 Mars*



« Amuse-Bouche »



Ces amuse-bouche ouvrent le repas en douceur, jouant sur les textures, les accords de saveurs et parfois un clin d'œil à des goûts connus. Une mise en bouche pensée pour éveiller l'appétit sans prétention, entre gourmandise, fraîcheur et équilibre.

La datte

Son intérêt :

- **Goût** : Doux, sucré.
- **Texture** : Fondant
- **Nutrition** : Riches en fibres, vitamines et minéraux.

AMUSE-BOUCHE 2025-2026

MARS

Cette semaine, tu goûtes et tu voles !

La datte

- Sucrée
- Brillante
- Collante

DONNE TON AVIS
dans ta cantine ou sur le site

Enroutepourlegout.fr

sOgeres



« L'assiette découverte »



Pour développer les goûts des enfants, nos chefs veillent à proposer aux enfants **des menus variés, colorés, savoureux avec des recettes connues et des produits de saison qui ont du goût.** Ils s'assurent également de proposer de temps en temps des **nouveautés** aux enfants pour les **aider à développer leur panel de recettes fétiches.**

Avec les animations « L'assiette découverte », nous passons à la loupe 5 recettes gourmandes et parfumées, permettant de mettre à l'honneur des légumes de saison, cuisinés de façon originale et accessible. Chaque assiette est pensée pour éveiller la curiosité, favoriser l'équilibre alimentaire, et montrer que plaisir et nutrition peuvent aller de pair !

L'objectif de ces animations est de rassurer les enfants sur les vertus de ces recettes, à la fois du point de vue gustatif, du point de vue nutritionnel et du point de vue de la satiété.

Avril : Purée de céleri et cubes de pommes

C'est une garniture à base de céleri et de pomme pour une saveur salé/sucré

Les ingrédients et leurs intérêts

- **Pomme cube** : Riche en fibres, en vitamines, en antioxydants
- **Purée galet céleri** : Source de fibres.
- **Lait demi écrémé** : Pour apporter de l'onctuosité.
- **Margarine** : apport en matières grasses végétales.
- **Purée pomme de terre** : apport en glucides complexes et protéines végétales.
- **Sel** : pour la saveur.

Le saviez-vous ? Le céleri est un légumes racine riche en fibres et en vitamines B9. Il se consomme aussi bien cru que cuit



« C'est la fête »



Mars : Fête de l'Irlande

Nous célébrons les grandes dates du calendrier en combinant recettes gourmandes dans l'assiette et ambiance colorée dans les salles de cantine. Les équipes de restauration ne sont pas oubliées et revêtent un accessoire dans le thème.

Au mois de mars, nous proposons un menu autour de l'Irlande



FÊTE DE L'IRLANDE



MENU DU JOUR

Salade iceberg et sauce végétale et menthe

Poisson blanc meunière et citron

Végétarien : Nuggets de blé sauce végétale épicée menthe

Pommes de terre quartier avec peau

Cheddar

Cake pistache et fleur d'oranger



Créa Menu et identité : Ron / Agence ma d'animation / commune d'Anis / Mar 2022 / CR-ABM-2022-20
Sodexo : Ecole Petit Jouvencelle - 200 330 210 101 Versaille - 44000 La Roche sur Yvon / Avenue de la République, 75200 Paris / FRANCE



« C'est la fête »



Avril : Fête de Printemps

Nous célébrons les grandes dates du calendrier en combinant recettes gourmandes dans l'assiette et ambiance colorée dans les salles de cantine. Les équipes de restauration ne sont pas oubliées et revêtent un accessoire dans le thème.

Au mois d'avril, nous proposons un menu autour de la fête du printemps avec un dessert gourmand:

Gâteau moelleux au chocolat

Les ingrédients et leurs intérêts

- **Cacao en poudre** : apport en glucides simples et saveur.
- **Farine** : apport en glucides complexes
- **Fromage blanc** : apport en calcium et texture
- **Huile de colza** : apport en matières grasses végétales.
- **Levure** : pour l'aspect moelleux
- **Œuf** : apport en protéines et ajoute du volume à ce dessert.
- **Sucre** : pouvoir sucrant.





Recette à ne pas manquer

Parmentier volaille kebab edamame purée de brocoli

Recettes mixtes : Imaginées et élaborées par nos conseillers culinaires, ces plats sont des recettes innovantes et bien pensées : elles sont issues de plats traditionnels appréciés des enfants qui rééquilibrent la part de protéines animales au profit de la part de protéines végétales

Son intérêt :

- **Volaille kebab** : Riche en protéines animales.
- **Fève de soja edamame** : Source de protéines végétales et de fibres.
- **Carottes** : Apporte des vitamines et minéraux.
- **Oignon** : Pour sa saveur.
- **Huile d'olive et tournesol** : Apport en Oméga 6 et Oméga 9
- **Ail** : Pour sa saveur.
- **Thym/Laurier** : Fort pouvoir aromatique.
- **Bouillon de volaille** : Apporte de la texture et de la saveur.
- **Epices orientale kebab** : Apport en goût

Purée de pomme fraîche parfumée à la cannelle

Recette marqueur de l'offre : Recette emblématique de l'offre inspirations pour promouvoir la consommation de fruit

Son intérêt :

- **Pomme** : apport en vitamines, minéraux et fibres
- **Cannelle** : pour la saveur



Recette à ne pas manquer

Penne semi complet sauce colin Alaska PMD pois chiche tomate façon bolognaise

Recettes mixtes : Imaginées et élaborées par nos conseillers culinaires, ces plats sont des recettes innovantes et bien pensées : elles sont issues de plats traditionnels appréciés des enfants qui rééquilibrent la part de protéines animales au profit de la part de protéines végétales

Son intérêt :

- **Penne semi-complet** : Apporte des glucides complexes et protéines végétales.
- **Colin d'Alaska PMD** : Riche en protéines animales.
- **Pois-chiche** : Source de protéines végétales et de fibres.
- **Carottes** : Apporte des vitamines et minéraux.
- **Oignon** : pour sa saveur.
- **Huile d'olive et tournesol** : apport en Oméga 6 et Oméga 9
- **Ail** : pour sa saveur
- **Bouillon de légumes** : pour la saveur.
- **Thym/Laurier** : Fort pouvoir aromatique.
- **Pulpe de tomate/concentrée de tomate** : Apporte en saveur

Le saviez-vous ? Associer **protéines végétales** (comme les légumineuses ou les céréales) à une **petite quantité de protéines animales** permet de **couvrir tous les besoins en acides aminés...** tout en réduisant la part de viande dans l'assiette. C'est bon pour l'équilibre alimentaire **et pour la planète !**

Fromage blanc sucré différemment

Recette marqueur de l'offre : Recette emblématique de l'offre inspirations pour promouvoir la consommation de produit laitier de façon ludique.

Son intérêt :

- **Fromage blanc** : Apporte en calcium et protéines animales de bonnes qualités.
- **Sucre roux** : pouvoir sucrant.
- **Confiture d'abricot** : pouvoir sucrant.
- **Coulis de fruits rouges**: pouvoir sucrant.

**"LA PASSION
DANS TOUTES,
NOS RECETTES"**