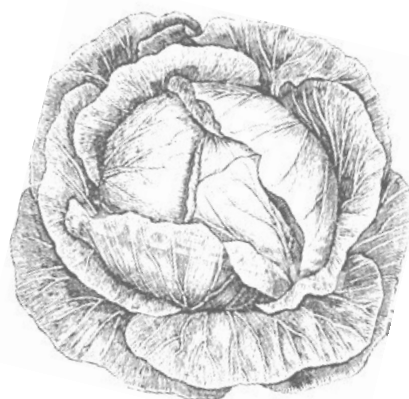


# La Feuille de

Le journal du restaurant scolaire — Mars 2010



## Un repas tout bleu

Pour s'associer à la bibliothèque qui présentait une exposition sur les variations autour de la couleur bleue, l'équipe du restaurant scolaire a servi, Jeudi 11/02/2010 un repas tout en bleu :

Quiche au bleu  
Steak de requin Bleu  
Coquillettes Lagon  
Verrine du Stroumpf

Ce sont les enfants qui avaient, au cours de divers ateliers inter-classe, préparé la décoration tout en bleu également.



« c'est bizarre, j'ai l'habitude de manger des pâtes à la tomate, c'est la première fois que j'en mange des bleues et c'est vraiment bon !!! »

## En savoir plus pour mieux manger !

Afin de satisfaire tous les besoins nutritionnels et de rester en bonne santé, il est indispensable de manger des aliments variés appartenant aux principaux groupes d'aliments. Chaque groupe rassemble des aliments ayant en commun certaines caractéristiques nutritionnelles :



L'équilibre alimentaire ne peut être obtenu que par la consommation de tous les groupes de produits, en quantité adaptée à chaque âge et aux besoins de chacun.

**Interdire les interdits** : aucun aliment n'est mauvais en soi ; c'est l'équilibre entre eux qui est source de santé et de bien être.

Prochain numéro : Les produits laitiers

« La Feuille de Choux » est le bulletin d'information du restaurant scolaire de Viriat.

Retrouvez la régulièrement sur le site [viriat.fr](http://viriat.fr), rubrique restaurant municipal. Les enfants qui le souhaitent peuvent également la demander au restaurant.

## Le mot du maire

De l'originalité, de la proximité, de l'information, de la transversalité avec les autres services municipaux, le restaurant scolaire conjugue plaisir, écoute et éco responsabilité. Ce journal en témoigne.

Le Maire,  
Bernard Perret




## Vers une alimentation éco responsable



La restauration collective est cœur des débats sur l'alimentation durable depuis que le Grenelle de l'environnement a fixé l'objectif de 20% de produits bio en restauration collective à l'horizon 2012.

Le restaurant scolaire travaille évidemment dans ce sens mais souhaite surtout développer des approvisionnements « courts » en privilégiant le plus souvent possible les produits locaux.

A Viriat, le pain n'est donc pas Bio mais il est fabriqué et livré par les boulangers de la commune. Beurre, crème fraîche et fromages blancs proviennent d'une laiterie proche.

A partir du Mois de Mars, tous les produits locaux seront désormais signalés par une couleur verte sur les menus mensuels et les produits bio par le logo 



## Le coin recette

Elle a eu beaucoup de succès lors de notre repas bleu ....

### La verrine du Stroumpf

Pour 4 personnes : 1 pot de 500g fromage blanc battu  
4 cuillères à soupe de sucre  
1 pincée de Vanille en poudre  
Colorant alimentaire Bleu  
4 Bonbons gélifiés Stroumpf



Mélanger le fromage blanc et le sucre. Le partager en 2 parties. Dans la première partie ajouter de la vanille en poudre.

Dans la deuxième ajouter quelques gouttes de colorant bleu.

Répartir d'abord la préparation bleue dans 4 verrines puis ajouter par-dessus la préparation blanche. Décorer avec un bonbon stroumpf et conserver au frais jusqu'au moment de la dégustation.

Jolie, Drôle...cette verrine bicolore est également très riche en calcium.