

COLOMBELLOIS

LE MAG' DES JEUNES DE COLOMBELLES - N°2 - OCTOBRE 2021



Le mot du Maire

Marc Pottier, Maire de Colombelles

« Je vous souhaite de belles vacances d'automne avec des animations pour tous. Le Phénix et la Micro-Folie vous proposent plus de 70 rendez-vous gratuits d'ici la fin de l'année : profitez-en ! »

À TABLE !

Saveurs et découvertes pour les 400 jeunes écoliers-gourmets

Dans le cadre de la semaine du goût, du 11 au 17 octobre, direction les coulisses de la restauration scolaire. Vous êtes 400 écoliers à déjeuner, chaque jour, sur trois sites distincts (école Henri-Sellier maternelle et élémentaire et Victor-Hugo). Au menu, des repas élaborés et mijotés sur place par l'équipe de la restauration scolaire avec des produits frais, locaux et de saison. Bon appétit !

Avant d'être en cuisine pour préparer les recettes, tout commence lors de la commande, comme quand tes parents vont faire les courses. Le chef cuisinier élabore des menus équilibrés pour que tu aies des apports en énergie suffisants pour apprendre, réfléchir et jouer dans la cour avec tes copains ! Et plus encore, il essaye de te faire découvrir de nouveaux produits, de nouvelles saveurs.

Parce que les goûts et les couleurs sont propres à chacun mais que la qualité fait l'unanimité, Cyrille Arnault, chef cuisinier de la restauration scolaire, choisit avec soin les produits de base des recettes qui composent ton assiette, en privilégiant des produits locaux et de saison. Applicable en 2022, la loi Égalim imposera aussi l'intégration d'un minimum de 50 % de produits de qualité bénéficiant de labels dont 20 % de produits issus de l'agriculture biologique, ainsi qu'un repas végétarien hebdomadaire (c'est-à-dire sans viande ni poisson). Les fruits, les légumes, les viandes, les volailles, les poissons qui composent les recettes choisies sont donc d'origine locale, avec des labels tels que le Label rouge ou MSC (Marine Stewardship Council) qui signifie pêche durable.

Qu'est-ce que cela veut dire ?

Manger local signifie que l'on choisit des fournisseurs au plus près de Colombelles, pour limiter la pollution quand ils livrent avec les camions.



Manger des produits bio ou avec un label signifie qu'on laisse aux produits le temps de grandir, à leur rythme, dans de bonnes conditions. On laisse faire la nature pour que les produits aient bon goût et aussi pour respecter les cycles naturels et les saisons. En effet, si on épuise les ressources naturelles, nous en serons, à terme, privés : donc pas de tomates en hiver, ni de fraises à Noël ! Le pain quant à lui vient de deux boulangeries colombelloises qui fabriquent du pain traditionnel.

Quand les commandes sont arrivées dans le frigo de la restauration scolaire, il n'y a plus qu'à cuisiner pour toi et tes 399 copains ! Et alors là, il faut de l'organisation car les repas sont préparés au jour pour le jour pour que les produits soient frais et pleins de vitamines. Mais le chef et son équipe ont l'habitude. Ils commencent à 7h pour être prêts pour ton repas à 11h45 et, toi, tu as juste à le déguster !

Ensuite, vient le temps de ranger et de nettoyer la cuisine, la vaisselle et les réfectoires afin d'être prêts pour t'accueillir de nouveau le lendemain.

Et vous êtes aussi **138 demi-pensionnaires** à l'école des Tilleuls à déjeuner avec vos camarades de Mondeville avec des plats de qualité !



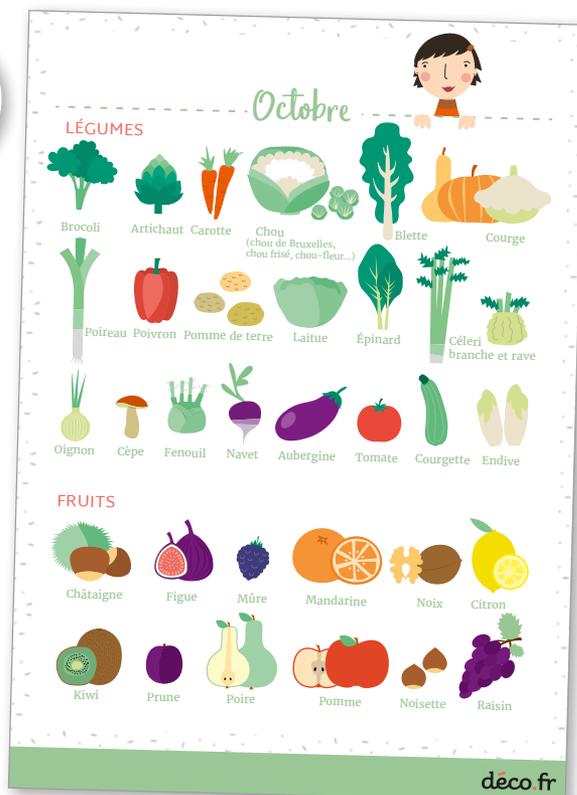
EN CHIFFRES

Tous les jours pour réaliser les menus équilibrés, l'équipe de restauration travaille en moyenne **150 kg** de matières premières !

- **21 kg** de crudités par repas pour l'entrée
- **39 kg** de viande/repas ou **35 kg** de poissons
- **40 kg** pour l'accompagnement (légumes et/ou féculents)
- Et pour les desserts, il faut compter : 400 pièces minimum ou **60 kg** de fruits

LE SAVAIS-TU ?

Cinq personnes travaillent chaque jour pour composer, commander, élaborer et servir les 400 repas. Cyrille Arnault, chef de cuisine, Jean-Luc Lecœur, second de cuisine et trois cuisiniers. Sans compter les agents et les animateurs qui encadrent les enfants sur la pause méridienne.



JEUX

RELIE LES PHRASES AVEC LE BON MOT

A : sucre • B : pâte C : pommes • D : haricots

1. Il n'allait pas bien et il est tombé dans les
2. Tu as tout cassé, comment on va faire ? C'est la fin des
3. Tu ne fais rien, tu mets la main à la, s'il te plaît !
4. Arrête de lui casser du sur le dos !

Réponses : 1C / 2D / 3B / 4A

JOUE AVEC LES EXPRESSIONS

Complète les phrases en trouvant la bonne expression.

- A. Exagérer un événement, un fait : en faire tout un
- B. Avoir beaucoup de choses à faire : avoir du sur la planche
- C. Être entre deux sentiments : être mi-....., mi-.....
- D. Être sans valeur : être à la
- E. Avoir les joues rouges : être rouge comme une

Réponses : A. fromage • B. pain
C. mi-figue mi-raisin • D. noix • E. tomate