



RECETTES VÉGÉTALES

Un groupe de travail pour des recettes durables

Pour diversifier la palette de menus à base de protéines végétales, le Siresco crée et expérimente de nouvelles recettes.

Publié le 2 septembre 2019

Le Siresco a constitué un groupe de travail pour des recettes durables, piloté par la diététicienne, et composé de 6 cuisiniers qui ensemble élaborent de nouvelles recettes qui sauront à la fois éveiller les papilles des enfants mais aussi leur apporter leurs apports énergétiques journaliers.

L'objectif est de disposer de 60 recettes à base de protéines végétales. Dans un premier temps, des dégustations en interne ont eu lieu et des dégustations auprès des enfants sont prévues en juin.

A chaque nouvelle dégustation les critiques constructives font évoluer les plats pour créer des recettes toujours savoureuses.

Pour un meilleur équilibre entre protéines animales et végétales

La mise en place de ce groupe de travail s'inscrit dans une prise de conscience globale sur la nécessité de rééquilibrer les apports en protéines animales qui sont aujourd'hui prédominantes avec 70% des apports, alors que les nutritionnistes conseillent un apport de protéines à 50% végétales et à 50% animales.

Le Siresco veut donner le choix aux enfants qui le veulent de pouvoir manger ce qu'ils souhaitent et de découvrir de nouvelles saveurs.

Diversifier l'alimentation des enfants

Le Siresco s'engage à proposer dès la rentrée 2019 un menu végétarien tous les jours dans toutes les écoles proposant un double choix.

Cette décision s'inscrit dans la continuité des actions du syndicat, puisque les menus végétariens (avec oeufs et produits laitiers et sans viande ou poisson) ont toujours fait partie des menus proposés aux enfants, un repas composé d'une omelette ou d'une tarte au fromage étant considéré comme un menu végétarien.

Depuis 2015, le Siresco propose des recettes avec des protéines végétales, pour apprendre aux enfants à manger différemment.

Un retour vers plus de protéines végétales a des bénéfices pour la planète, car l'impact environnemental de la production de protéines végétales est largement inférieur à celle des protéines animales, mais aussi des bénéfices sur notre santé.

La restauration collective scolaire joue un rôle majeur dans l'éducation au goût et au développement durable.

Elle favorise des pratiques alimentaires plus diversifiées et peut contribuer à faire prendre conscience qu'un repas sain et équilibré n'est pas systématiquement composé de viande ou de poisson.

Loi Egalim - votée le 2 octobre 2018

Dans le cadre de la loi Egalim, toutes les écoles devront proposer au moins une fois par semaine, un menu végétarien. Cette démarche s'inscrit dans la lutte contre le gaspillage alimentaire, en effet les aliments tels que le poisson, la viande, les œufs sont à l'origine de 50 % du gaspillage alimentaire.

Nouvelles recettes végétales

