

ZOOM SUR L'ÉTIQUETAGE DES LABELS ENTRANT DANS LES 50 % DE PRODUITS DURABLES ET DE QUALITÉ

Les services de restauration scolaire et universitaire doivent proposer, depuis le 1^{er} janvier 2022, au moins 50% de produits de qualité et durables, dont au moins 20% de produits biologiques. Voici les signes de qualité qui ont été retenus :



Les produits biologiques sont issus d'une agriculture garantissant la non-utilisation des produits de synthèse et des conditions d'élevage à haut niveau de bien-être.



Le label rouge garantit une qualité supérieure par rapport à des produits similaires grâce à des conditions plus exigeantes et des tests sensoriels.



Les appellations d'origine (AOC /AOP) et les indications géographiques protégées (IGP) sont des signes officiels d'identification de l'origine des produits. Ils confèrent un savoir-faire particulier intimement lié à la zone de production.



Ce label désigne les produits bénéficiant d'une spécialité traditionnelle garantie (STG) : mode de production, recette ou composition traditionnelle.



Les produits bénéficiant de la mention "Issu d'une exploitation à haute valeur environnementale" (HVE niveau 2) sont issus d'une exploitation adoptant des techniques à faible impact environnemental.



Ce label désigne les produits issus de la pêche maritime et bénéficiant de l'écolabel pêche durable.



Le Label « région ultrapériphérique » (RUP) concerne les produits agricoles de qualité spécifiques aux régions ultra-périphériques dont font partie les départements français d'outre-mer.



Qu'est ce que la mention HVE ?

Le logo "Haute Valeur Environnementale" (HVE) est une certification environnementale qui garantit que les pratiques agricoles utilisées sur l'ensemble d'une exploitation préservent l'écosystème naturel et réduisent au minimum la pression sur l'environnement (gestion de l'irrigation et de la fertilisation, préservation de la biodiversité, stratégie phytosanitaire).

Les céréales certifiées « Haute Valeur Environnementale ».

Les producteurs de céréales s'engageant dans la mise en place d'un cahier des charges qui permettra aux productions céréalières et, plus largement aux grandes cultures d'accéder à la certification « Haute Valeur Environnementale » (HVE). Cela se traduit au sein de l'exploitation par des engagements concrets et mesurables qui permettent de valoriser la qualité environnementale de la production sur toute la filière, depuis les grains récoltés jusqu'aux produits issus de la première et de la seconde transformation.

CONCOURS NATIONAL DE DESSIN « LES CHAMPIONS DE L'ANTIGASPI » DU 19 SEPTEMBRE AU 28 OCTOBRE 2022

Principe

Ce concours de dessin est ouvert à tous les élèves déjeunant dans les restaurants scolaires participant à l'animation Graines de Champions. Nous avons décidé cette année de l'articuler autour de la lutte contre le gaspillage alimentaire qui est un enjeu sociétal majeur. Le principe est de créer, par un dessin, un découpage ou collage, une affiche sensibilisant à la lutte contre le gaspillage alimentaire en utilisant l'un des 4 slogans : « spaghetti, pas de gaspi », « riz, zéro gâchis », « pain, on ne jette point », « maïs doux, on mange tout ».

La lettre dédiée au gérant de chaque restaurant précise également ces modalités ; il pourra la transmettre au responsable des animateurs et/ou agents de restauration.

Comment participer ?

Les animateurs et/ou agents de restauration réuniront un groupe d'enfants lors de la pause méridienne ou en centres de loisirs.

Ils leur proposeront de créer un dessin illustrant l'un des 4 slogans : « spaghetti, pas de gaspi », « riz, zéro gâchis », « pain, on ne jette point », « maïs doux, on mange tout », pour devenir le champion de l'antigaspi, à l'aide des modèles de fiches (150 exemplaires dans chaque kit). Les collages et découpages sont acceptés.

Pour faciliter l'envoi des dessins, les enfants n'auront qu'à compléter ces fiches. La participation est individuelle et les dessins créés grâce aux fiches vierges à compléter.

L'ensemble des propositions devront être adressées à la société VIANOVA ANKEA par l'intermédiaire d'un responsable (animateur, agent de restauration, responsable périscolaire, responsable de restauration, etc.), **avant le 28 octobre 2022.**



La transmission des dessins pourra se faire :

- soit par courrier postal à : Agence Vianova ankea – Concours « Les champions de l'antigaspi » 43 rue Taitbout – 75009 Paris
- soit par mail à elisabeth.bichot@grc-com.fr

Un jury interne et externe mis en place par Intercéréales sélectionnera courant novembre 2022, les gagnants de ce concours. Les dotations sont individuelles. Les auteurs des 20 dessins lauréats recevront un skateboard et les 80 suivants, des boomerangs. Les dotations seront envoyées directement au restaurant ou à la municipalité, et c'est le responsable de la restauration qui remettra les lots aux gagnants.

Les critères seront la créativité, l'originalité et l'intégration d'un message visant à adopter les bonnes mesures pour lutter le gaspillage alimentaire.

Ce concours est également ouvert aux enseignants qui peuvent faire participer leurs élèves en classe ; les mêmes modalités s'appliquent.

Règlement du concours

Déposé chez un huissier, vous pouvez le télécharger directement sur : www.intercereales.com/grainesdechampions2022

MODALITÉS D'ANIMATION

Choisissez une semaine d'animation entre le 19 septembre et le 28 octobre 2022.

Une semaine avant l'animation

- Diffusez les informations aux animateurs et agents de restauration.
- Proposez-leur les activités mentionnées dans ce document et dans la lettre destinée au gérant du restaurant scolaire, et remettez-leur les 2 sachets de graines.
- Présentez-leur le concours de dessin en leur exposant le principe de participation et les fiches à compléter par les enfants. Les gagnants recevront leurs lots fin novembre 2021.

Le premier jour de l'animation

- Mettez en place les 8 posters et le poster éducatif.
- Distribuez les journaux « L'Épik » et les planches de stickers à vos jeunes convives.

Sur la période d'animation

- Proposez 4 recettes à base de céréales et produits céréalières dont une recette végétarienne à base de céréales et légumineuses (cf. livret de recettes à votre attention).
- Travaillez en collaboration avec les animateurs pour la mise en place éventuelle d'activités lors de la pause méridienne.
- Les animateurs et agents de restauration porteront les dossards pour les impliquer dans l'animation et donner une ambiance de fête.
- S'ils le souhaitent, les animateurs et agents de restauration participeront au concours de dessin **valable jusqu'au 28 octobre 2022.**



Guide du Responsable de la restauration



DES OUTILS POUR IMPLIQUER TOUS LES ACTEURS

Intercéreales vous propose de participer à son animation « Graines de Champions », qui invite vos jeunes convives à découvrir l'univers des céréales et des produits céréaliers à travers l'activité physique et le sport.

À l'occasion de la tenue des Jeux Olympiques 2024 en France, ils pourront découvrir l'origine, la culture et les bienfaits du blé dur, blé tendre, maïs et riz.

LES OUTILS À VOTRE DISPOSITION

Dans cette enveloppe, vous trouverez :

POUR LE CHEF DE CUISINE

Un livre de recettes innovantes

Nous vous suggérons, pendant l'animation, de cuisiner au moins 4 recettes à base de céréales et produits céréaliers.

Ce livre vous donnera de nombreuses idées de recettes, parmi lesquelles quelques associations végétariennes avec des légumineuses.



POUR LES ASSOCIATIONS DE PARENTS D'ÉLÈVES

Un dépliant d'informations

Les parents sont de plus en plus attentifs à l'alimentation des élèves et à la vie du restaurant scolaire. C'est pourquoi, Intercéreales leur propose un dépliant d'informations sur les céréales et les produits céréaliers et leurs préconisations d'utilisation sur le plan nutritionnel.

Cette enveloppe contient 5 exemplaires de ce dépliant, à remettre aux associations de parents d'élèves, par exemple lors de commissions menus.



POUR LES ANIMATEURS ET AGENTS DE RESTAURATION

Des idées d'activités et des outils afin de créer des animations pour les enfants

Plusieurs activités peuvent être développées pendant l'animation, lors de la pause méridienne, ou en centres de loisirs. Voici quelques exemples pour guider les animateurs et les agents de restauration. N'hésitez pas à diffuser cette information avant le début de votre animation.

Activité 1 : Commentaires autour de la recette du jour à base de céréales ou produits céréaliers

Objectif : Valoriser le plat servi et familiariser les enfants aux ingrédients d'une recette.

Déroulé : En s'appuyant sur les ingrédients de la recette servie, expliquer l'origine du produit céréalier, sa fabrication, sa culture. Aborder également l'origine de la recette et comment a été cuisiné ce plat : est-ce que les enfants ont déjà goûté cette recette ? De quelle origine est-elle ? Quelles saveurs y retrouvent-ils ?

Activité 2 : Ateliers créatifs autour des céréales

Objectif : Découvrir les céréales et produits céréaliers à travers des activités artistiques et ludiques.

Matériels nécessaires : Graines de céréales fournies dans le kit, farines et outils de dessin.

Déroulé : Réaliser une séance en présentant des œuvres artistiques mettant en scène des céréales (par exemple : Arcimboldo). Les enfants échangent sur ces œuvres. Ensuite, leur proposer de s'inspirer des œuvres vues pour réaliser des dessins, collages, tressages... avec des graines de céréales, des farines et des produits céréaliers.

Activité 3 : Accompagnement dans la lecture du journal L'Épik

Objectif : Aider les enfants à lire L'Épik et à réaliser les jeux.

Déroulé : Pendant la pause méridienne, rassembler 10 enfants autour d'une table (avant ou après le repas) et discuter autour de L'Épik : Que font les grains personnifiés ? Comment sont cultivées les céréales présentes ? Les enfants connaissent-ils des exploitations céréaliers ? Connaissent-ils les étapes de fabrication des pâtes, du pain ? Etc. Puis aider les enfants à faire les jeux du journal L'Épik.

Remettez les outils à disposition des animateurs et des agents de la restauration.

Des graines de céréales à semer Pour une mise en pratique immédiate des activités suggérées.



2 dossards Très visuels, ils permettront aux agents de restauration d'aborder facilement la thématique de l'opération.



DES OUTILS POUR INFORMER ET ANIMER

Dans chaque kit vous recevrez, vous trouverez le matériel nécessaire à la mise en place de votre animation.

À AFFICHER DANS LE RESTAURANT SCOLAIRE



Quatre posters ludiques

Le kit contient 2 jeux de 4 posters.

Décoratifs et humoristiques, ils plongeront votre restaurant dans l'univers du sport. Vos jeunes convives s'amuseront à découvrir les céréales, leurs origines et leurs bienfaits à travers 4 disciplines sportives.

Un poster éducatif

Le kit contient 1 exemplaire.

Ce poster est destiné à être affiché de façon pérenne dans vos restaurants scolaires. Il présente aux enfants la place des céréales dans l'alimentation et à travers les 4 repas quotidiens.



À DISTRIBUER AUX JEUNES CONVIVES

Le journal sportif L'Épik

Le kit contient 150 exemplaires de ce journal.

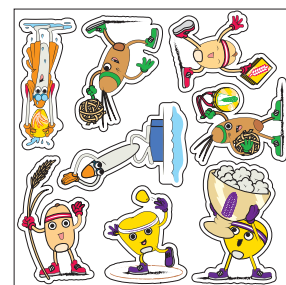
Il est conçu comme un véritable journal sportif. Ses contenus pédagogiques et ludiques sont adaptés à tous les âges. Les enfants découvriront l'univers des céréales à travers le sport et ses bienfaits sur l'équilibre alimentaire.



Des autocollants

Le kit contient 150 planches composées de 8 autocollants

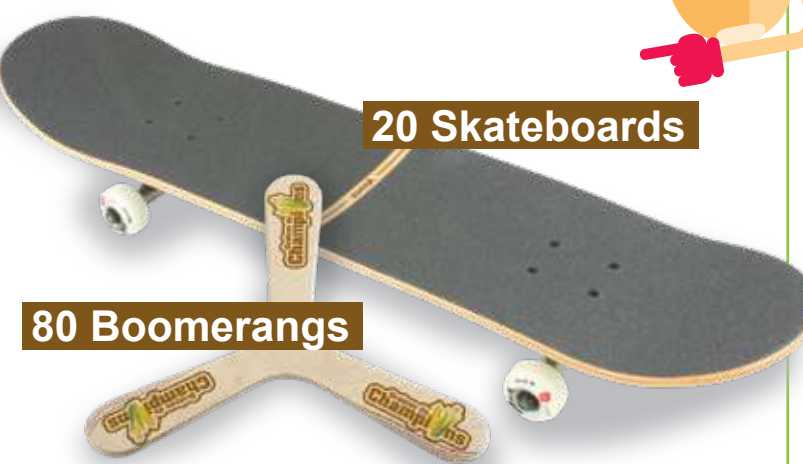
Des autocollants ludiques et faciles à manipuler qui susciteront la curiosité des enfants.



Un grand concours pour vos jeunes convives

Le principe est de créer un dessin illustrant l'un des 4 slogans : « spaghetti, pas de gaspi », « riz, zéro gâchis », « pain, on ne jette point », « maïs doux, on mange tout » (plus d'informations au verso).

A GAGNER !



L'ÉQUILIBRE ALIMENTAIRE EN RESTAURATION COLLECTIVE

La loi du 30 octobre 2018 portant sur l'agriculture et l'alimentation, dite « loi EGAlim », prévoit un ensemble de mesures pour la restauration collective publique et privée. Celles-ci concernent divers domaines comme l'approvisionnement, la diversification des sources de protéines, l'interdiction des ustensiles en plastique à usage unique ainsi que l'obligation de mettre en place une démarche de lutte contre le gaspillage alimentaire.

Depuis le 1^{er} janvier 2022, la restauration collective doit proposer au moins 50% de produits durables dont au moins 20% de produits bio ou en conversion (sous signes d'origine ou de qualité).

Afin de favoriser la diversité de notre alimentation, la loi EGAlim prévoit également, à titre expérimental durant 2 ans, la mise en place au moins une fois par semaine d'un menu végétarien qui aura pour objectif de promouvoir les protéines végétales en restauration collective.

Ce menu végétarien ne doit pas comprendre de viande, ni de poisson ou mollusques et crustacés, ni en entrée, ni en plat, ni en ingrédient dans la sauce et la garniture. Il peut cependant comporter des œufs ou des produits laitiers. Pour ce faire, vous pouvez privilégier le « fait maison » et les aliments bruts, en utilisant des aliments frais, en conserve ou surgelés non préparés et en proposant des plats complets en protéines végétales qui associent céréales et légumes secs (lentilles, pois, haricots, fèves...). Vous pouvez retrouver des recettes adaptées à la restauration collective avec des propositions de plats végétariens alliant notamment céréales et légumineuses dans le livret de recettes.

Les céréales contribuent donc à cet équilibre alimentaire au sein de vos menus en se combinant à la fois avec des protéines animales telles que la viande, le poisson et les œufs mais aussi avec des protéines végétales par l'association avec les légumes secs sans oublier les légumes et les fruits.

Les grands objectifs nutritionnels définis pour les populations

- 1/ Augmenter la consommation de fruits, de légumes frais surgelés ou en conserve
- 2/ Augmenter la consommation de féculents en favorisant les produits céréaliers complets ou semi-complets, les légumineuses et les pommes de terre
- 3/ Diminuer les apports lipidiques et rééquilibrer la consommation d'acides gras
- 4/ Diminuer la consommation de glucides simples ajoutés
- 5/ Augmenter les apports en fer en diversifiant les sources de protéines
- 6/ Augmenter les apports calciques par des consommations suffisantes de produits laitiers

Réduction du gaspillage alimentaire en restauration collective

Même si le pain et l'eau sont mis à disposition sans restriction en restauration scolaire, nous vous conseillons par exemple de couper le pain au fur et à mesure des besoins afin de sensibiliser vos jeunes convives au gaspillage alimentaire. Vous pouvez également proposer des tranches plus petites, tester différents emplacements pour les corbeilles à pain et réutiliser le pain en excédent avec des recettes de type pain perdu, bruschetta, croûtons...

Les qualités nutritionnelles des céréales et des produits céréaliers

Les produits céréaliers sont une grande famille qui ne se limite pas aux céréales du petit-déjeuner. La farine, le pain, les biscottes, la semoule, les pâtes, le riz, le couscous, le boulghour, les flocons d'avoine, les galettes de sarrasin, la polenta, le quinoa... autant de produits bien connus, sont issus de céréales.

Riches par leur diversité, les céréales sont aujourd'hui la base de nombreux produits qui constituent notre alimentation quotidienne.

Selon les produits, ils contiennent :

- **des glucides complexes** qui fournissent une énergie que le corps est capable d'utiliser progressivement.
- **des protéines végétales** qui sont présentes en bonne quantité dans les céréales (7 à 14%). Les protéines sont indispensables à la structure de notre corps et régulent la quantité des glucides dans notre sang (glycémie).
- **peu de lipides** : les céréales ont une teneur faible en matières grasses et particulièrement les graisses saturées.
- **des fibres** qui jouent un rôle essentiel au bon fonctionnement de la digestion et qui participent au contrôle de la glycémie. Les fibres sont consommées en quantité insuffisante par la population. Elles sont protectrices de nombreuses pathologies telles que certains cancers.

Repère de consommation pour la catégorie féculents² (pain, céréales, pommes de terre et légumes secs) : à chaque repas et selon l'appétit

- **Au petit-déjeuner, préférer le pain complet ou des céréales complètes peu sucrées** contenant moins de sucres et matières grasses, (pétales de maïs, grains de riz soufflés, grains de maïs soufflés, flocons d'avoine) plutôt que les formes plus sucrées et grasses comme les céréales fourrées et caramélisées.
- **Privilégier la diversité** : pain, riz, pâtes, semoule, boulghour, blé, quinoa, orge, pommes de terre, lentilles, pois, haricots... et penser au pain et autres aliments céréaliers semi-complets et complets pour mieux varier.
- **Associer céréales et légumineuses** permet de diversifier les sources de protéines en obtenant tous les acides aminés essentiels dans l'assiette. Cette nouvelle recommandation vise aussi à apporter plus de fibres dans l'alimentation. La proportion est de 2/3 de céréales pour 1/3 de légumineuses. Par exemple vous pouvez associer le riz aux lentilles ou bien des pois chiches et le blé ou encore les haricots rouges au maïs.

1- Recommandation nutrition du GEM-RCN (groupe d'étude des marchés de restauration collective et nutrition).

2- Recommandation selon l'INPES (institut national de la prévention et d'éducation à la santé).