

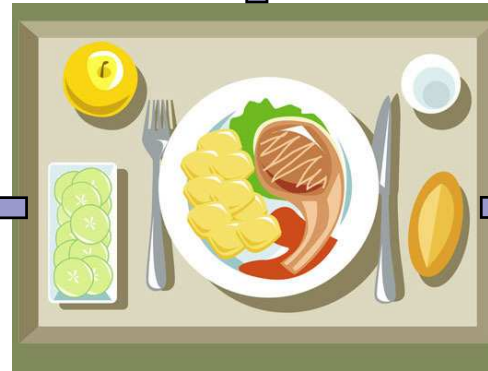
Mon repas à la cantine, c'est ...

Un repas composé de 4 ou 5 éléments

- ◆ 1 plat principal
- ◆ 1 plat de garniture
- ◆ 1 produit laitier
- ◆ « 1 entrée » ou « 1 dessert » ou « 1 entrée et 1 dessert »

Des portions adaptées et limitées pour les plats suivants :

- ◆ entrées pâtisseries (quiche, pizza, friand ...)
- ◆ plats principaux contenant + de 15 % de lipides (viande hachée, produits panés, charcuterie ...)
- ◆ desserts gras et/ou sucrés (pâtisserie, biscuit, glace, mousse ...)



Des menus variés et contrôlés :

- ◆ pour garantir l'apport en fibres et vitamines
- ◆ pour garantir l'apport en calcium
- ◆ pour garantir les apports en fer et oligo-éléments
- ◆ pour limiter les apports de matières grasses
- ◆ pour limiter des apports en sucres simples

Des produits disponibles :

- ◆ l'eau à disposition sans restriction
- ◆ le pain en libre accès
- ◆ le sel et les sauces (mayonnaise, vinaigrette...) ne sont pas en libre accès mais servis en fonction des plats.

**Il est conforme à l'arrêté ministériel du 30 septembre 2011
sur la qualité nutritionnelle de repas servis en restauration scolaire**