

Du nouveau sur les menus de la Cantine



Les règles obligatoires des cantines



| Catégorie | Définition | Fréquence recommandée (sur 20 repas successifs) |
|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|
| A Entrée Grasse | Entrées contenant plus de 15% de lipides | 4/20 maxi |
| B Crudités | Crudités de légumes ou de fruits, contenant au moins 50% de légumes ou de fruits | 10/20 mini |
| C Produits Frits ou Pré Frits | Produits à frire ou pré-frits contenant plus de 15% de lipides | 4/20 maxi |
| D Plats Protidiques | Plats protidiques ayant un rapport P/L inférieur ou égal à 1 | 2/20 maxi |
| E Poisson | Poissons ou préparations à base de poisson contenant au moins 70% de poisson, et ayant un P/L supérieur ou égal à 2 | 4/20 mini |
| F Viande Non haché de bœuf, de veau ou d'agneau et abats | Viande non hachée de bœuf, de veau ou d'agneau, et abats de boucherie | 4/20 mini |
| G Plats Cuisinés à base de viande ou de poisson | Préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson ou d'œuf, contenant moins de 70% du grammage recommandé pour la denrée protidique des plats composés | 3/20 maxi |
| H Cuités | Légumes cuits, autres que secs, seuls ou en mélange, contenant au moins 50% de légumes | 10 sur 20 |
| I Féculents légumineuses | Légumes secs, féculents ou céréales, seuls ou en mélange contenant au moins 50% de légumes secs, féculents ou céréales | 10 sur 20 |
| J Fromage | Fromage contenant plus de 150 mg de calcium par portion (4) | 8/20 mini |
| K Fauxmage | Fromages dont la teneur en calcium laitier est comprise entre 100 mg et moins de 150 mg par portion (4) | 4/20 mini |
| L Yaourt | Produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100 mg de calcium laitier, et moins de 5 g de lipides par portion | 6/20 mini |
| M Pâtisserie | Desserts contenant plus de 15% de lipides | 3/20 maxi |
| N Dessert Lacté sucré | Desserts ou produits laitiers contenant plus de 20 g de glucides simples totaux par portion et moins de 15% de lipides | 4/20 maxi |
| O Fruit | Desserts de fruits crus 100% fruit cru | 8/20 mini |



« Fait Maison »

Afin de renforcer l'information du consommateur, la mention **Fait maison** doit signaler les plats cuisinés ou transformés sur place à partir de produits frais ou bruts ou de produits traditionnels de cuisine (huile, beurre, pain...). Cette mention permet de distinguer les plats de fabrication artisanale des plats ou ingrédients industriels, prêts à l'emploi, achetés en grande surface ou auprès d'un grossiste, réchauffés ou assemblés

Groupe d'Études des Marchés de la Restauration Collective et de la Nutrition:

- Le GEMRCN ne s'applique qu'en restauration collective.
- Il rédige des documents techniques dont l'objectif est d'aider les acheteurs publics à élaborer leurs cahiers des charges et leurs contrats pour la restauration collective. Il est constitué de professionnels de la nutrition, de la restauration et de la diététique.
- L'objectif est d'améliorer la qualité nutritionnelle des repas servis en collectivité.
- Les premières recommandations ont été publiées en 1999, la dernière version date d'Août 2013.



Label pour la Viande

Créée en 2000 et reconnue par les Ministères de l'Agriculture, de l'Environnement et de la Santé, l'association Bleu-Blanc-Cœur construit depuis 20 ans des filières agricoles responsables et durables, visant à améliorer la qualité nutritionnelle et environnementale de notre alimentation et impactant ainsi positivement la santé de la Terre, des animaux et des hommes.