

## Mon resto', comment ça marche?

Les repas de vos enfants sont préparés **sur place** par Josiane CHARLES, cuisinière de la municipalité.

Les commandes de matières premières **produits bruts (privilégiant les circuits courts)** seront réalisées par Valérie PARADOT (assistante technique API restauration)



**API restauration** est une société de restauration collective originaire du Nord de la France (entreprise familiale depuis sa création en 1956).

L'agence régionale API restauration Aquitaine est basée à Mérignac et assure la prestation de restauration sur 4 départements (Gironde, Nord des Landes, Lot et Garonne, Dordogne)

Valérie PARADOT, **Assistante technique API**, garantit le bon suivi de la prestation.

Hélène LAROCHE, **diététicienne API**, veille au respect de l'équilibre alimentaire.

## Zoom sur la conception des menus

Les menus sont réalisés par Josiane CHARLES et Valérie PARADOT à partir d'un plan alimentaire spécifique.

**Plan alimentaire**

- Crudité et fromage
- Bœuf sauté
- Féculent
- Fruit cuit

Assure le respect :  
- des engagements contractuels  
- de l'équilibre alimentaire

Liberté de création suivant :  
- la saisonnalité  
- les habitudes  
- le goût des convives  
- les contraintes de production

**Menus**

- Carottes râpées à l'emmental
- Bœuf bourguignon
- Purée de pommes de terre
- Pomme au four



L'équilibre des menus est ensuite validé par Hélène LAROCHE

## La Règlementation Nutrition

Les repas de vos enfants sont conçus dans le respect du Décret Nutrition.

Ce décret a été adopté en 2011 afin de réduire la consommation de sel, de sucre, de gras et d'augmenter la consommation de fruits et de légumes.

### Fréquences de service :

Certains produits sont ainsi favorisés dans les menus :

crudités, fruits crus, produits laitiers riches en calcium, viandes entières riches en fer.

Et d'autres sont limités :

charcuteries, pâtisseries, desserts trop sucrés, viandes reconstituées, fritures.

### Grammages :

Les grammages servis sont adaptés à l'âge des convives .

### Mais aussi... le sel, les sauces, et les boissons :

Il n'y a pas de salière sur les tables, pas de sauce en libre service et uniquement de l'eau en boisson (exception tolérée pour des repas à thème).

Pour consulter le décret nutrition, flashez moi!



[www.economie.gouv.fr/daj/recommandation-nutrition](http://www.economie.gouv.fr/daj/recommandation-nutrition)



## La commission de restauration scolaire kézako?

Dans un souci de travailler avec l'ensemble des partenaires de la communauté éducative, il existe une **commission de restauration scolaire**.

*3 commissions de restauration par an*



Elle réunit des représentants de la Mairie, de l'école et du restaurant scolaire de Lugon et d'API (Assistante technique, diététicienne).

Durant cette commission :

- on réalise un bilan de la période écoulée (plats appréciés/peu appréciés, retour sur les animations, bilan technique et matériel).
- on note les suggestions de recettes et de repas à thème pour les prochains menus

## Ça bouge au resto'!

Tous les mois est proposée à vos enfants une recette originale créée par un chef API restauration : c'est la **Chronique Culinaire**.

*Envie de tester nos recettes?... flashez moi!*



[api-chroniquesculinaires.fr](http://api-chroniquesculinaires.fr)

Des **repas à thèmes** sont régulièrement proposés à chaque période scolaire.

## Pour aller plus loin...

Les menus sont **disponibles sur le site internet de la Mairie de Lugon**:

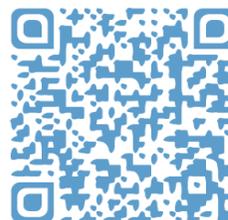
<https://www.mairie-de-lugon.org/>

Retrouvez votre édito « Soyons complices à table » dans la rubrique nutrition du site internet API.

[www.api-restauration.com](http://www.api-restauration.com)



*Flashez moi!*



## Dans l'assiette...



Chez API restauration nous privilégions les **produits bruts, locaux et de saison**.

Depuis le **4 novembre 2019**, mise en application de la **loi EGALIM**, vos enfants bénéficient chaque semaine d'un **repas végétarien**.

Pour plus d'information :

<https://sites.google.com/creapi.fr/egalimapi>



*Flashez moi!*

API RESTAURATION  
S.A. à Directoire et Conseil de Surveillance  
Capital de 1 000 000€  
RCS Lille Métropole : 477 181 010  
Siège : 384 rue du Général de Gaulle 59370 Mons-en-Baroeul

