

COURRIER ARRIVÉ  
21 SEP. 2019  
MAIRIE DE SENLISSE



Rambouillet, le 17 septembre 2019

**Objet** : présentation des menus de la semaine du goût et des animations de l'année 2019/2020

Madame, Monsieur,

Nous espérons que vous avez passé une bonne rentrée.

➔ La **semaine du goût** a lieu cette année du 7 au 11 octobre 2019. Nous avons choisi de mettre à l'honneur les traditionnelles quatre saveurs : sucrée, salée, amère et acide.

Les enfants vont pouvoir déguster un menu en découvrant chaque jour une saveur différente. Nous espérons que petits et grands se régaleront !

Vous trouverez ci-joint le menu de cette semaine, une affiche de présentation du thème ainsi que les affiches d'animations pour chaque journée.

Nous vous invitons à transmettre ces documents à vos équipes de cuisine afin de les afficher dans votre restaurant scolaire.

➔ Pour cette nouvelle rentrée scolaire, nous vous présentons le **programme de nos animations** pour 2019 / 2020.

En plus de nos repas traditionnels/fêtes calendaires ou de nos repas incontournables (repas de rentrée, fraîch'attitude, repas de fin d'année...), le thème conducteur de cette année est « les repas de nos régions » de France.

Tout au long de l'année nous vous proposerons des services de fruits en productions locales et circuits courts et nous serons à vos côtés pour vous accompagner dans vos démarches de développement durable (anti gaspillage...).

Nous espérons que les thèmes abordés tout au long de l'année permettront à tous de faire des découvertes intéressantes.

En vous souhaitant bonne réception,

L'équipe diététique



# LA SEMAINE DU GOÛT



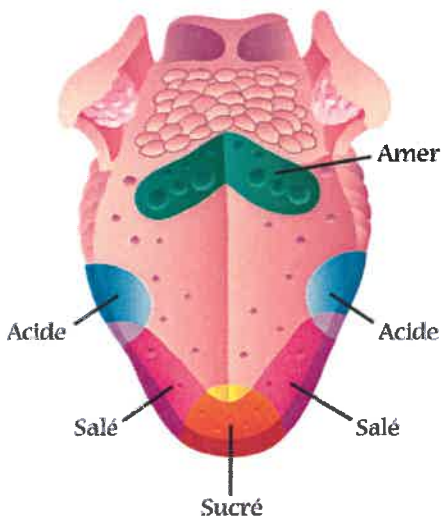
Du LUNDI 7 au VENDREDI 11 OCTOBRE 2019

COURRIER ARRIVÉ

21 SEP. 2019

« Le goût est l'un des 5 sens  
qui permet de discerner les saveurs » MAIRIE DE SENLISSE

Tous les aliments que nous consommons ont un goût spécifique que nous sommes capables de détecter grâce à des **petits capteurs** présents à la surface de notre langue.



Ces capteurs, que l'on appelle **PAPILLES GUSTATIVES**, envoient des messages à notre cerveau afin de nous informer sur la saveur de l'aliment que nous mettons dans la bouche.

Il existe **4 saveurs fondamentales** qui seront détectées par des zones précises de la langue : la pointe est très sensible au sucré. L'arrière de la langue capte l'amer. L'acide est perçu par les côtés et le salé à la fois par les bords et l'extrémité.

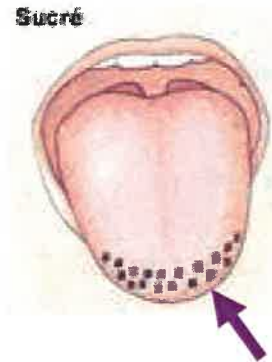




# LA SAVEUR SUCRÉE

C'est sur le bout de la langue que les papilles gustatives détectent les aliments sucrés.

La saveur sucrée est le goût le plus largement apprécié, surtout par les enfants, mais attention car manger trop d'aliments sucrés peut abîmer les dents et donner des caries !



## AU MENU DU LUNDI 07 OCTOBRE 2019

Nous vous proposons de découvrir des aliments mettant en avant la saveur sucrée.

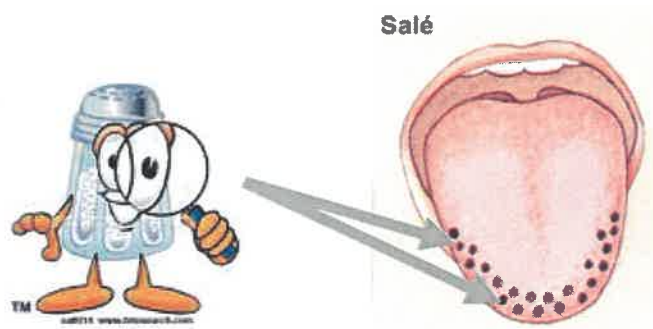




# LA SAVEUR SALÉE

C'est sur les côtés et le devant de la langue que se trouvent les papilles qui détectent la saveur salée.

Attention de ne pas en abuser, car le sel consommé en excès n'est pas très bon pour la santé !



## AU MENU DU MARDI 08 OCTOBRE 2019

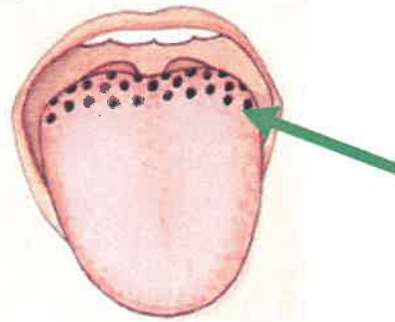
Nous vous proposons de découvrir des aliments mettant en avant la saveur salée.



# LA SAVEUR AMÈRE

Les papilles gustatives qui détectent les saveurs amères sont situées tout au fond de la langue. Souvent, les enfants n'aiment pas trop le goût amer mais apprennent progressivement à l'apprécier en grandissant...

Amer



## AU MENU DU JEUDI 10 OCTOBRE 2019

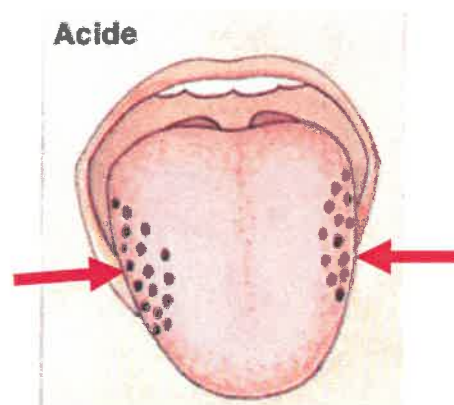
Nous vous proposons de découvrir des aliments mettant en avant la saveur amère.



# LA SAVEUR ACIDE

Les aliments acides réveillent les papilles gustatives qui sont de **chaque côté de la langue**.

Quand on mange un aliment acide, on fait parfois la grimace et on a des frissons !



## AU MENU DU VENDREDI 11 OCTOBRE 2019

Nous vous proposons de découvrir des aliments mettant en avant la saveur acide.



21 SEP. 2019

MAIRIE DE SENEHISE

# MENUS RESTAURANT SCOLAIRE



## semaine du 7 au 11 octobre 2019 SEMAINE DU GOUT

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
<b>SUCRE</b>	<b>SALE</b>		<b>AMER</b>	<b>ACIDE</b>
potage potiron	mousse de foie* et cornichon		carottes râpées au pamplemousse	tomates vinaigrette
sauté de boeuf VBF sauce aux pruneaux	émincés de poulet sauce au bleu		steak haché VBF sauce cacao	colin d'alaska sauce aux câpres
purée petits pois pomme de terre	beignets de chou fleur		gratin pomme de terre et endive	riz (et ratatouille)
velouté aux fruits mixés	gouda		carré de l'est	yaourt nature et sucre
raisins	<b>pomme BIO origine France</b>		mousse saveur chocolat (noir)	tarte au citron jus d'orange

*Ces menus sont susceptibles d'être modifiés en raison des aléas climatiques et/ou d'approvisionnements*

# CALENDRIER DES Animations ★ 2019-2020 ★

COURRIER ARRIVÉ

21 SEP. 2019

DE ST-OMER

Les repas de  
nos régions



SEPTEMBRE  
Repas antillais



NOVEMBRE  
Semaine des  
terroirs en hiver



JANVIER  
Repas savoyard



Mai  
Repas basque



Juin  
Semaine des  
terroirs en été

Nos animations  
développement durable



Des services de fruits  
en productions locales  
et circuits courts



La découverte d'un  
fruit : le kaki

AS-TU BESOIN D'AUTANT  
DE PAIN ?



Les animations  
anti-gaspillage

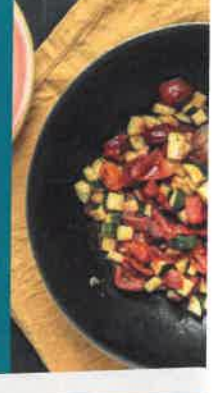


Les repas végétariens  
Une fois par semaine à partir du  
1<sup>er</sup> novembre conformément à la  
loi Egalim  
(pour une expérimentation de 2 ans)

LA SEMAINE  
DU GOÛT

LA SEMAINE  
DU GOÛT

Amer  
Acide  
Sucré  
Salé



Les autres repas à thème tout au long de l'année

Repas de rentrée, repas britannique, repas de Noël, nouvel an chinois, chandeleur, mardi gras, repas d'ouverture de la coupe d'Europe foot, fraîche attitude, repas de fin d'année

