

LA CANTINE À PARIS 18^e MAIRIE

Newsletter #42

AU MENU CETTE SEMAINE...



Quoi de mieux que de succulents plats pour garder la forme en cette période de vigilance ! Les enfants pourront déguster : un pavé de colin sauce citron, une échine et son jus aux oignons, des boulettes soja tomate sauce provençale et la recette du chef de la semaine, potage poireaux pomme de terre.

À noter ce mardi pour les collégiens et lycéens, un bar à laitage.

Consultez également les menus sur l'application et le site SoHappy, en cliquant [ici](#).

Découvrir les menus

LE MOT

DE LA DIÉTÉTICIENNE



Les amuse-bouche

C'est une façon rigolote de découvrir de nouvelles saveurs comme un grand ! Une fois par mois, un produit original est servi aux enfants, en petite quantité, dans un contenant identifiable, en plus de leur repas.

? Mars

En mars, nos jeunes convives auront le plaisir de découvrir un cake à la praline rose.

Les ingrédients et leurs intérêts

- ? Crème fraîche : apport en lipide en juste quantité
- ? Farine de blé:apport en glucides complexes
- ? Huile de colza : apport en lipide en juste quantité
- ? Levure : pour la texture finale du gâteau
- ? ?uf : apport en protéine de bonne qualité
- ? Praline rose amande : apport en glucide, protéine et lipide
- ? Sucre : apport en glucide en juste quantité

A noter : La praline rose est particulièrement utilisée en région Lyonnaise ou elle vient garnir les pâtes à brioche et pâtes à tarte.

LA RECETTE ... DU CHEF !



Potage poireau et pomme de terre

Pour lutter contre cette période compliquée, le chef vous propose un délicieux potage d'hiver avec des légumes de saison, un potage de poireau et pomme de terre !

Découvrir la recette

L'ACTU

Du côté d'un producteur...



Fournisseur:
Terres du Pays d'Othe
Localisation:
Pont sur Vanne (89)
Exploitants: (de gauche à droite)
**Z.KAHN, J.FORGEOT, F.VINCENT,
D.GOFFART, J.VINCENT**

Du côté du producteur...

Née en 2018, l'association TERRES DU PAYS D'OTHE est le fruit du regroupement de 5 producteurs convertis à l'agriculture biologique depuis près de 10 ans, implantés sur les aires de captage des eaux des affluents de la Seine, et convaincus de la nécessaire protection de la ressource en eau. Ils mutualisent ainsi leurs volumes et investissent ensemble pour valoriser leurs productions biologiques. Enfin, ils se spécialisent dans la collectivité en se dotant des moyens humains et techniques pour servir ces clientèles, dans les conditions d'exigence requises. Aujourd'hui, Terres du Pays d'Othe sert plusieurs arrondissements parisiens, en direct ou en partenariat avec Sodexo-Sogeres, de même qu'en région Bourgogne et Champagne.



Du côté des produits...

Les légumineuses (lentilles ou pois chiche) offrent une alternative de choix en termes de protéines et se prêtent à toutes les recettes, revisitées par les chefs de collectivité. Enfin, TERRES DU PAYS D'OTHE produit des huiles 1^{ère} pression à froid, riches en oméga 3 et 6 pour compléter les apports essentiels, qui invitent à redécouvrir le parfum du colza ou du tournesol, et à apprécier les vertus de la cameline et du chanvre alimentaire.

Nos engagements

- ✓ Préserver la ressource en eau, par l'absence de traitement de nos cultures assises sur les sources et les aires de captage des eaux qui desservent nos régions jusqu'à Paris.
- ✓ Transmettre notre message aux écoliers. Par notre présence régulière en collectivité, à la rencontre des jeunes, notre travail aux côtés de partenaires engagés, et notre capacité à faire du bio en quantité, en France, à deux pas de chez eux!



OTHENTIQUEMENT
Bio!