



Informations relatives au Coronavirus COVID-19



Dès lundi 16 mars au matin, et jusqu'à nouvel ordre, tous les lieux accueillant des enfants seront fermés.

À Paris comme dans toute la France, les crèches, les écoles, les collèges, les lycées et les universités seront fermés afin de limiter au maximum le risque épidémique, notamment auprès de nos aînés, particulièrement vulnérables face à la maladie.

Ces mesures de fermeture concernent tous les équipements municipaux accueillant des enfants : haltes garderies, multi accueil, jardins d'enfants, conservatoires, espaces jeunes, centres d'animations, sections jeunesse des médiathèques et bibliothèques. Toutes les activités et ateliers réunissant des enfants au sein des établissements municipaux seront annulés.

Pour en savoir plus, nous vous invitons à prendre connaissance des recommandations et mesures prises par la Ville de Paris, en cliquant [ici](#).

Quand l'école reprendra, un nouveau plat arrivera !



Jeudi 12 dernier, a eu lieu aux élémentaires 65 et 67 Damrémont, un nouveau test de recettes végétariennes : lasagnes chèvre épinard et lasagnes épinard/ricotta.

Suite à la présentation de la recette et à la dégustation, les enfants ont pu échanger entre eux pour nous donner leurs ressentis et voter.

La recette épinard/ricotta a été préférée par la quasi-totalité des enfants. Et avec 95% d'approbation de la part de nos convives, cette recette est donc adoptée.

La recette est donc prévue au menu le mercredi 8 avril 2020.

Quid de la Newsletter pendant les prochaines semaines ?

Le président de la République ayant annoncé la fermeture jusqu'à nouvel ordre des écoles françaises, cela concerne bien évidemment les écoles de l'arrondissement.

Sans activité de la vie scolaire et surtout des cantines, il est difficile de vous fournir du contenu qualitatif pour cette newsletter. Cette dernière peut donc, ne peut pas être distribuée dans vos boîtes e-mail d'ici la reprise scolaire.

Néanmoins, vous serez toujours informés de l'actualité de l'arrondissement et sur la suite de cette décision. Pour cela vous pouvez suivre notamment la [CDE](#), la [Mairie du 18e](#) et la [Ville de Paris](#) sur leurs sites web ainsi que sur leurs pages Facebook.

LE MOT DE LA DIÉTÉTICIENNE

Pour le mot de la diététicienne cette semaine, je vais analyser le repas végétarien du mercredi 18 mars.

Pour les convives élémentaires, nous sommes à 4 composantes :

- Les œufs durs représentent la part protéique du repas, ils permettent d'apporter 10g de protéine de bonne qualité indispensable pour les muscles.
- Les épinards branches à la crème sont les légumes qui apportent des vitamines et minéraux mais surtout des fibres qui aident à avoir un transit régulier.
- Les pommes de terre rondes sont les féculents qui permettent d'avoir de l'énergie tout au long de la journée avec les glucides complexes.
- Le saint nectaire représente le produit laitier qui apporte du calcium pour les os mais aussi des protéines de bonne qualité avec le lait : pour une part de 30g il y aura 7g de protéine et 156mg. Ce fromage apporte plus de 150mg de calcium, il faut en avoir 8 sur 20 repas pour couvrir les besoins en calcium.
- Poire ou kiwi qui sont les fruits de la journée apportant des fibres, vitamines et minéraux.

Pour ce repas végétarien, il apporte environ 17g de protéine de bonne qualité. Lors d'un menu végétarien, il faut environ 10g de protéine afin que les enfants ne soient pas en manque de celle-ci.

LA RECETTE ... DU CHEF !



Parmentier de poisson à la courge butternut

Pour cette semaine à la maison, le chef propose à nos jeunes convives un délicieux plat de saison : un parmentier de poisson à la courge butternut.

[Découvrir la recette](#)