

Les repas de vos enfants au banc d'essai



à Annecy. Les menus tiennent compte des recommandations nationales pour la consommation de fruits et légumes.

« **Q**u'est-ce qu'on mange à la cantine ? Voilà la première question que bon nombre d'enfants se posent tous les matins en arrivant à l'école. Et ils sont nombreux à y déjeuner : 2 100 à Annecy, 800 à Seynod, 650 à Annecy-le-Vieux, 500 à Cran-Gevrier.

Est-ce que c'est bon à la cantine ? « Bof » estiment les parents, qui se souviennent de celle de leur enfance : ses steaks à la semelle, sa purée ramollo et sa langue de bœuf, ultime punition d'une époque où les adultes n'étaient guère préoccupés par le palais des écoliers.

Les choses ont heureusement bien changé. Aujourd'hui, on mange plutôt pas mal dans les écoles de l'agglomération. D'ailleurs, on est prié de dire - et d'écrire - "restauration scolaire" plutôt que cantine, un terme indigeste aux oreilles de ses responsables, avec ses relents de ragout froid saucé au pain rassis.

Mais est-ce qu'on mange

correctement à la cantine ? Voilà la préoccupation majeure des familles, sur fond de prescriptions ministérielles où les fruits et légumes vont par cinq et le gras-salé-sucré est pourchassé sans pitié. Toutes les communes suivent aujourd'hui (plus ou moins) les recommandations du Programme national nutrition et santé (PNSS), dont l'objectif est de lutter contre l'obésité des jeunes.

Dans notre note, le soin apporté au dessert compte !

À ces questions, nous avons tenté de répondre en testant le menu d'un repas de midi à Annecy, Annecy-le-Vieux, Seynod, Cran-Gevrier et à l'établissement privé Saint-Michel.

Côté goût, les impressions que nous en avons retirées sont subjectives... jusqu'à un certain point. La note sur 10 que nous avons attribuée

n'appelle pas de généralisation : elle concerne un repas, pas forcément le plus réussi (ou le plus raté) parmi les 12 à 20 menus servis dans un mois. Elle prend en compte la qualité gustative du plat principal (ce qui "tient au corps"), mais aussi le soin apporté au dessert, parfois négligé alors qu'il représente le côté plaisir tellement important pour des enfants.

Côté diététique, quelques principes simples permettent de mesurer la qualité et l'équilibre alimentaire d'un repas. S'il comprend un légume cru ou cuit, des protéines animales, un féculent, un laitage et un fruit, c'est bien. S'il évite les préparations industrielles de faible qualité nutritionnelle (crêpes, pizzas, friands, viandes panées, fromages fondus), c'est mieux. Enfin, si le prix de revient du repas atteint au moins 1,50 €, le minimum selon l'UFC-Que Choisir pour que la qualité soit correcte, c'est presque parfait.

Muriel ROTHIER

Annecy

Original et créatif

-Le menu du jour : choux-fleur en salade, tajine d'agneau au miel, semoule de blé, camembert, pomme de Savoie.

-Bon et moins bon : le plat principal est une réussite côté goût, avec un petit côté salé-sucré original et une semoule légère.

Difficile de trouver une fausse note dans ce repas. Même la banale golden est juteuse.

-Ma note : 8/10
-Le prix moyen du repas : 1,60 €.

-Le mode de restauration : cuisine centrale et liaison froide (les repas sont préparés 1 à 3 jours à l'avance, refroidis puis remis à température le jour du repas).

-Ce qu'on ne mange pas à Annecy : les abats, poissons panés et fromages fondus.

-L'originalité côté goût : tous les desserts à base de fruits sont faits maison. « Une compote de pomme représente 450 kilos de pommes à épilucher », précise Dominique Vincent, directeur de la restauration municipale.

Annecy-le-Vieux

Équilibré mais moyen au goût

-Le menu du jour : chou vert et rouge en crudités, steak haché de porc à la sauce tomate, macaronis au gruyère, fromage blanc, pêche au sirop.

-Bon et moins bon : l'entrée baigne dans la sauce, et le steak haché de porc accompagné de pâtes aussi molles que lui, n'est pas un exploit culinaire. On s'est consolé avec un fromage blanc bien crémeux.

-Ma note : 6/10
-Le prix moyen du repas : non fourni. La société prestataire de service le facture 2,32 € à la commune.

-Le mode de restauration : prestataire (société SHCB) et liaison froide.

-Ce qu'on ne mange pas à Annecy-le-Vieux : les abats, le lapin et... le pamplemousse : « On a essayé de le servir sous toutes les formes, y compris pressé, ça ne marche pas », explique Sylvie Giroud, responsable de la restauration scolaire.

-L'originalité côté goût : tous les deux mois est servi un repas à thème. Cette année, le fil conducteur est "la Gaule".

Cran-Gevrier

Bon mais léger sur le dessert

-Le menu du jour : céleri et carottes à la vinaigrette, filet de poulet sauce estragon, galettes de brocolis et carottes, yaourt aromatisé, spéculos.

-Bon et moins bon : mention très bien pour les légumes : les galettes sont fondantes, les crudités savoureuses et raisonnablement assaisonnées. On sent que c'est "du frais". La viande est bonne aussi. La suite est moins réussie : un yaourt au goût (pêche ? Abricot ?) vaguement chimique et un dessert un peu léger : deux biscuits, qui sont aussi le féculent du jour...

-Ma note : 7/10
-Le prix moyen du repas : 1,67 €.

-Le mode de restauration : cuisine centrale et liaison chaude. Les repas sont préparés le matin même.

-Ce qu'on ne mange pas à Cran : les abats.

-L'originalité côté goût : des repas entièrement bio sont servis deux fois par an : « Y compris le pain et le sel », précise Christiane Prévost, responsable de la restauration scolaire.

Seynod

Classique et correct

-Le menu du jour : salade au bleu, tomate farcie, riz, Saint-Nectaire, compote pomme-banane.

-Bon et moins bon : la salade est relevée de morceaux de fromage qui lui donne une pointe d'originalité. La viande des tomates farcies est assez indéfinissable au premier abord (porc ? Bœuf ?) et le riz un peu sec. Le fromage est bon.

-Ma note : 7/10
-Le prix moyen du repas : 1,30 €.

-Le mode de restauration : cuisine centrale et liaison froide.

-Ce qu'on ne mange pas à Seynod : les abats et le lapin. « Les enfants n'en veulent pas, c'est trop affectif » explique

Jean-François Montagnoux, directeur de la restauration municipale. [Ndlr, il travaillait avant à Annecy-le-Vieux, où cette viande est bannie aussi.]

-L'originalité côté goût : les enfants de la cantine sont invités à tester des aliments inédits, comme, ce trimestre, de la viande de kangourou. Succès très relatif...

Saint-Michel

Tous les goûts sont au self

-Le menu du jour : assiette de crudités (betteraves), sauté de poulet à l'estragon, poignée, yaourt nature sucré, ananas au sirop.

-Bon, moins bon : l'entrée n'est pas noyée dans la sauce et le plat principal a bon goût, à condition d'apprécier la consistance molle de la poignée servie dans les cantines. Côté dessert, on aurait préféré un yaourt non pré-sucré. L'ananas est en conserve. Précision importante : ici, le restaurant est un self, les élèves ont le choix (fait sous contrôle d'adultes en primaire) entre plusieurs entrées, plats et desserts. Et il y a toujours un fromage et un fruit dans les propositions.

-Ma note : 7,5/10
-Prix moyen du repas : non fourni.

-Mode de restauration : les repas sont préparés le matin pour tout l'établissement (école-collège-lycée) par l'équipe de cuisine.

-Ce qu'on ne mange pas à Saint-Michel : pas d'interdit, selon le directeur Bruno Lecoin.

Les menus à la loupe

L'examen à la loupe des menus du mois de novembre (soit 14 repas) montre des différences assez notables entre les communes.

-Annecy-le-Vieux : trop de gras. Les ingrédients de faible coût mais de faible qualité nutritionnelle sont régulièrement dénoncés par les diététiciens : en restauration scolaire, il s'agit surtout de pâtisseries salées, de préparations panées industrielles (les poissons carrés...), de fromages à tartiner. Les cantines de Seynod en ont servi à 5 reprises, Cran-Gevrier 3 fois, et Annecy 2 fois seulement, comme plats de remplacement du porc. Annecy-le-Vieux par contre, en a servi à 10 reprises.

-Annecy : le record de fruits. Combien de fruits frais - sous toutes les formes - ont été servis aux enfants ? Annecy tient le haut du pavé avec 10 fruits sur 14 desserts, Annecy-le-Vieux s'en tire très honorablement avec 7



Le jambon blanc, un classique à grand succès ! Le DLN F.

fruits, suivis de près par Cran et Seynod (6).

-Partout, le pain est bon. Un bon point pour toutes les communes : le pain est de bonne qualité, fabriqué par des artisans-boulangers locaux. Rien à voir avec le pain industriel mou qui était servi aux enfants il y a quelques décennies.

M.R.

L'UFC Que Choisir s'intéresse aux cantines

Depuis cet automne, l'UFC Que Choisir est mobilisée contre le surpoids et l'obésité qui touchent 15,5 % des enfants en France.

À l'initiative des délégations de la région Rhône-Alpes, une pétition électronique signée par 6 600 personnes a été envoyée aux parlementaires. L'association de consommateurs réclame l'élaboration d'une "loi de prévention contre l'obésité", qui enca-

drerait notamment la publicité télévisée alimentaire à destination des enfants, et interdirait la promotion des produits gras et sucrés à destination du jeune public.

Concernant la restauration scolaire, l'association souhaite que les recommandations nutritionnelles (le PNSS) y soient obligatoirement appliquées et que toutes les écoles reçoivent régulièrement la visite d'un diététicien, qui sui-

vrait la qualité des repas servis et participerait à l'éducation nutritionnelle des enfants.

Ces mesures sont déjà effectives dans les collectivités importantes, mais pas forcément dans les petites communes, qui n'ont pas autant de moyens et considèrent la cantine avant tout comme un outil de "dépannage" pour les familles.

M.R.

