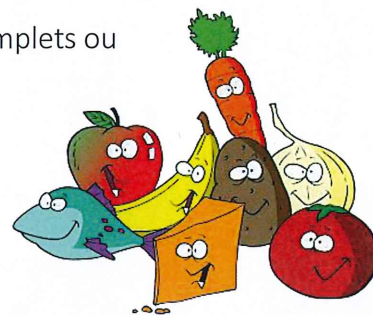


Repas scolaires

Pour le dîner, il vous est possible de commander des repas chauds complets ou de fournir un pique-nique à vos enfants.

La confection et la livraison des repas complets sont assurées par la société API Restauration. Les repas sont livrés froids et réchauffés dans les écoles pour offrir un maximum de sécurité en garantissant le respect de la chaîne du chaud et du froid.



Le repas complet proposé se compose d'un potage, d'un plat complet et d'un dessert. Les menus sont validés par une diététicienne, selon à une alimentation équilibrée, durable et étudiés pour une période d'un mois. Par souci d'équilibre nutritionnel, nous vous conseillons de commander les repas chauds par semaine ou par mois et non à la carte par jour en fonction des goûts des enfants (ce qui mène à un déséquilibre alimentaire).

Si vous optez pour le « repas tartines », il est également possible d'obtenir un bol de potage chaque jour au prix de 0,40€.

Les allergènes

Conformément à la législation, les informations détaillées relatives aux substances provoquant des allergies ou des intolérances utilisées lors de la fabrication ou de la préparation des denrées alimentaires peuvent être fournies immédiatement à votre demande par téléphone au [0472/12.02.47](tel:0472120247) ou via la plateforme (feuille annexée).

De par la difficulté de gérer les allergènes dans une cuisine de collectivité et afin d'éviter tout accident, **nous vous conseillons vivement d'opter pour les « repas tartines »** si votre enfant est **sujet aux allergies alimentaires**.

Commande des repas

Le menu vous sera transmis chaque mois afin de valider vos commandes auprès de la direction. Une **annulation** de repas est possible en cas de maladie ou d'absence non prévisible de votre enfant. Il est alors impératif de prévenir l'école **avant 9h00**. En cas d'oubli d'annulation, le repas vous sera facturé mais peut être emporter si vous le souhaitez.

Catégorie de repas	Prix (€)
Repas maternel	3,70
Repas petit primaire (1 ^{ère} , 2 ^{ème} , 3 ^{ème} primaires)	3,80
Repas grand primaire (4 ^{ème} , 5 ^{ème} , 6 ^{ème} primaires)	3,90
Potage (Bol pour « repas tartines »)	0,40

ENVIE DE TOUT SAVOIR SUR L'ASSIETTE DE VOS ENFANTS ?



"C'EST PRÊT !"
VOTRE NOUVEL ESPACE
D'INFORMATION

Grâce au portail web
"C'est Prêt!", vous pouvez facilement
et à tout instant **consulter les menus**
de votre enfant, prendre connaissance
des **ingrédients et allergènes** présents
dans les plats.



Sur smartphone

Consultez à tout moment
le menu du jour.



Sur ordinateur

Consultez les menus du jour
et des semaines à venir,
ainsi que les ingrédients
et les allergènes de chaque plat.

POUR VOUS CONNECTER

Copiez-collez l'adresse

<https://www.c-est-pret.com/scolaire/accueil/2be4856e855f422aaca962f1842d2774>

ou flashez le QR Code ci-contre.



api

Objectif zéro déchet ! L'école contre le gaspillage et pour la santé des enfants !

Gaspillage alimentaire

Les portions servies aux enfants correspondent à leurs besoins nutritionnels par catégories d'âge. Elles sont régulièrement analysées et modifiables, ce qui permet à chacun de manger à sa faim tout en luttant contre le gaspillage alimentaire.

Les repas « tartines » non terminés seront laissés dans les boîtes. Ceci vous permettra d'évaluer ce que votre enfant mange réellement et d'adapter vos portions ou menus si nécessaire.

Collations zéro déchet, la chasse à l'emballage

Un petit déjeuner complet équilibré est composé d'un féculent, un fruit, un produit laitier et d'eau. Pas d'appétit pour consommer tous ces aliments avant d'arriver à l'école ? Le repas peut être réparti sur la matinée (et donc terminé à la récréation). Si le petit déjeuner est complet, la collation de 10 heures n'est pas nécessaire, elle mène à une consommation énergétique superflue.

Les emballages représentent une quantité importante de déchets. Les collations emballées individuellement sont plus coûteuses et majoritairement très déséquilibrées pour vos enfants. Nous vous conseillons de leur proposer des collations saines et sans déchet (fruits, tartines, gâteaux ou biscuits maison...) dans une boîte hermétique.

Le potage est servi aux enfants à la pause de 10 heures (pour les repas complets et les repas tartines qui commandent un potage)

De l'eau à l'école

Nous insistons pour que vous n'offriez **ni jus de fruits, ni autres boissons sucrées** à vos enfants durant les temps scolaires. Une gourde remplie d'eau lui suffira. Des points d'eau potable sont accessibles dans chacune des écoles afin de remplir les gourdes à volonté durant la journée.

Comment remplir une boîte à pique-nique de façon savoureuse et équilibrée ?

De nombreux enfants dînent à l'école sur le temps de midi pour y manger le pique-nique qu'ils ont préparé chez eux. Il est indispensable que les enfants consomment leur dîner qui est l'un des trois repas principaux de la journée. Il est idéalement composé comme suit :

Le féculent

Vous pouvez aussi remplacer de temps à autre les tartines par du pain pita complet, de la ciabatta, d'autres spécialités de pains, de la salade de pâtes, de riz, de semoule, de blé ou de quinoa. Cela permet de casser la monotonie des tartines.

La garniture protéinée

Tartinez le pain d'une fine couche de beurre ou d'huile d'olive, évitez les sauces telles que la mayonnaise. Alternez la viande, la volaille, le poisson, les œufs, les produits végétariens et le fromage. Ne garnissez qu'occasionnellement les tartines de produits gras (salami...)

Les légumes

Présentés dans un pot séparé ou mélangés à la salade : morceaux de carottes ou de concombres, salade ou tomates. Il vous est possible de commander un bol de soupe à l'école.

Le dessert

Optez pour les fruits, un fromage blanc ou un yaourt. Remplacez les biscuits et les bonbons par des fruits à coque et des graines ou une barre de céréales. Ajoutez de temps à autre un biscuit sec comme dessert ou collation.

Les boissons

Seule l'eau est indispensable, les boissons sucrées sont à éviter à l'école.

Pour toute question ou information concernant les repas, vous pouvez contacter Mme Fanny Delbar, diététicienne : par mail (fanny.delbar@tournai.be) ou par le biais de la direction.

Déplacements divers par les bus communaux



DANS L'ENTITÉ		
Primaire	Par enfant arrivé entre le 28 août et le 31 décembre et par année scolaire	10,00€
	Par enfant arrivé entre le 1 ^{er} janvier et le 31 mars et par année scolaire	5,00€
Maternelle	Par enfant arrivé entre le 28 août et le 31 décembre et par année scolaire	6,00€
	Par enfant arrivé entre le 1 ^{er} janvier et le 31 mars et par année scolaire	3,00€

HORS ENTITÉ	
Trajet aller-retour (le même jour) entre 1 et 50 km	5,00€
Trajet aller-retour (le même jour) entre 51 et 250 km	10,00€
Trajet aller-retour (le même jour) entre 251 et 400 km	20,00€

Projet d'établissement relatif à la mobilité douce : non-application du forfait

Le forfait ne sera pas dû par le parent, si la classe à laquelle appartient l'élève a renoncé à utiliser le service de transport, dans le cadre d'un projet d'établissement, axé notamment sur la mobilité douce.