

La volaille



En 2017, la viande de volaille est devenue la viande la plus consommée à travers le monde. Ainsi, dans de nombreux pays elle détrône la viande porcine qui détenait la première place depuis déjà de nombreuses années.

Avec un peu plus de 1,8 MT de volailles produites en 2017, la France est aujourd'hui le 3^e pays producteur de l'Union européenne. Elle se place ainsi derrière la Pologne et le Royaume-Uni. En tête de liste de la production, c'est sans surprise que l'on retrouve le poulet de chair. À lui seul, il représente 68,5 % de cette production, contre seulement 19,3 % pour la dinde et 10,5 % pour le canard (dont presque la moitié concerne le canard gras issu de la filière des palmipèdes à foie gras). Quant à la pintade, sa production est assez faible, puisqu'elle n'est que de 39 400 tonnes. À noter que sur ces 1,8 MT de volailles abattues, 1,2 MT ont été destinés au marché français, ce qui est non négligeable lorsque l'on sait que pour cette même année, les Français ont justement consommé près de 27 kg de volailles par habitant, dont 19,7 kg de poulet et 4,3 kg de dinde. Toutefois, contrairement à la tendance mondiale, la viande de volaille se classe toujours en 2^e position dans notre consommation, juste derrière la viande porcine (33,1 kg pour la même période).

La sélection du mois

- Escalope de dinde viennoise
- Paupiette de lapin
- Poulet blanc fermier Label Rouge
- Suprême de pintade



DIDIER BROTTES
Responsable qualité



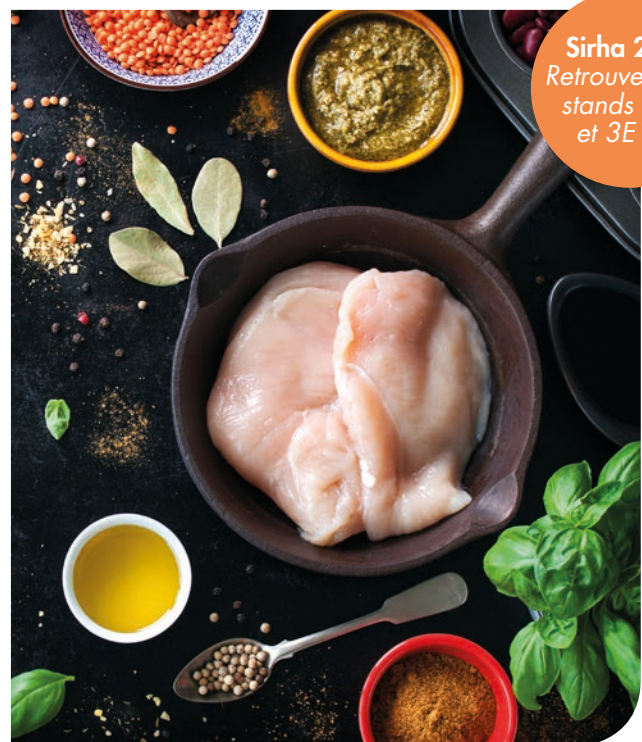
SANDRINE RAJAUD
Diététicienne



Restauration Collective, en partenariat avec la société VICI, vous propose depuis 13 ans la rubrique Carnet de l'expert - Achats CCTP (anciennement Les Cahiers de l'acheteur - CCTP mode d'emploi). Ce guide pratique présente 4 produits détaillés et comparés au travers des fiches techniques fournies par les industriels et les distributeurs. Un grand merci à eux pour leur collaboration.

Zoom marchés publics

Dindes, pintades, poulets, canards, chapons... La richesse du patrimoine agricole français incite l'acheteur à privilégier les produits de terroirs. Comment voir clair dans les désignations et les signes de qualité ? Comment traduire son besoin dans le cahier des charges d'un marché public sans être accusé de localisme, concept honni (et interdit) par le droit positif de la commande publique ? La bonne nouvelle, c'est qu'il est possible d'acheter local et de qualité. Pour cela, il est indispensable de bien définir son besoin et de connaître le marché. Il faut aussi repérer et identifier les différents signes de qualité et mentions valorisantes. Le dispositif français et européen en distingue trois grandes catégories, (non spécifiques à la volaille) : les signes officiels d'identification de la qualité et de l'origine (AOP, AOC, STG, AB, IGP), les mentions valorisantes (« produit de montagne », « produit fermier », produit pays »), et les certifications de conformité, qui attestent de la qualité supérieure intrinsèque du produit. L'expertise « achat », alliant les connaissances produits, besoin et marché, est primordiale mais pas suffisante. La technicité juridique de l'achat public doit être maîtrisée. Les spécifications techniques (relevant du cahier des charges) doivent être distinguées des critères de sélection des offres. Le cahier des charges doit définir une qualité et donc des caractéristiques minimales (âge d'abattage minimal, type d'alimentation...). Des produits possédant un signe officiel de qualité peuvent être demandés. Attention, ces critères d'origines ne doivent pas être discriminants : n'exigez pas du poulet « de Bresse », mais un poulet « Label Rouge » ou un poulet « fermier ». Les critères de sélection, quant à eux, permettent de valoriser les offres dont la qualité va au-delà de celle définie dans le cahier des charges. Parmi ces critères figure le développement des approvisionnements directs (circuits courts). Sous réserve d'un allotissement approprié, c'est un atout majeur pour l'achat local.



Sirha 2019
Retrouvez-nous
stands 6120
et 3E143

Escalope de dinde viennoise



Escalope de dinde plein filet ou reconstituée, enrobée de chapelure, cuite, surgelée, pièce de 125 à 140 g. Les escalopes viennoises peuvent être agrémentées d'un quartier de citron et saupoudrées de persil haché. Elles se marient très bien avec les légumes verts tels que les haricots ou les brocolis.

Côté répartition, nos offres contiennent de 72 à 75 % de viande de dinde, contre 24,8 à 28 % de chapelure. On peut donc penser qu'elles présentent peu de différences, d'autant que leurs valeurs énergétiques oscillent seulement entre 209 et 229 kcal. Pourtant, si l'on regarde le type de viande mis en œuvre, on constate que nos offres sont loin d'être similaires. En effet, alors que l'une d'elle est composée d'une escalope de volaille entière n'ayant subi aucun traitement technologique, le reste de notre sélection est préparée avec de la viande dite « saumurée ». Ce procédé consiste à plonger l'aliment dans un liquide plus ou moins salé. D'ailleurs, si l'on compare la quantité de sel présente dans l'offre dont la viande n'a pas été saumurée, la teneur pour 100 g d'aliment fini n'est que de 0,4 g, alors que pour les autres, elle passe de 0,74 g à 1,29 g. Par ailleurs, la quantité de viande mise en œuvre pour cette offre est au total de 75 %, alors que pour les escalopes dont la viande a été saumurée elle n'est réellement que de 48 à 58 %. Qualitativement, elle est donc plus intéressante. Même si, côté texture, elle peut s'avérer légèrement plus sèche. Des différences existent aussi entre les autres offres, puisque deux sont composées d'escalopes entières et les trois dernières de viande reconstituée.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour plus de fraîcheur, proposez vos escalopes viennoises avec une sauce fraîche à base de fromage blanc, jus de citron, huile d'olive et estragon finement ciselé.

Thèmes & Recettes

Autriche : Wiener Schnitzel
USA : Buddha bowl façon Caesar

LE SAVIEZ-VOUS ?

Afin de savoir si la portion concernant mon plat principal contient bien 70 % du grammage recommandé pour la denrée protidique¹, il convient pour les produits traités en salaison (cordon bleu, palette à la diable, certaines escalopes viennoises ou paupiettes...) de tenir compte de la quantité de viande réellement mise en œuvre avant le saumurage. Pensez à demander à l'industriel de vous fournir cette précision si elle n'est pas indiquée sur l'emballage ou la fiche technique.

¹ Rappel : le grammage doit être supérieur à 35 g pour les maternelles, 50 g pour les élémentaire et 70 g pour les catégories d'âges supérieurs.

TABLEAU NUTRITIONNEL

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	dont sucres	Matières grasses	dont AGS	Sel	Rapport P/L	Industriels Marque
BRAKE	74902	209 kcal	15,9 %	14,9 %	1,4 %	9,2 %	1,1 %	0,74 g	1,73	BRAKE Le Collectif du Goût
DAVIGEL	12036097	209 kcal	15,9 %	14,9 %	1,4 %	9,2 %	1,1 %	0,74 g	1,73	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	11233	229 kcal	14,0 %	14,0 %	< 1,0 %	13,0 %	3,7 %	1,29 g	1,07	GELAE Gewy
PASSION FROID	153669	216 kcal	21,4 %	12,1 %	0,7 %	8,9 %	1,1 %	0,40 g	2,40	GALLIANCE Le Bignon
RELAIS D'OR	300802	229 kcal	14,0 %	13,0 %	< 1,0 %	13,0 %	3,7 %	1,29 g	1,07	Industriel NC Sélection
TRANSGOURMET	300866	225 kcal	14,0 %	16,0 %	1,4 %	11,0 %	3,5 %	1,10 g	1,27	TRANSGOURMET Transgourmet Quality

COMPARAISON DES OFFRES

	Référence	Etat Aspect	Répartition et %	% de viande de dinde (hors saumure)	Ingrédients saumure et %	Ingrédients panure et %	Industriels Marque
BRAKE	74902	produit non moulé, pané, cuit	escalope de dinde saumurée 72 %, panure 24,8 %	57,6 %	eau 3,1 %, dextrose < 0,4 %, protéines de blé < 0,2 %, gélifiant algue Euchema transformée < 0,2 %, fibre de blé < 0,2 %, arôme naturel < 0,2 %	farine de blé 10,6 %, levure % NC, flocon de pomme de terre 3,4 %, amidon de blé < 5 %	BRAKE Le Collectif du Goût
DAVIGEL	12036097	produit non moulé, pané, cuit	escalope de dinde saumurée 72 %, panure 28 %	57,6 %	eau % NC, dextrose % NC, protéines de blé % NC, gélifiant algue Euchema transformée % NC, fibre de blé % NC, arôme naturel % NC	farine de blé % NC, levure % NC, flocon de pomme de terre % NC, amidon de blé % NC	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	11233	produit moulé, pané, cuit	filet de dinde reconstitué saumuré 73 %, panure 27 %	NC	eau % NC, dextrose % NC, maltodextrine de blé % NC, hydrolysat de colza et de maïs % NC, extrait d'épices % NC	farine de blé % NC, levure % NC, œuf entier concentré % NC, eau % NC, épices % NC	GELAE Gewy
PASSION FROID	153669	produit non moulé, pané, cuit	escalope de dinde non traitée en salaison et non reconstituée 75 %, panure 25 %	75,0 %	/	farine de blé < 17 %, levure < 0,5 %, eau 7 %, gluten de blé < 2 %	GALLIANCE Le Bignon
RELAIS D'OR	300802	produit moulé, pané, cuit	filet de dinde reconstitué saumuré 73 %, panure 27 %	58,0 %	eau % NC, dextrose % NC, maltodextrine de blé % NC, hydrolysat de colza et de maïs % NC, extrait d'épices % NC	farine de blé % NC, levure % NC, œuf reconstitué % NC, eau % NC, épices % NC	Industriel NC Sélection
TRANSGOURMET	300866	produit moulé, pané, cuit	escalope de dinde saumurée et reconstituée 73 %, panure 27 %	48,0 %	eau % NC, protéine de soja % NC, sirop de glucose % NC, arôme naturel % NC	farine de blé % NC, levure % NC	TRANSGOURMET Transgourmet Quality

	Référence	Huile de friture	Allergène majeurs	Origine matière première	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	74902	tournesol	gluten	France	France	18 mois	surgelé, IQF, 120 g, carton 5 kg, nombre de pièces minimum par carton NC	BRAKE Le Collectif du Goût
DAVIGEL	12036097	tournesol	gluten	France	France	18 mois	surgelé, IQF, 120 g, carton 5 kg, 40 pièces minimum par carton	DAVIGEL Davigel Surgelé
FRANCE FRAIS	153669	tournesol	gluten, œuf	UE	NC	24 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton 5 kg, 40 pièces par carton	GELAE Gewy
PASSION FROID	300802	tournesol	gluten, lait	Allemagne, Autriche, Belgique, Danemark, Espagne, Finlande, Grèce, Irlande, Italie, Luxembourg, Pays-Bas, Portugal, Royaume-Uni, Suède	France	18 mois	surgelé, IQF, 120/140 g, carton 5 kg, 35 pièces minimum par carton	GALLIANCE Le Bignon
RELAIS D'OR	153669	tournesol	gluten, œuf	UE	France	24 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton 5 kg, 40 pièces par carton	Industriel NC Sélection
TRANSGOURMET	300802	tournesol	gluten, soja	UE	France	NC	surgelé, IQF, 125 g, carton 5 kg, 40 pièces par carton	TRANSGOURMET Transgourmet Quality

Si l'on souhaite respecter les fréquences de présentation recommandées par le GEMRCN, il convient de vérifier trois paramètres : la quantité de matière grasse, puisque l'escalope subit une cuisson de type « friture », le rapport Protéines/Lipides (P/L) et la quantité de denrée protidique qui sera servie aux convives. Pour

les deux 1^{er} critères, nous n'observons pas de limitation, car la teneur en matière grasse est inférieure à 15 % et le rapport P/L supérieur à 1. Pour le 3^e critère, les deux offres en 120 g contenant 57,6 % de viande (hors saumure) et celle en 125 g qui en contient juste 48 % seront par contre limitées. En effet,

ces portions destinées à des adolescents, des adultes ou pour le déjeuner des personnes âgées en institution n'apporteront réellement que 69,1 g et 60 g de viande, alors qu'elles devraient en contenir au moins 70 g. Faute de précision, l'offre dont l'information n'est pas communiquée est aussi à limiter.

Paupiette de lapin



Paupiette de lapin, sans porc, surgelée, pièce de 125 g.

La paupiette de lapin est fréquemment servie avec une sauce au vin blanc type chasseur. Elle peut être accompagnée de riz ou de pâtes fraîches.

Au niveau de la présentation, on remarque que les paupiettes de lapin proposées dans notre comparatif sont identiques, puisqu'elles ne sont ni ficelées, ni bardées, et que toutes nécessitent une étape de cuisson. Quatre sur cinq d'entre elles présentent également une composition relativement similaire : 33 % de viande de lapin saumurée, environ 16 % de viande de dinde et un peu plus de 11 % de viande de bœuf. Quant à la 5^e offre, si la quantité de viande de lapin utilisée est de 30 % dans le produit fini, donc quasiment identique par rapport aux autres offres, on note toutefois que l'intégralité de cette viande n'est pas saumurée. De plus, cette offre contient un mélange de viandes de volailles (poulet et dinde) à hauteur de 29 %, mais elle est dépourvue de viande de bœuf. On constate également certaines différences quant aux autres ingrédients mis en œuvre, dont notamment une quantité beaucoup plus élevée de protéines de soja : 20 % contre 5 % pour les autres offres. Nutritionnellement, cela impacte la teneur en glucides, mais comme on peut le voir, si celle-ci est plus élevée pour l'offre dépourvue de viande de bœuf, il s'agit principalement de glucides complexes. Par contre, on constate que cette offre possède des taux de lipides et d'acides gras saturés plus importants.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour une saveur plus affirmée, nappez vos paupiettes d'une sauce à base de concassé de tomate, de piment d'Espelette et de sauge

Thèmes & Recettes

*Terroir : Paupiette de lapin sauce moutarde
Occitanie : Lapin à la catalane*

QUESTION D'UN ACHETEUR

À quelles catégories de population le grammage des paupiettes de lapin peut-il convenir ?

En tenant compte d'une perte de poids à la cuisson d'environ 10 %, elles peuvent être servies aux adolescents, aux adultes et aux repas portés à domicile ; la portion recommandée étant de 100 à 120 g. Elles conviennent aussi pour le déjeuner des personnes âgées en institution, dont le grammage doit se situer aux alentours de 100 g². Pour les élèves de maternelle, dont les portions doivent être de 50 g², elles peuvent être partagées en deux. Par contre, pour le repas des élémentaires et le dîner des personnes âgées en institution, il est difficile de réaliser les portions recommandées de 70 g².

² Grammages à +/- 10 %

TABLEAU NUTRITIONNEL

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	dont sucres	Matières grasses	dont AGS	Sel	Rapport P/L	Industriels Marque
BRAKE	39021	135 kcal	13,0 %	3,0 %	2,5 %	7,5 %	3,3 %	2,02 g	1,73	BRAKE Brake Euro
FRANCE FRAIS	11233	229 kcal	14,0 %	14,0 %	< 1,0 %	13,0 %	3,7 %	1,29 g	1,07	GELAE Gewy
PASSION FROID	25173	154 kcal	17,0 %	1,6 %	1,6 %	8,5 %	3,4 %	1,06 g	2,00	GELAE Pomona
RELAIS D'OR	451404	135 kcal	13,0 %	3,0 %	2,5 %	7,5 %	3,3 %	2,02 g	1,73	GELAE Gewy
TRANSGOURMET	209486	145 kcal	14,0 %	1,1 %	0,3 %	< 14 %	6,3 %	1,64 g	> 1 %	S.A PETIBOUT Petibout

COMPARAISON DES OFFRES

	Référence	Etat Aspect	Type de viande et %	Autres ingrédients et %	Additifs Agents de texture	Industriels Marque
BRAKE	39021	crue, sans ficelle, sans barbe	viande de lapin saumurée 33 %, dinde 15,7 %, bœuf 11,2 %	carotte 9 %, protéines de soja 5 %, oignon 4,5 %, chapelure de blé 1,4 %, dextrose % NC, sirop de glucose % NC, épices et plantes aromatiques % NC, arôme % NC, extraits d'épices % NC	anti-oxydant, hydrolysat de protéines de colza et de maïs, stabilisant	BRAKE Brake Euro
FRANCE FRAIS	11516	crue, sans ficelle, sans barbe	viande de lapin saumurée 33 %, dinde 15,7 %, bœuf 11,2 %	carotte 9 %, protéines de soja 5 %, oignon 4,5 %, chapelure de blé 1,4 %, dextrose < 1 %, sirop de glucose < 1 %, épices et plantes aromatiques < 1 %, arômes < 1 %, extraits d'épices < 1 %, huile de maïs et de tournesol < 1 %	anti-oxydant, hydrolysat de protéines de colza et de maïs, stabilisant	GELAE Gewy
PASSION FROID	25173	crue, sans ficelle, sans barbe	viande de lapin saumurée 33 %, dinde 16 %, bœuf 11,4 %	carotte 9 %, protéines de soja 5 %, oignon 4,5 %, chapelure de blé 1,4 %, dextrose % NC, maltodextrine % NC, ail % NC, poivre % NC, extraits d'épices % NC	anti-oxydant, hydrolysat de protéines de colza et de maïs, stabilisant	GELAE Pomona
RELAIS D'OR	451404	crue, sans ficelle, sans barbe	viande de lapin saumurée 33 %, dinde 15,7 %, bœuf 11,2 %	carotte 9 %, protéines de soja 5 %, oignon % NC, chapelure de blé % NC, dextrose % NC, maltodextrine % NC, ail % NC, poivre % NC, extraits d'épices % NC	anti-oxydant, hydrolysat de protéines de colza et de maïs, stabilisant	GELAE Gewy
TRANSGOURMET	209486	crue, sans ficelle, sans barbe	viande de lapin saumurée et non saumurée 30 %, préparation poulet/dinde 29 %	protéines végétales réhydratées de soja 20 %, gras de veau 9,5 %, eau 7 %, oignon 3 %, dextrose < 1 %, farine de riz < 1 %, épices < 2 %, poireau < 1 %, plantes aromatiques < 1 %, arôme naturel de poivre < 1 %, arôme naturel de muscade < 1 %, fibre de citron < 1 %	/	S.A PETIBOUT Petibout

	Référence	Allergène majeur	Mise en œuvre	Origine matières premières	Pays de transformation	DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	39021	gluten	sans décongélation, cuisson au four	lapin : UE, dinde : UE, bœuf : UE	France	18 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton de 5 kg, 40 pièces par carton	BRAKE Brake Euro
FRANCE FRAIS	11516	gluten, soja	sans décongélation, cuisson au four	lapin : Chine, dinde : UE, bœuf : UE	France	18 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton de 5 kg, 40 pièces par carton	GELAE Gewy
PASSION FROID	25173	gluten, soja	sans décongélation, cuisson au four à chaleur sèche 250/280 °C jusqu'à coloration, puis finition en suite culinaire au four mixte à 150/175 °C	lapin : hors UE, dinde : UE, bœuf : UE	France	18 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton de 5 kg, 40 pièces par carton	GELAE Pomona
RELAIS D'OR	451404	gluten, soja	sans décongélation, cuisson au four 150 °C 30 min	lapin : NC, dinde : UE, bœuf : UE	France	18 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton de 5 kg, 40 pièces par carton	GELAE Gewy
TRANSGOURMET	209486	soja	sans décongélation, faire revenir en sauteuse huilée, finition au four 250 °C 20 min	lapin : Chine, volaille : UE	France	24 mois	surgelé, IQF, 125 g, carton de 5 kg, 38 pièces minimum par carton	S.A PETIBOUT Petibout

Possédant un rapport P/L supérieur à 1, la fréquence de présentation de nos paupiettes de lapin n'est donc pas limitée par ce critère. Contrairement à nos offres d'escalopes viennoises, nous ne connaissons toutefois pas la teneur exacte de viande saumurée mise en œuvre dans notre sélection. Nous savons juste que la quantité de viande, qu'elle soit saumurée ou non, est comprise entre 73,7 et 75,5 g par paupiette de

125 g. Lorsque qu'un doute existe et que l'on ne peut déterminer avec exactitude si le plat protidique contient bien les 70 % du grammage recommandé pour la denrée protidique, par défaut, ce plat est classé dans la catégorie des préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson et/ou d'œuf, contenant moins de 70 % du grammage recommandé pour la denrée protidique.



Poulet blanc fermier Label Rouge



Poulet blanc fermier, éviscéré, prêt à cuire, surgelé et frais, pièce de 1,4 à 1,9 kg.

Le poulet est le plus souvent proposé rôti, nappé de jus nature ou aux herbes. Il est traditionnellement accompagné de frites, de purée ou de légumes verts.

Si toutes nos offres de volailles possèdent le logo Label Rouge, c'est parce qu'elles répondent à des critères bien spécifiques. Tout d'abord la durée d'élevage. Contrairement aux poulets dit standards ou certifiés, qui sont respectivement abattus à partir de 35/40 jours ou de 56 jours, le temps d'élevage minimum d'un poulet Label Rouge est quant à lui de 81 jours minimum, comme pour les poulets issus de l'agriculture biologique. Nos offres sont donc conformes à ce critère et l'on constate même que l'âge d'abattage chez un distributeur est de minimum 94 jours, ce qui est un plus pour la qualité gustative. Niveau alimentation, elle doit être composée de 100 % de végétaux, minéraux et vitamines, dont 75 % minimum de céréales, alors que pour des poulets dits standards ou certifiés, aucune exigence particulière n'est requise. La mention volaille fermière n'est pas exclusivement réservée aux volailles détenant un Label Rouge, mais elle concerne plutôt le mode d'élevage en liberté ou en plein air. Quelle différence entre les deux ? Dans le premier cas, un espace de 4 m² minimum par volaille est obligatoire, tandis que dans le second cas, cet espace peut être ramené à 2 m².

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour une saveur plus douce et originale, déglacez votre jus de poulet avec du vinaigre balsamique et ajoutez-y des fruits secs et une pointe de cannelle moulue.

Thèmes & Recettes

*Terroir : Poulet aux écrevisses
Sucré salé : Poulet rôti aux clémentines*

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le label rouge est un signe de qualité national. Il est attribué à des produits alimentaires ou non, respectant des conditions de production ou de fabrication plus pointues, plus soignées et généralement plus artisanales par rapport à certains produits similaires issus d'un mode de production plutôt industriel. La création du logo Label Rouge résulte de la loi d'orientation agricole votée le 5 août 1960. Le 13 janvier 1965, le poulet des Landes est le 1^{er} produit alimentaire à bénéficier de ce label de qualité.

TABLEAU NUTRITIONNEL

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	Sel	Rapport P/L	Industriels Marqué
BRAKE	47485	139 kcal	22,0 %	0,3 %	5,6 %	2,2 %	0,20 g	3,92	GALLIANCE ANCENIS Clos des Champs
DAVIGEL	1681687	145 kcal	22,0 %	0,2 %	6,2 %	2,3 %	0,25 g	3,55	DAVIGEL Terre et Mer
PASSION FROID	178585	214 kcal	19,7 %	1,6 %	13,6 %	4,1 %	0,13 g	1,45	GUILLET Bel Epi
PRO A PRO	191618	104 kcal	23,4 %	traces	1,1 %	0,3 %	0,12 g	21,27	FERMIERS DE LOUE Loué
RELAIS D'OR	307200	161 kcal	21,0 %	traces	8,5 %	2,7 %	0,10 g	2,47	MAÎTRE COQ Arrivé
TRANSFOURMET	300821	186 kcal	21,0 %	traces	12,0 %	NC	0,20 g	1,75	TRANSFOURMET Transfourmet Origine

COMPARAISON DES OFFRES

	Référence	Etat Aspect	Type de volaille	Label de qualité	Classe	Durée d'élevage	Industriels Marque
BRAKE	47485	blanc, cru, éviscéré, PAC, bridé, sans abat, sans tarse	fermière	Label Rouge	A	81 jours minimum	GALLIANCE ANCENIS Clos des Champs
DAVIGEL	1681687	blanc, cru, éviscéré, refroidi à sec, PAC, bridé, sans abat, sans tarse	fermière	Label Rouge	A	81 jours minimum	DAVIGEL Terre et Mer
PASSION FROID	178585	blanc, cru, éviscéré, refroidi à sec, PAC, bridé, sans abat	fermière	Label Rouge	A	81 jours minimum	GUILLET Bel Epi
PRO A PRO	191618	blanc, cru, éviscéré, PAC, bridé, sans abat, avec tarse coupé à la jointure	fermière	Label Rouge IGP	A	84 jours minimum	FERMIERS DE LOUE Loué
RELAIS D'OR	307200	blanc, cru, éviscéré, PAC, bridé, sans abat, sans tarse	fermière	Label Rouge	A	81 jours minimum	MAÎTRE COQ Arrivé
TRANSGOURMET	300821	blanc, cru, éviscéré, PAC, bridé, sans abat, sans tarse	fermière	Label Rouge	A	94 jours minimum	TRANSGOURMET Transgourmet Origine

	Référence	Type d'élevage	Type d'alimentation	Origine Pays de transformation	DLC/DDM	Présentation Calibre Conditionnement	Industriels Marque
BRAKE	47485	plein air	100 % végétale, minéraux et vitamines, dont 75 % de céréales minimum	France	7 jours	pièce de 1,3 à 1,8 kg, réfrigérée, type de conditionnement NC, 4 pièces par carton	GALLIANCE ANCENIS Clos des Champs
DAVIGEL	1681687	plein air	100 % végétale	France	12 mois	pièce de 1,1 à 1,5 kg, surgelée, 4 pièces par carton, carton de 4,4 à 6 kg	DAVIGEL Terre et Mer
PASSION FROID	178585	plein air ou liberté	100 % végétale, minéraux et vitamines, dont 75 % de céréales	France	7 jours	pièce de 1,3 kg, réfrigérée, en vrac sous papier alimentaire, 4 pièces par carton	GUILLET Bel Epi
PRO A PRO	191618	liberté	100 % végétale, minéraux et vitamines, dont 80 % de céréales	France	7 jours	pièce de 1,4 à 1,6 kg, réfrigérée, type de conditionnement NC, 4 ou 8 pièces par carton	FERMIERS DE LOUE Loué
RELAIS D'OR	307200	plein air	100 % végétale, minéraux et vitamines, dont 75 % de céréales	France	12 mois	pièce de 1,4 kg +/-, congelée, conditionnée sur barquette polystyrène individuelle, sous film rétractable ou étirable, 7 pièces par carton	MAÎTRE COQ Arrivé
TRANSGOURMET	300821	plein air	100 % végétale, minéraux et vitamines, dont 75 % de céréales	France	7 jours	pièce de 1,4 à 1,9 kg, réfrigérée, conditionnée nue sous papier alimentaire, 2 pièces par carton	TRANSGOURMET Transgourmet Origine

Aujourd'hui, il est souvent plus simple en restauration collective de proposer des cuisses ou des hauts de cuisses de poulet. Cela limite en effet le temps de cuisson et de mise en œuvre, puisqu'aucune découpe n'est à prévoir. Toutefois, rien ne vaut la qualité gustative

d'une volaille entière rôtie au four. Il faudra toutefois tenir compte de deux coefficients de perte de poids. Tout d'abord, la perte liée à la présence de l'ossature et de la peau (si l'on tient compte que celle-ci ne sera pas consommée). Ainsi, après retrait de ces deux

éléments, sur 1 kg de poulet il ne vous restera en moyenne que 790 g de viande. Ensuite, il faut tenir compte d'une perte d'environ 19 % liée à la cuisson. Résultat, votre poulet de 1 kg vous permettra d'obtenir plus ou moins 640 g de viande net à consommer.

Suprême de pintade



Suprême de pintade, avec manchon, surgelé et frais, pièce de 140 à 220 g.

Le suprême de pintade est généralement servi avec une sauce crémée aux champignons (cèpes ou morilles). Il peut être accompagné de ratatouille ou de poêlée de légumes divers.

Importée d'Afrique du Nord et introduite en Europe occidentale au cours du 14^e siècle par les navigateurs portugais, la pintade est avant tout une volaille issue du milieu sauvage. Toutefois, la mélagriculture, c'est-à-dire l'élevage de la pintade, est plutôt récente en France et remonte à une cinquantaine d'années. Aujourd'hui, notre pays assure les 3/4 de la production européenne, ce qui fait d'elle, non seulement le 1^{er} pays producteur en Europe, mais également dans le monde. D'ailleurs, on constate que toutes nos offres proposent de la pintade issue de l'élevage français. Toutefois, cette production reste faible et la consommation tout autant, puisqu'aucune évolution n'a été observée depuis 1970. L'une des raisons pouvant expliquer cette faible consommation réside s'en doute dans le fait que la pintade est considérée comme une volaille « haut de gamme » et qu'elle est surtout cuisinée lors de repas dominicaux ou festifs. A noté également qu'en 2014, 45 % de la production française était destinée aux ménages, 40 % à la restauration hors domicile et 15 % à l'export.

Suggestions du chef

Astuces/Idees

Pour changer un peu, vous pouvez accompagner vos suprêmes d'un jus déglacé au vinaigre de framboise et agrémenté de quelques framboises.

Thèmes & Recettes

*Drôme : Suprême de pintade à la tapenade de Nyons
Festif : Suprême de pintade sur canapé*

QUESTION D'UN ACHETEUR

À quoi correspond le morceau que l'on appelle « suprême » dans l'alimentation ?

Le terme « suprême » s'emploie souvent pour désigner le plus beau ou le plus noble morceau d'un aliment. Pour les volailles, telles que la pintade, il s'agit de la partie qui comprend le filet (en entier ou à moitié) accompagné du 1^{er} manchon de l'aile. Ce terme est aussi utilisé pour désigner certains filets de poisson, mais également les segments d'agrumes (pamplemousse, orange...) lorsque ceux-ci sont débarrassés de leur peau.

TABLEAU NUTRITIONNEL

	Référence	Valeur énergétique	Protéines	Glucides	Matières grasses	dont AGS	Sel	Rapport P/L	Industriels Marque
BRAKE	40756	166 kcal	22,0 %	0,3 %	8,3 %	2,1 %	0,15 g	2,65	Industriel NC Marque NC
DAVIGEL	1681643	109 kcal	22,0 %	0,3 %	1,0 %	0,5 %	0,17 g	22,00	DAVIGEL Terre et Mer
FRANCE FRAIS	11558	175 kcal	21,9 %	1,2 %	9,1 %	NC	NC	2,40	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	27339	161 kcal	20,5 %	0,2 %	8,0 %	2,5 %	0,18 g	2,56	VOLAILLE REMI RAMON Marque NC
RELAIS D'OR	899498	175 kcal	21,9 %	1,2 %	9,1 %	NC	NC	2,40	SAVEL Relais D'Or
TRANSFOURMET	246962	164 kcal	22,0 %	0,3 %	8,3 %	2,1 %	0,15 g	2,65	VOLAILLE BRUNO SIEBERT Les Volailles Bruno Siebert

COMPARAISON DES OFFRES

	Référence	Etat Aspect	Type de viande et %	Mise en œuvre	Industriels Marque
BRAKE	40756	cru, avec peau	filet de pintade 100 % et manchon avec os	au four 210 °C, 20 à 25 min, cuisson à cœur	Industriel NC Marque NC
DAVIGEL	1681643	cru, avec peau	filet de pintadeau 100 % et manchon avec os	mariné, cuit sauté, rissolé ou grillé, cuisson à cœur 74 °C	DAVIGEL Terre et Mer
FRANCE FRAIS	11558	cru, avec peau	filet de pintade 100 % et manchon avec os	NC	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	27339	cru, avec peau	filet entier de pintade 100 % et manchon avec os	sans décongélation, au four 200 °C jusqu'à coloration, finition en suite culinaire	VOLAILE REMI RAMON Marque NC
RELAIS D'OR	899498	cru, avec peau	filet de pintade 100 % et manchon avec os	avec décongélation, au four 210 °C 20/25 min, ou en cocotte 20 à 25 min, ou à la poêle, au grill, au wok, au barbecue 15 à 20 min	SAVEL Relais D'Or
TRANSGOURMET	246962	cru, avec peau	demi filet de pintade 100 % et manchon avec os	consommation cuit à cœur	VOLAILE BRUNO SIEBERT Les Volailles Bruno Siebert

	Référence	Origine matière première	Origine Pays de transformation	DLC/DDM	Présentation Calibre Dimension	Industriels Marque
BRAKE	40756	France	France	10 jours	frais, sous vide, 160/220 g, 4 pièces par sachet, 5 à 8 sachets par carton	Industriel NC Marque NC
DAVIGEL	1681643	France	France	24 mois	surgelé, IQF, 140/180 g, carton de 5 kg, 32 pièces +/- par carton	DAVIGEL Terre et Mer
FRANCE FRAIS	11558	France	France	24 mois	surgelé, IQF, 180/220 g, carton de 5 kg, nombre de pièces par carton NC	Industriel NC Marque NC
PASSION FROID	27339	France	France	18 mois	congelé individuellement, 140/200 g, carton de 3,2 kg +/-, 20 pièces par carton	VOLAILE REMI RAMON Marque NC
RELAIS D'OR	899498	France	France	24 mois	congelé à sec, 180/220 g, carton 6,4 kg, nombre de pièces par carton NC	SAVEL Relais D'Or
TRANSGOURMET	246962	France	France	10 jours	réfrigéré, sous vide, pièce +/- 210 g, 4 pièces par sachet, sachet +/- 850 g, carton +/- 6 kg, 7 sachets par carton	VOLAILE BRUNO SIEBERT Les Volailles Bruno Siebert

Références

- Viande la plus consommée dans le monde
<http://agri71.fr/articles/22-10-2017/9493/Depuis-cette-annee-la-volaile-est-la-viande-la-plus-consommee-dans-le-monde/>
 - Elevage volailles de chair : Les fiches de FranceAgriMer, février 2018
<http://www.franceagrimer.fr/fam/content/download/55697/538538/file/fiche%20volailles%20de%20chair.pdf>
 - Elevage porc : Les fiches de FranceAgriMer, février 2018
<http://www.franceagrimer.fr/fam/content/download/55683/538388/file/fiche%20porcine.pdf>
 - Label Rouge, Inao (Institut National de l'origine et de la qualité)
<https://www.inao.gouv.fr/Les-signes-officiels-de-la-qualite-et-de-l-origine-SIQO/Label-Rouge>
 - Fermier, une mention valorisante, DGCCRF (Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes)
<https://www.economie.gouv.fr/dgccrf/-Fermier-une-mention-valorisante-controlee>
 - De la couvée à la fourchette, GRIF (Guinea Fowl Reintroduction International Front)
<http://www.legrif.net/fr/pintade-gagne-a-etre-connue>
 - Terme culinaire « suprême », Dictionnaire de cuisine et de gastronomie
<https://dico-cuisine.fr/news/supreme>
- GEMRCN (Groupe d'étude des marchés de restauration collective et de nutrition), Recommandation relative à la nutrition, Juillet 2015. Base de données AIDOMENU, Panel d'acheteurs de collectivités

4 semaines de menus

Chaque mois, la société VICI vous propose 4 semaines de menus pour chacun des principaux secteurs d'activités (scolaire 6-9 ans, entreprise, santé/médico-social). Pour attester de la conformité du menu scolaire aux différentes préconisations sur la nutrition, ce dernier est accompagné de son tableau de fréquences GEMRCN et le menu entreprise du bilan nutritionnel comparé aux ANC.



	SEMAINE 1	SEMAINE 2	SEMAINE 3	SEMAINE 4
LUNDI	(B) Douceur de champignons 0,22	Gougère aux champignons 0,26	(B) Pamplemousse surprise 0,05	Pommes de terre aux œufs 0,14
	Chou blanc aux cranberries 0,12	Lentilles en salade 0,13	Carottes râpées 0,12	Pois chiches aux petits légumes 0,28
	(F) Veau marengo 0,73	(E) Filet de dorade sauce crustacés 0,63	(F) Grenadin de veau pistaché 0,87	(E) Filet de cabillaud safrané 0,79
	Filet de brochet à l'estragon 0,65	Rôti de longe de porc 0,38	Langue de bœuf à la financière 0,66	Mignon de porc lardé 0,55
	(I) Pommes de terre Mélanie 0,21	(H) Haricots verts très fins 0,12	(H) Navets frais glacés 0,23	(H) Tutti de haricots à l'aneth 0,15
	Boulgour 0,13	Salsifis au beurre 0,21	Blettes sautées persillées 0,11	Brocolis sauce Mornay 0,20
	(K) Carré de l'Est 0,18	(L) Yaourt saveur citron 0,33	(L) Yaourt brassé nature 0,22	(J) Fromage carré 0,15
	Bûche de chèvre 0,22	Fromage blanc nature 0,19	Fromage blanc abricot 0,21	Comté 0,36
	Viennois chocolat 0,25	(O) Fruits de saison 0,21	(M) Gaufre 0,20	(O) Fruits de saison 0,21
	Faisnelle à la crème 0,30		Forêt noire 0,47	
	Total 1,51 €	Total 1,33 €	Total 1,57 €	Total 1,52 €
MARDI	(A) Assiette charcutière 0,20	Terrine au jambon 0,18	Salade de riz aux olives 0,09	(B) Batavia citronnée 0,18
	Dariole au roquefort 0,47	Œuf dur en gelée 0,23	Soupe au gruau 0,15	Concombre à la crème 0,19
	(DG) Quiche potagère 0,32	Poulet au paprika 0,32	(E) Filet de sole à l'ostendaise 0,77	(F) Joue de bœuf miroton 0,56
	Cordon bleu 0,24	Lieu Sakhaline 0,39	Poulet en cocotte 0,41	Rognons de veau aux baies de genièvre 0,45
	(BH) Mélée de jeunes pousses 0,33	(I) Pommes noisettes 0,16	(H) Tatin d'endives 0,34	(H) Beignets de salsifis 0,26
	Cardons sauce curry 0,24	Spaetzles sautés 0,19	Courgettes hollandaise 0,17	Mousseline de carottes 0,11
	(L) Yaourt aromatisé 0,22	(J) Cantal 0,21	(K) Camembert 0,13	(K) Pont-l'évêque 0,19
	Fromage frais 0,17	Morbier 0,21	Brillat-savarin 0,29	Tendre bleu 0,29
	(O) Fruits de saison 0,21	Melange de fruits tropicaux 0,22	(O) Ananas frais 0,16	Diplomate 0,14
		Coupe vitaminée 0,32	Fruits de saison 0,21	Pain d'épices maison BIO 0,23
	Total 1,30 €	Total 1,22 €	Total 1,36 €	Total 1,30 €
MERCREDI	(AB) Avocat au crabe 0,36	(B) Laitue framboisée 0,14	Betteraves au maïs 0,10	(B) Crudités bernoises 0,19
	Mâche champêtre 0,22	Crudités des frimas BIO 0,21	Poireaux ravigote 0,15	Avocat vieilles 0,27
	Salmi de pintade 0,70	(G) Tofu mijoté 0,98	(GI) Spaghetti à la bolognaise 0,60	Cuisse de poulet au jus 0,31
	Cassolette de poisson 0,41	Rissollette de veau 0,20	Brouillade de girolles 0,36	Filet de colin pané 1,00
	(I) Pâtes papillon 0,04	(H) Courgettes en gratin 0,33	Pommes cubes rissolées 0,15	(I) Lentilles 0,08
	Gnocchi de polenta 0,13	Céleri braisé aux châtaignes 0,23	Edam 0,14	Penne 0,04
	(K) Munster 0,22	(J) Fromage bleu 0,16	(J) Carré fondu 0,12	Picodon 0,59
	Brie 0,14	Tomme noire 0,17	(O) Fruits de saison 0,21	Saint-marcellin 0,22
	Ananas caramel 0,18	(L) Fian pâtissier 0,20		(L) Coupe bicolore 0,23
	Mosaïque de fruits 0,27	Lait gélifié chocolat 0,12		Kissiel au miel 0,19
	Total 1,34 €	Total 1,36 €	Total 1,01 €	Total 1,56 €
JEUDI	(B) Salade verte BIO 0,20	(B) Chou rouge râpé 0,08	(AB) Salade de mesclun 0,26	(B) Salade Scandinave 0,23
	Concombre bulgare 0,14	Endives à l'emmental 0,17	Smoothie à l'avocat 0,23	Endive aux agrumes 0,19
	(F) Rosbif 0,75	(F) Bœuf à la mode 0,59	Porc à l'étouffée 0,48	(D) Boulettes de bœuf aux aïelles 0,41
	Noisettine d'agneau 0,80	Foie de génisse en fricassée 0,30	Filet de loup au four 0,50	Mate-faim au chèvre BIO 0,21
	(H) Chou-fleur béchamel 0,18	(H) Carottes glacées 0,12	(H) Choux de Bruxelles 0,12	(I) Riz blanc 0,08
	Crumble de potiron 0,21	Blettes à la tomate 0,16	Flan de potiron 0,34	Pommes de terre saumon-aneth 0,32
	(J) Saint-paulin 0,18	(K) Bûche du Pilat 0,20	(J) Livarot AOP 0,24	(J) Edam 0,14
	Bleu d'Auvergne 0,19	Chaource 0,28	Saint-nectaire 0,26	Cheddar 0,23
	(N) Génoise fourrée 0,24	(M) Galapian 0,23	Gâteau fromage blanc-fruits rouges 0,13	Reinette à la myrtille 0,18
	Flaugnarde aux kiwis 0,12	Eclair chantilly 0,22	Clafoutis aux poires 0,19	Poire meringuée 0,19
	Total 1,51 €	Total 1,17 €	Total 1,38 €	Total 1,08 €
VENDREDI	Fonds d'artichaut calypso 0,29	Macédoine aux asperges 0,19	(B) Champignons marinés 0,23	Soupe aux champignons 0,12
	Velouté vernoussain 0,17	Potage mouliné aux poireaux 0,10	Céleri rémoulade 0,15	Asperges sauce crémeuse 0,42
	(E) Filet de cabillaud meunière 0,65	(E) Filet de saumon sauce anethoise 0,61	Civet de coq 0,43	(E) Filet de hoki crécy 0,49
	Côte de porc sauce moutarde 0,45	Gigot d'agneau gourmand 0,82	Matelote de veau 0,73	Haché de veau 0,66
	(I) Purée maison 0,19	(I) Semoule couscous 0,06	(I) Polenta 0,06	(I) Semoule composée 0,14
	Flageolets fondants 0,26	Pois cassées aux cèpes 0,21	Coudes rayés 0,04	Blé aux épices 0,28
	(J) Mimolette 0,17	Sainte-Maure de Touraine 0,37	(J) Bleu des Causses 0,34	(L) Yaourt sucré 0,11
	Gruyère 0,17	Petits-suisses au sucre 0,14	Crème de gruyère 0,19	Fromage blanc vanille 0,32
	(O) Fruits de saison 0,21	(O) Fruits de saison 0,21	(L) Entremets praliné Liégeois café 0,16	(O) Fruits de saison 0,21
		Total 1,38 €	Total 1,46 €	Total 1,25 €

TEXTES RÉGLEMENTAIRES EN VIGUEUR

		Entrée	Plat protidique	Garniture ou accomp.	Produit Laitier	Dessert	Fréquence observée	Fréquence recommandée
Entrées constituées de produits à teneur en matières grasses > à 15 %	(A)	3					3/20	4/20 max
Crudités de légumes ou de fruits	(B)	11		1			12/20	10/20 min
Produits à frire ou pré-frits à teneur en matières grasses > à 15 %	(C)		0	0			0/20	4/20 max
Plats protidiques contenant autant ou plus de matières grasses que de protéines	(D)		2				2/20	2/20 max
Poissons ou préparations d'au moins 70 % de poisson, contenant au moins 2 fois plus de protéines que de matières grasses	(E)		6				6/20	4/20 min
Viandes non hachées de bœuf, veau, agneau ou abats de boucherie	(F)		5				5/20	4/20 min
Préparations à base de viande, de poisson ou d'œuf, contenant moins de 70 % de ces produits	(G)		3				3/20	3/20 max
Légumes cuits, autres que secs	(H)			10			10/20	10 sur 20
Légumes secs, féculents ou céréales	(I)			10			10/20	10 sur 20
Fromages contenant au moins 150 mg de calcium par portion	(J)	0			9		9/20	8/20 min
Fromages dont la teneur en calcium est comprise entre 100 mg et moins de 150 mg par portion	(K)	0			5		5/20	4/20 min
Produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100 mg de calcium, et moins de 5 g de matières grasses par portion	(L)				4	3	7/20	6/20 min
Desserts constitués de produits à teneur en matières grasses > à 15 %	(M)					2	2/20	3/20 max
Desserts contenant plus de 20 g de sucres simples totaux par portion et contenant moins de 15 % de matières grasses	(N)					1	1/20	4/20 max
Desserts de fruits crus 100 % fruits crus	(O)					8	8/20	8/20 min

Les recettes comptabilisées dans le tableau GEMRCN sont signalées par des lettres majuscules noires (présentes à gauche des intitulés). Chaque lettre renvoie à un critère précis (cf. tableau de fréquence).

Décret n° 2011-2227 et arrêté du 30 septembre 2011 relatif à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire. Le tableau de contrôle ci-dessus porte sur les premières lignes de chaque composante (entrée, plat protidique,...) des 20 repas successifs. Les secondes lignes sont également analysées et restent conformes aux textes réglementaires.

Recette

Pain d'épices maison BIO (Mardi, semaine 4)

Diagnostic GEMRCN



Dans notre recette, la portion de gâteau pèse 51 g, ce qui est conforme aux grammages conseillés par le GEMRCN. En effet, ce dernier recommande pour les pâtisseries fraîches à découper, une portion de 40 à 60 g pour les enfants en classe élémentaire.

Quand on évoque le mot « gâteau », on s'attend toujours à avoir des pâtisseries grasses. C'est vrai pour la plupart, mais ici notre pain d'épices maison fait office d'exception. Si l'on s'attarde sur son bilan nutritionnel, on constate une teneur en lipides inférieure à 1 g par portion, ce qui est normal (vu que la matière grasse quantifiée dans la recette ne sert qu'à graisser le moule). L'apport de glucides simples étant en dessous des 20 g (seuil maximum fixé par le GEMRCN), ce gâteau ne se classe donc dans aucune catégorie GEMRCN et ne sera ni limité, ni encouragé. Un dernier point : la présence de fibres en quantités non négligeable, principalement amenées par la farine complète.

Comme vous avez pu le constater, la mention « BIO » a été apposée à côté du nom de la recette et pourtant tous les ingrédients ne le sont pas. Il ne s'agit pas d'une erreur. Cette mention peut être valorisée si au moins 95 % des produits ou constituants mis en œuvre dans la préparation sont issus de l'agriculture biologique. Et c'est le cas : nous retrouvons dans notre pain d'épices 97,9 % d'ingrédients BIO et donc 2,1 % de non-BIO (quatre-épices, cannelle et levure chimique).

Famille alimentaire : Féculent dessert

Famille GEMRCN : Aucune

Ingrédients pour 100 élémentaires	Quantité
Farine complète 5 kg AB	1,800 KG
Sucre de canne complet poudre bt 500 g AB	1,600 KG
Quatre-épices bt 1 lt	0,020 KG
Cannelle moulue bt 1 lt	0,020 KG
Levure chimique bt 1 kg	0,080 KG
Miel de fleurs pot 1 kg AB	0,840 KG
Lait 1/2 écrémé UHT 1 lt AB	1,400 LT
Beurre doux 250 g AB	0,080 KG
Farine de blé T 65 5 kg AB	0,080 KG

Bilan/Portion :

- ◆ Poids : 51 g
- ◆ Coût : 0,233 €
- ◆ Energie : 137 kcal

- ◆ Protéines : 2,4 g
- ◆ Glucides : 28,6 g
dont sucres : 15,4 g
- ◆ Matières Grasses : 1,2 g
- ◆ Fibres : 1,4 g

	SEMAINE 1	SEMAINE 2	SEMAINE 3	SEMAINE 4				
LUNDI	Salade composée	0,14	Salade Scandinave	0,35	Mêlée de soja et poire	0,23	Terrine de légumes	0,26
	Mâche aux lardons fumés	0,47	Haricots blancs ravigote	0,16	Chouchinade	0,24	Salade verte	0,26
	Cassolette de poisson	0,62	Rôti de porc à la moutarde	0,77	Boulettes de bœuf aux aïelles	0,70	Daube de joue de bœuf	0,96
	Veau marengo	1,26	Rumsteak à l'échalote	1,18	Mignon de porc au madère	0,92	Filet de flétan aux amandes	1,45
	Pommes de terre saumon-aneth	0,43	Tagliatelles	0,08	Riz pilaf	0,09	Haricots rouges paysanne	0,29
	Poireaux en vol-au-vent	0,40	Navets confits	0,17	Blettes sautées persillées	0,17	Carottes sautées	0,16
	Yaourt saveur vanille BIO	0,36	Bleu d'Auvergne	0,19	Fromage blanc battu BIO	0,46	Comté	0,36
	Fondu allégé	0,15	Morbier	0,21	Fondu de brebis	0,31	Yaourt aromatisé	0,22
	Fruit de saison	0,21	Poire pâtissière	0,24	Fruit de saison	0,21	Tutti de fruits exotiques	0,29
	Liégeois chocolat	0,15	Fruit de saison	0,21	Flan pâtissier	0,20	Ananas au chocolat	0,37
		Total 2,09 €	Total 1,78 €	Total 1,76 €	Total 2,32 €			
MARDI	Chausson aux herbes	0,18	Œuf dur en gelée	0,24	Potage laitue maison	0,18	Pamplemousse surprise	0,08
	Champignons marinés	0,34	Pamplemousse rose	0,07	Champignons sauce aux câpres	0,33	Bavarois rose	0,18
	Dindonneau à la duroc	0,49	Filet de merlu au beurre de crustacés	0,75	Fricassée d'agneau	1,30	Potée balte	0,78
	Faux-filet Maître d'hôtel	1,10	Sauté de sanglier	1,50	Filet de cabillaud safrané	1,01	Cuisse de poulet bucheronne	0,43
	Salsifis béchamel	0,30	Garniture de fenouil	0,33	Pommes de terre boulangère	0,21	Riz blanc	0,11
	Purée saint-germain	0,16	Côtelette de riz	0,15	Julienne de légumes	0,27		
	Bleu de France	0,16	Brillat-savarin	0,29	Yaourt saveur citron	0,47	Mini-bleu	0,21
	Chèvre bûche	0,25	Carré fondu	0,12	Tomme noire	0,17	Faisselle	0,28
	Fruit de saison	0,21	Trio fruité	0,20	Fruit de saison	0,21	Quatre quart	0,25
	Méli-mélo de fruits d'hiver	0,21	Crème renversée	0,13	Abricots aux amandes	0,30	Reinette à la myrtille	0,22
		Total 1,70 €	Total 1,89 €	Total 2,22 €	Total 1,27 €			
MERCREDI	Carottes velours	0,15	Céleri rémoulade	0,25	Endives ninon	0,35	Croustillant de légumes	0,26
	Rillettes de maquereau	0,27	Taboulé	0,24	Terrine de chou-fleur/brocolis	0,13	Céleri-rave râpé	0,17
	Braisé d'agneau au vert	1,27	Rosbif	1,23	Escalope de dinde au jus	0,63	Blanquette de tofu	1,15
	Côte de porc à la diable	0,68	Boudin noir	0,54	Bœuf à la mode	0,99	Gigot d'agneau sauce grand veneur	1,70
	Doré de grains de blé	0,18	Endives braisées au cumin	0,53	Flan de semoule au potiron	0,34	Fondue d'épinards	0,21
	Mousse de panais	0,77	Pommes de terre vapeur	0,28	Carottes à la polonaise	0,20	Boulgour pilaf	0,13
	Tomme noire en tranche	0,21	Yaourt saveur vanille	0,40	Chaurce	0,28	Yaourt nature	0,15
	Saint-félicien	0,23	Bleu des Causses	0,34	Petits-suisses au sucre	0,25	Chèvre bûche	0,25
	Compote tous fruits	0,16	Strudel de pommes	0,16	Crème brûlée	0,32	Fruit de saison	0,21
	Fruit de saison	0,21	Fruit de saison	0,21	Fruit de saison	0,21	Oreillons de pêche	0,17
		Total 2,07 €	Total 2,09 €	Total 1,85 €	Total 2,20 €			
JEUDI	Soupe à l'oignon	0,19	Carottes râpées	0,17	Farfalles aux petits légumes	0,11	Chou blanc aux cranberries	0,20
	Crudités sauce citron	0,23	Soupe aux champignons	0,18	Bavarois d'avocat	0,39	Potage d'asperges	0,14
	Steak haché	0,57	Epaule d'agneau en papillote	1,19	Marmite de saumonette	0,72	Saumon à l'aneth et raifort	1,44
	Coq au vin	0,57	Filet de lieu hussarde	0,66	Haché de veau	0,79	Jambon grillé	0,66
	Spaetzles sautés	0,27	Flageolets fondants	0,32	Gratin de poireaux	0,21	Navets frais glacés	0,33
	Potimarron en clafoutis	0,45	Brocolis à la crème	0,25	Polenta valdotaine	0,29	Tortis tricolores	0,14
	Spécialité fromagère fouettée nature	0,18	Fondu allégé	0,15	Edam	0,14	Brie	0,14
	Bleu de Bresse	0,29	Petits-suisses aux fruits	0,21	Bûche de chèvre	0,22	Crème de gruyère	0,19
	Fruit de saison	0,21	Duo d'entremets	0,15	Fruit de saison	0,21	Gâteau fromage blanc-fruits rouges	0,17
	Entremets à la confiture	0,20	Fruit de saison	0,21	Méli-mélo de fruits au sirop	0,26	Fruit de saison	0,21
		Total 1,58 €	Total 1,74 €	Total 1,67 €	Total 1,81 €			
VENDREDI	Endives sauce vinaigrette	0,32	Galette de sarrasin fourrée	0,26	Macédoine à la russe	0,19	Champignons aux herbes	0,29
	Chou-fleur sauce moutarde	0,15	Mâche cotentine	0,45	Dip au radis noir	0,35	Œufs durs mayonnaise	0,19
	Rôti de veau truffier	1,42	Noix de veau à l'orange	0,94	Onglet au grill	1,08	Rôti de veau bourgeoise	0,88
	Cabillaud sauce ciboulette	1,10	Quenelles de brochet sauce crustacés	0,57	Sauté de dinde ancestral	0,87	Bavette à l'échalote	1,02
	Poêlée villageoise	0,31	Mirepoix de légumes oubliés	0,30	Coquille calabraise	0,17	Poêlée maraîchère	0,33
	Tentation de Jansson	0,40	Farfalles	0,11	Purée de rutabaga	0,27	Pommes duchesse	0,23
	Chaurce	0,28	Saint-nectaire	0,26	Roquefort	0,34	Fromage frais	0,17
	Mimolette	0,17	Yaourt sucré BIO	0,31	Munster	0,22	Gouda	0,13
	Bûche au pain d'épices	0,24	Fruit de saison	0,21	Fruit de saison	0,21	Entremets vanille	0,14
	Mirabelles au naturel	0,21	Mousse chocolat pistache	0,15	Entremets caramel	0,18	Fruit de saison	0,21
		Total 2,29 €	Total 1,78 €	Total 1,94 €	Total 1,79 €			

LÉGENDE

Pour une meilleure visualisation de la variété des menus et de l'équilibre alimentaire, chaque catégorie de plat correspond à une couleur distincte.

Légumes et fruits crus

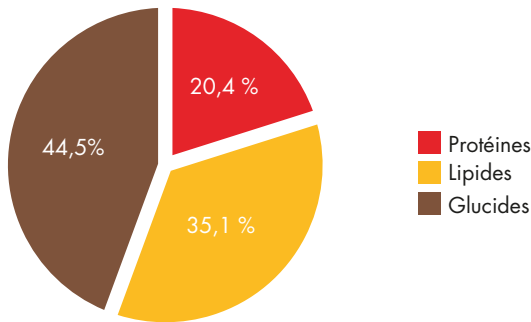
Légumes et fruits cuits

Féculeux

Produits laitiers

Plats protidiés

Les Apports Nutritionnels Conseillés (ANC) correspondent aux apports nutritionnels quotidiens jugés nécessaires pour répondre aux besoins de la quasi-totalité (97,5 %) des individus considérés comme bien portants pour une catégorie d'âge et un sexe donnés. Ils servent de référence aux professionnels de la diététique, de la nutrition et de l'alimentation, mais aussi aux responsables de la santé publique, des collectivités et des industries agroalimentaires.



Selon la dernière actualisation des repères de consommations alimentaires faites par l'ANSES, la répartition énergétique journalière pour les adultes est de maintenant 10 à 20 % pour les protéines, 35 à 40 % pour les lipides, 40 à 55 % pour les glucides. Ces valeurs de référence sont difficiles à atteindre sur un seul repas. Le déjeuner associé à un petit-déjeuner et un dîner conduit alors à un bon équilibre des nutriments sur la journée.

Objectif nutritionnel : 40 % des ANC pour le déjeuner
Catégorie de population : Hommes adultes ayant une activité physique courante

Chez l'adulte, le déjeuner représente 40 % des apports nutritionnels d'une journée. L'analyse suivante présente les apports journaliers moyens sur la période et intègre la consommation de pain blanc (le plus couramment proposé en collectivité). La distribution de pain complet, ou autres types de pains, améliorerait sensiblement les apports du menu en fibres, vitamines et minéraux.

	Apports du menu (hors pain)	Apports du pain (110 g)	Apports du menu	ANC (40 %)
Calories (Kcal)	823	299	1122	1080
Protéines (g)	46	9	55	35
Lipides (g)	41	1	42	45
Glucides (g)	61	60	121	142
Sodium (mg)	1172	663	1835	1248*
Potassium (mg)	1320	141	1461	1240*
Fibres (g)	8,0	3,5	11,5	12,0
Vitamine C (mg)	37	0	37	44
Fer (mg)	4,0	1,7	5,7	3,6
Calcium (mg)	351	50	401	360
Hydroxyacides (g)	0	0	0	n.d
Ethanol (g)	0	0	0	n.d

*Pour le sodium, il s'agit d'une valeur maximale recommandée, elle correspond à 3,2 g de NaCl. Pour le potassium, la valeur de référence utilisée est celle de la recommandation européenne Scientific Committee for Food, 1993 1488 /id.

Recette

Saumon à l'aneth et raifort (Jeudi, semaine 4)

Progression



- ✓ Dégeler les filets de saumon en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C).
- ✓ Eplucher, laver, désinfecter puis rincer abondamment à l'eau claire le raifort et l'aneth. Râper le raifort, effeuiller l'aneth et réserver.
- ✓ Portionner les filets de saumon, disperser au fouet dans la quantité d'eau bouillante ou froide nécessaire, plaquer dans des gastronomes pleins. Mouiller du fumet de crustacés, cuire au four (160/180 °C) 7 à 9 minutes. Débarrasser les filets de poisson, réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service. Réserver les 2/3 du bouillon de cuisson.
- ✓ Suer dans la matière grasse frémissante les oignons. Ajouter le raifort et la moitié de l'aneth. Mouiller du bouillon de cuisson, porter à ébullition, cuire 8 à 10 minutes. Mixer, lier au roux blanc, crémier. Mijoter 5 à 6 minutes, rectifier l'assaisonnement. Réserver au bain-marie (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.
- ✓ Dresser les filets de saumon, napper de sauce, parsemer de l'aneth restante au départ.

Ingrédients pour 100 adultes

Quantité

Filet de saumon Atlantique a/p s/a sg kg	12,000 KG
Eau	5,000 LT
Fumet de crustacés bt kg	0,100 KG
Huile de tournesol 5 lt	0,120 LT
Oignon émincé sg 2,5 kg	1,200 KG
Radis noir raifort kg	0,500 KG
Aneth frais 50 g	0,500 UN
Roux blanc bt kg	0,100 KG
Crème liquide 35 % UHT brique 1 lt	1,000 LT
Sel fin 1 kg	0,025 KG
Poivre blanc moulu 1 kg	0,006 KG

Bilan/Portion :

- ◆ Poids : 168 g
- ◆ Coût : 1,440 €
- ◆ Energie : 342 kcal
- ◆ Rapport P/L : 0,97

- ◆ Protéines : 24,8 g
- ◆ Glucides : 2,8 g
- ◆ Matières Grasses : 25,7 g

	SEMAINE 1	SEMAINE 2	SEMAINE 3	SEMAINE 4
LUNDI	Pousses de soja en salade 0,15 Rôti de porc sauce suprême 0,78 Pommes de terre vapeur 0,24 Mimolette 0,17 Fruits de saison 0,22	Avocat sauce cocktail 0,32 Osso buco de veau 1,21 Riz créole 0,09 Livarot AOP 0,24 Fruits de saison 0,22	Pizza annamite 0,24 Onglet à l'échalote 0,88 Endive béchamel 0,57 Cantal 0,25 Fruits de saison 0,22	Champignons marinés 0,30 Blanc de poulet gourmand 0,58 Polenta valdotaine 0,22 Mini-bleu 0,21 Pomme farcie aux coings 0,26
	Soupe courquinoise 0,52 Millefeuille d'épinards 0,19 Epoisses 0,24 Pudding de grains de blé aux raisins 0,11	Velouté Sylvestre 0,74 Cassolette d'églefin 0,62 Chaource 0,28 Fruits de saison 0,22	Velouté dubarry 0,22 Aumônière de la mer 0,92 Crème de roquefort 0,28 Reinette à la myrtille 0,22	Soupe belge 0,13 Flamibe aux poireaux et haddock 0,59 Camembert 0,13 Panaché de fruits aux pruneaux 0,23
	Total 2,62 €	Total 3,93 €	Total 3,79 €	Total 2,65 €
MARDI	Crudités des frimas BIO 0,30 Saumon à l'aneth et raifort 1,44 Flan de choux-fleurs 0,32 Bleu des Causses 0,34 Timbale aux pruneaux 0,20	Endives aux mendiants 0,32 Navarin de mouton 0,84 Salsifis au beurre 0,32 Morbier 0,21 Semoule au lait maison 0,12	Carotte râpées Aurélia 0,16 Jarret de veau aux carottes 1,62 Pommes de terre saumon-aneth 0,37 Munster 0,22 Entremets aux pruneaux 0,47	Salade de perles marine 0,74 Daube bourguignonne 0,98 Duo de carottes 0,27 Saint-paulin 0,18 Fruits de saison 0,22
	Potage galinette 0,21 Spaghetti sauce bolognaise 0,35 Abondance 0,28 Fruits de saison 0,22	Soupe de pot-au-feu 0,11 Tartiflette 0,69 Mont-d'Or 0,29 Entremets praliné aux noisettes 0,17	Velouté aux marrons 0,20 Gâteau de viande 0,39 Petits-suisses au sucre 0,25 Velouté coco-mangue et madeleine 0,48	Soupe au gruau 0,22 L'obscur paupiette 0,57 Yaourt saveur vanille 0,47 Compote d'abricot et biscuit 0,19
	Total 3,64 €	Total 3,08 €	Total 4,15 €	Total 3,84 €
MERCREDI	Pamplemousse rose 0,07 Epaule d'agneau confite 0,95 Cocos noirs à la brésilienne 0,31 Yaourt nature 0,15 Flan chocolat 0,19	Soupe aux champignons 0,18 Potée balte 0,73 Spaetzles sautés 0,22 Roquefort 0,34 Coupe vitaminée 0,36	Salade de lentilles 0,14 Omelette aux champignons 0,30 Gratin d'épinards 0,26 Brillat-savarin 0,29 Fruits de saison 0,22	Terrine de légumes tricolore 0,04 Gigot d'agneau vert-pré 1,09 Spaghetti 0,05 Tomme grise 0,16 Salade de fruits de saison 0,33
	Soupe brezou 0,27 Blettes à la tripe 0,21 Edam 0,14 Kloug aux marrons 0,29	Potage julienne 0,17 Quenelles de volaille florentine 0,43 Yaourt brassé nature 0,22 Poire pâtissière 0,24	Soupe de poisson aux croûtons 0,30 Soufflé de potiron 0,50 Gruyère 0,17 Surprise au chocolat 0,20	Soupe nivernaise 0,37 Riz à la catalane 0,15 Bûche du Pilat 0,20 Flan vanille aux cerises 0,20
	Total 2,57 €	Total 2,89 €	Total 2,38 €	Total 2,59 €
JEUDI	Allumette au fromage 0,16 Sauté de veau 1,17 Purée de potiron 0,44 Fourme d'Ambert 0,18 Fruits de saison 0,22	Chou blanc aux cranberries 0,16 Faux-filet sauce aux poivres 0,94 Poireaux braisés 0,14 Comté 0,36 Far breton 0,14	Mascarade de crudités 0,28 Fricassée d'agneau 1,28 Semoule au cumin 0,09 Picodon 0,59 Banane caramélisées aux épices 0,24	Crudités aux graines de sésame 0,24 Rôti de veau Dargis 1,11 Choux de Bruxelles 0,18 Petits-suisses nature 0,24 Tarte pomme rhubarbe 0,31
	Soupe de vermicelles 0,14 Coquille de poisson 0,27 Saint-marcellin 0,22 Cocktail d'agrumes au caramel 0,18	Velouté de cresson 0,17 Gnocchi de polenta 0,15 Pyramide cendrée 0,29 Salade pommes et pruneaux 0,25	Velouté de poireaux 0,27 Lasagne maison 0,45 Faisselle du randonneur 0,43 Méli-mélo de fruits d'hiver 0,21	Velouté de patates douces 0,26 Céléri charcutière 0,27 Emmental 0,16 Poire au chocolat 0,38
	Total 2,98 €	Total 2,59 €	Total 3,84 €	Total 3,14 €
 VENDREDI	Verrine de betterave et roquette 0,29 Ragoût de bœuf picadinho 1,02 Coquillettes gratinées 0,18 Faisselle 0,28 Salade de fruits de saison 0,33	Crevettes Shanghai 0,42 Filet de sole à l'ostendaise 1,09 Quinoa façon risotto 0,41 Carré de l'Est 0,18 Fruits de saison 0,22	Frisée aux lardons 0,16 Filet de cabillaud sauce écrevisse 1,00 Riz safrané 0,25 Bleu de France 0,21 Ile vanillée aux noisettes 0,43	Radis noir 0,21 Boulettes de bœuf aux aïelles 0,56 Mousse de panais 0,77 Comté 0,36 Flaugnarde aux pruneaux 0,11
	Soupe basler 0,19 Endives au jambon maison 0,49 Beaufort 0,38 Pomme bonne femme 0,27	Potage d'asperges 0,14 Tarte aux trois fromages 0,27 Yaourt aromatisé 0,22 Fruits de saison 0,22	Crème Esaü 0,14 Cresson normand 0,27 Mini chèvre enrichi 0,17 Crème de pruneaux 0,43	Velouté de potiron muscadé 0,16 Gratinée de quenelles 0,29 Roquefort 0,34 Crumble aux baies rouges 0,37
	Total 2,45 €	Total 3,17 €	Total 3,06 €	Total 3,08 €
SAMEDI	Endives croquantes 0,21 Tigelada de morue 0,53 Haricots verts à la vénitienne 0,20 Fromage blanc au sucre 0,17 Gâteau fromage blanc-fruits rouges 0,17	Mâche champêtre 0,32 Escalope de dinde surprise 0,66 Boullgour aux oignons 0,14 Fromage blanc vanille 0,32 Pruneaux cuits au vin 0,41	Cœurs de palmier en salade 0,19 Joue de bœuf miroton 0,79 Grains de blé cressonnière 0,18 Foumols 0,20 Coupe mangue-ananas 0,41	Poireau à la grecque 0,27 Filet de panga aux deux sauces 0,60 Purée de topinambour 0,34 Yaourt aux fruits 0,17 Duo d'agrumes 0,12
	Velouté de légumes 0,17 Bouchée garnie 0,28 Bleu de chèvre 0,99 Crème renversée aux pruneaux 0,41	Soupe paysanne 0,24 Cannelloni au parmesan 1,12 Ossau-iraty 0,36 Coupe au kiwi 0,38	Soupe flamande 0,20 Chou farci 0,43 Saint-félicien 0,23 Mousse croustillante 0,22	Soupe sapaudie 0,18 Parmentier de volaille 0,53 Fromage blanc nature 0,15 Fruits de saison 0,22
	Total 3,11 €	Total 3,96 €	Total 2,84 €	Total 2,58 €
DIMANCHE	Salade maraîchère 0,23 Moqueca de poulet 0,94 Poêlée de crosnes 1,10 Saint-nectaire 0,26 Tartelette aux noix 0,44	Salade strasbourgeoise 0,25 Mignon de porc sauce Robert 0,80 Brocolis persillés 0,22 Tomme des Pyrénées 0,17 Eclair chocolat 0,21	Salade Scandinave 0,29 Côte de porc Maître d'hôtel 0,64 Navets frais glacés 0,33 Yaourt pulpe de fruits 0,34 Crêpe à la mousse blanche 0,47	Chou rouge aux pommes 0,14 Lapin en chapelleure 1,04 Fond d'artichaut délice 0,54 Coulommiers 0,15 Nid douillet 0,27
	Potage carottes 0,08 Cocotte de topinambours 0,37 Petits-suisses aux fruits 0,21 Ananas frais 0,16	Crème à l'oseille 0,23 Pois cassés limbourgeois 0,32 Fourme d'Ambert 0,18 Trifle gourmand 0,23	Crème à l'échalote 0,20 Gratinée de ravioles aux moules 1,26 Fromage fondu nature 0,10 Fruits de saison 0,22	Velouté d'endives 0,36 Gratin dauphinois à la ricotta 0,41 Fromage carré 0,15 Coupe de litchis 0,56
	Total 3,79 €	Total 2,61 €	Total 3,86 €	Total 3,61 €

ZOOM PRODUIT ➤ Les crêpes

Elles sont mises à l'honneur chaque 2 février avec la Chandeleur. Leur origine est très ancienne, 7000 ans avant Jésus Christ. Les ingrédients se limitent alors à la farine et l'eau, donnant une pâte épaisse, cuite sur pierre chaude. En Bretagne, la crêpe au sarrasin fait son apparition vers le 13^e siècle et de nos jours, pas de pâte à crêpe sans œufs.

Sur le plan nutritionnel, la crêpe seule est faible en énergie, même si la farine apporte des glucides complexes. Les œufs et le lait en font une source de protéines. Pourtant, pour bon nombre de gourmands, la présence de ces 3 ingrédients de base constitue un risque d'allergies alimentaires. Celles-ci ayant doublées ces dernières années. Près de 3 % des adultes sont condamnés à surveiller leur assiette et le tableau est encore plus noir chez les enfants, puisque 5 % d'entre eux seraient concernés. Heureusement, selon l'aliment en cause, la réactivité disparaît avec l'âge. Ainsi, rares sont les adultes allergiques aux œufs.

Information de préparation

Certaines préparations sont difficiles à réaliser si l'on supprime l'ensemble des allergènes auxquels le consommateur peut être sensible. Pour les crêpes, voici quelques pistes pour limiter ces allergènes :

- en cas d'intolérance au gluten (maladie coéliqua), utiliser de la farine sans gluten (sarrasin, châtaigne) ou de la fécule de maïs.
- remplacer le lait par une boisson végétale (amande, soja... mais attention à l'allergie aux fruits à coques et au soja) ou par de l'eau pour l'allergie ou l'intolérance aux produits laitiers.



Recette

Crêpes maison sans gluten (Dimanche, semaine 3)

Progression



Recette sans gluten & lait

- ✓ Disposer la farine de sarrasin en fontaine, verser au centre le sel. Ajouter l'œuf entier liquide, mélanger tous les ingrédients au centre à l'aide d'un fouet. Incorporer petit à petit l'eau dans l'appareil, jusqu'à l'obtention d'une pâte liquide et sans grumeaux. Réserver en enceinte réfrigérée (0/+ 3 °C) 1 à 2 heures.
- ✓ Cuire les crêpes dans une poêle chaude légèrement graissée. Réserver au chaud (+ 63 °C) jusqu'au moment du service.

Suggestions :

- Peuvent être servies en entrée, en plat sous forme de galette bretonne ou en dessert.
- Pour le dessert aromatiser la pâte à crêpe d'eau de fleur d'oranger, de vanille, de Cointreau ou autres eaux-de-vie.

Ingrédients pour 100 personnes

Quantité

Farine de Sarrasin	2,000 KG
Œuf entier liquide	0,400 LT
Eau de cuisine	3,000 LT
Sel fin	0,040 KG

Bilan/Portion :

- ◆ Poids : 54 g
- ◆ Coût : 0,056 €
- ◆ Energie : 75 kcal

- ◆ Protéines : 3,0 g
- ◆ Glucides : 14,1 g
dont sucres : 0,3 g
- ◆ Matières Grasses : 0,8 g