

Petit – Déjeuner des GS classe 1

Organisé par SOGERES

4 mai 2021

Ce matin, les enfants de grande section, de la classe 1, sont invités à partager un petit-déjeuner équilibré avec une diététicienne de la société SOGERES.

1/ Préparation du petit-déjeuner

La diététicienne et le personnel de cantine de la maternelle RENE-GUEST préparent le petit-déjeuner avec les différentes catégories d'aliments (produits laitiers, produits céréaliers, fruits frais ou compotes ou jus, boisson comme de l'eau).





2/ Petit rappel sur la composition d'un petit-déjeuner équilibré

Un petit rappel est fait sur la composition d'un petit-déjeuner équilibré avec la participation des enfants en découvrant les différentes catégories d'aliments et sous quelles formes ils peuvent se trouver :



- 1 produit laitier (lait, fromage, yaourt)
- + 1 produit céréalier (céréales, pain et les différents types de pain, biscottes, brioches, ...)
- + 1 fruit (frais, compote, jus)
- + 1 boisson (eau, jus)

Il est rappelé aussi pour quelles raisons ils sont nécessaires et éventuellement combien de fois par jour nous devons les associer à nos repas.

Il est également rappelé qu'ils peuvent manger sur le pain du beurre et/ou de la confiture mais avec modération.

3/ Action

Vu la situation sanitaire actuelle, les enfants sont servis à table par la diététicienne et la maîtresse de la classe (contrairement aux années précédentes). Les enfants sont invités à choisir eux-mêmes un petit-déjeuner équilibré et à le déguster. Il leur est donc proposé un produit pour chaque catégorie en leur laissant le choix.

Tous les enfants ont bien participé et ont bien apprécié ce moment de partage. Ce petit-déjeuner était copieux.

4/ Se souvenir

Les enfants repartent dans leur classe avec un petit dépliant rappelant les règles évoquées et des petits jeux pour toujours apprendre ou se souvenir des aliments ou des catégories alimentaires.



PS : Nous remercions Mme DUPONT et la Mairie pour cette initiative avec la société SOGERES.

Ainsi que, le personnel de la cantine de la maternelle RENE-GUEST qui a aidé à l'organisation de ce petit-déjeuner.