

## Bienvenue sur le site Internet « Manger Sain »

L'objectif de ce site est de contribuer à diffuser une démarche de gestion des restaurations collectives, notamment de l'école à l'université ; **démarche** qui, **sans surcoût**, offre une alimentation, saine, variée **et majoritairement issue de l'agriculture biologique**.

Afin de vous accompagner et vous faciliter les choses, vous pouvez télécharger de nombreux outils qui seront nécessaires pour réaliser cette démarche.

Puisque nous sommes soucieux de l'environnement autant que de la santé humaine et animale, ce site Internet consomme moins de ressources.

Ainsi, il n'y a qu'une seule page Internet (*en-dehors de la page d'erreur 404 ...*) et, le livre et les outils ne se téléchargent qu'à votre demande.

Soyez certains de vouloir télécharger tel ou tel élément.

- - - - -

Les **menus** proposés facilitent la mise en œuvre d'une alimentation qui s'intègre au plan alimentaire, respecte les grammages recommandés avec une part très importante de denrées bio.

Le **tableur des menus à l'année** présente une semaine de menus midi et soir par onglet. Chaque onglet correspond à une semaine de cours. Ce tableur devra être légèrement adapté en fonction du calendrier des jours fériés de l'année scolaire. Lorsqu'un plat est indiqué, il peut être remplacé par une recette différente, basée sur le même type de denrée.

Les **mallettes de menus à fort pourcentage de bio** sont composées de tableurs de menus pour un service à choix multiple. Les ingrédients sont listés avec leurs quantités respectives. Il suffit d'indiquer le prix d'achat hors taxes au kilo, à la boîte, à l'unité dans les cellules jaunes prévues à cet effet pour connaître le prix hors taxes par ration du repas. Les calculs sont automatiques et vous ne devez surtout pas modifier les autres cellules de tableurs.

Un **tableur de synthèse avec sept onglets de menus** liste chacun des menus bio avec les coûts cibles que nous avons réellement obtenus lors de leur mise en œuvre en 2014. Ces prix découlent des achats effectués à l'aide des outils de marchés publics fournis sur ce site.

Enfin, un **tableur de synthèse des coûts moyens** des trois séries de menus bio vous permet de constater que nous avons servis des repas à 30%, 51 % et même 100 % de rations bio sans surcoût par rapport aux 1,80 euros de denrées habituellement utilisés.

Par exemple, si nous servions les midis de lundi un menu à 51 % bio, mardi à 100 %, mercredi à 30 %, jeudi à 51 % et vendredi à 30 % pour le nombre de rations régulier de ces jours là, le **coût moyen du repas serait de 1,60 euros hors taxes pour 69 % de denrées bio** en valeur financière :

	<i>lundi</i>	<i>mardi</i>	<i>mercredi</i>	<i>jeudi</i>	<i>vendredi</i>
<b>Rations (Nb)</b>	800	1000	400	900	800
<b>Menus Bio (%)</b>	<b>51%</b>	<b>100%</b>	<b>30%</b>	<b>51%</b>	<b>30%</b>
<b>Coût (€)</b>	1,619	1,75	1,524	1,671	1,337
<b>Total (€)</b>	1295,2	1750	609,6	1503,9	1069,6
<b>Bio (€)</b>	795,76	1738,5	247,88	1029,24	494,88
<b>Bio financier (%)</b>	61%	99%	41%	68%	46%
<b>moyenne (%)</b>			<b>69%</b>		
<b>Coût plateau (€)</b>			<b>1,60</b>		

[Retour sur le site](#)