

Extrait du Collège Lycée MARIE JOSEPH

<http://college-marie-joseph.etab.ac-caen.fr/spip.php?article248>

Petit déjeuner des 6èmes

- 06 - Vie Scolaire - Le C.E.S.C.S. -



Date de mise en ligne : jeudi 8 décembre 2016

Collège Lycée MARIE JOSEPH

Toujours dans le cadre des actions du CESCO, en lien avec le programme de SVT et en collaboration avec la diététicienne de HOULE RESTAURATION, un petit déjeuner pédagogique a été organisé pour les élèves de 6ème les 1er et 2 décembre 2016.

Après avoir répondu à un questionnaire, les élèves de ce niveau se sont vus proposer différents aliments pour **composer un petit déjeuner équilibré**. Sous les conseils de la diététicienne et de Mme TOFFOLUTTI, l'infirmière, les élèves se sont constitués un bon petit déjeuner, façon plutôt agréable de commencer leur journée.

Le concept : 3 groupes d'aliments, 3 couleurs, 3 tables ! Chacun est convié à compléter son petit déjeuner du jour par le ou les éléments manquants, à savoir : un produit céréalier et/ou un produit laitier et/ou un fruit :

1. **Les produits céréaliers : table marron**
2. **Les produits laitiers : table bleue**
3. **Les fruits : table verte**

Au-delà du traditionnel chocolat au lait / tartines / jus d'orange, l'idée est de faire découvrir de nouveaux produits avec les différentes sortes de pains aux graines proposées, les céréales « nature » que les élèves peuvent agrémenter au gré de leurs envies avec miel, fruits secs, coulis, yaourt... les semoules ou riz au lait qui combinent le produit laitier et le produit céréalier donc un gain de temps si l'on est pressé le matin...

M. MARIE, avec ses qualités d'animateur, a donné une dimension conviviale et pédagogique supplémentaire à cette animation en insistant sur l'importance de ce repas et en donnant la parole aux élèves pour qu'ils témoignent de leurs pratiques.

Un travail pédagogique sur la nature des aliments sera repris dans le cours de sciences.