

Au plus **pré**
de votre **assiette**



Fête de l'alimentation locale

✽ 12 octobre 2023 ✽

Un repas
local et bio
dans ma cantine

Notre **Projet**
Alimentaire en action
Territorial

Si  **val**
Communauté
d'agglomération du Sud-Est
Toulousain

Au menu du 12 octobre

Un repas riche en goût,
bon pour la santé et pour la planète !

> Local et bio



Des produits de saison provenant du Sud-Est Toulousain et du Département du Lot.

Un transport qui limite ses impacts sur l'environnement : l'achat groupé des produits a permis de diminuer l'impact carbone lié au transport.



> Végétarien et équilibré

Des protéines végétales (céréales et légumineuses).

Les légumineuses ont tout bon !

Les légumineuses contribuent à l'apport protéique du repas. En complément des céréales elles peuvent remplacer la viande ou le poisson. Elles contiennent des glucides qui donnent de l'énergie pour toute la journée. Elles sont riches en fibres, en fer, calcium et vitamines.



Testez des recettes savoureuses à base de légumineuses :
<https://bit.ly/3rBm76C>



> Zéro gaspi

Les restes de préparation en cuisine et des repas seront majoritairement collectés et transformés en bio gaz (par Cler Verts, à Belesta Lauragais)

Projet
Alimentaire
Territorial

Le Projet Alimentaire Territorial du Sicoval développe des actions concrètes (lutte contre le gaspillage alimentaire, soutien aux filières, production biologique, éducation alimentaire, accessibilité financière, ou encore développement des circuits-courts...) avec pour objectif de faciliter l'accès des habitants à une alimentation saine et de qualité, issue d'une agriculture locale durable (rémunératrice, créatrice d'emplois, respectueuse de l'environnement...).



> 3 cuisines du territoire relèvent le défi

5 550 repas confectionnés

28 communes concernées



Service de restauration collective du Sicoval :
26 communes adhérentes, **3 900** repas



1 300 repas



300 repas

AU MENU

ENTRÉE

Trilogie de carottes à la vinaigrette

 Provenance : Ferme de l'Origan, Belaye, Vallée du Lot

PLAT

Coquillettes et curry de lentilles aux légumes

 Provenance :

La Caverne aux épices, Souseyrac en Quercy, Lot (curry)
Biograneta, Montbrun-Lauragais 31 (coquillettes et lentilles)

DESSERT

Yaourt aromatisé à la framboise

 Provenance : Ferme des Auques, Montdoumerc, Lot



ET LE PAIN ?

- > Fournil du Mazut, Durbans, Vallée du Lot pour les communes fournies par SET Restauration
- > Boulangerie des Pyrénées, l'Union pour la cantine de Labège
- > Les Frères Chapelier, Toulouse pour la cantine de Ramonville Saint-Agne

Au Sud-Est Toulousain, on expérimente une logistique alimentaire à faible impact sur l'environnement...

Le repas du 12 octobre répond à différents axes du Projet Alimentaire Territorial : il est préparé à partir de produits bio et locaux. L'achat groupé de ces produits par les 3 cuisines participantes a permis de limiter l'impact carbone de leur transport jusqu'aux lieux de préparation des repas (Pechabou, Labège et Ramonville Saint-Agne).

...grâce à l'association Dem & Terria...



Les territoires urbanisés n'ont pas les ressources suffisantes pour assurer une grande part de leurs besoins alimentaires. Dem & Terria expérimente des scénarios éco-logistiques mobilisant divers partenaires (producteurs locaux, collectivités, transporteurs...) pour faciliter l'approvisionnement en produits locaux sains et bons pour la santé humaine comme pour les sols et la biodiversité

 <https://dem-et-terria.fr/>

**Pour connaître le programme
et participer avec vos enfants
à la Fête de l'alimentation locale
du 13 au 15 octobre 2023
au Sud-Est Toulousain**



www.sicoval.fr

Retrouvez-nous sur les réseaux sociaux :



Une opération en partenariat :

