



## Opération petit-déjeuner

publié le 18/02/2014

Les 46 élèves des deux classes de sixième du collège de l'Osme ont bénéficié ce mardi matin d'un petit déjeuner équilibré. Après avoir eu une information en classe une semaine avant sur les différentes catégories d'aliments présents et nécessaires à un petit déjeuner équilibré, les élèves sont passés à la pratique devant un vaste buffet très appétissant que Jean-Claude Lastère, le chef cuisinier du collège, avait dressé, avec son équipe.

Avant de passer de la théorie à la pratique, Mmes Moulin, Tabuteau, Rodrigues et Ravion, respectivement conseillère principale d'éducation, professeurs (SVT et EPS) et infirmière scolaire, ont rappelé l'importance de la prise d'un petit-déjeuner équilibré en relation avec la pratique d'une activité physique et sportive et ont donné leurs dernières recommandations.

Pour faciliter le choix des collégiens, les aliments avaient été regroupés par famille. Le rayon des produits céréaliers, riches en glucides était vaste, avec de nombreuses variétés de pains, de céréales (dont un grand nombre issu de l'agriculture biologique) mais il y avait aussi un nombreux choix de confitures, de laitages et de jus de fruits.

### Portfolio



**Académie  
de Poitiers**

**Avertissement : ce document est la reprise au format pdf d'un article proposé sur l'espace pédagogique de l'académie de Poitiers.**

**Il ne peut en aucun cas être proposé au téléchargement ou à la consultation depuis un autre site.**