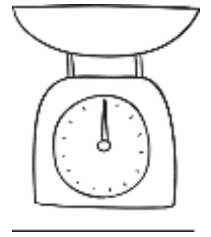


Manger Végétarien à la Cantine



Durée Pendant le repas du déjeuner (2h)	Date A déterminer
Lieu Restaurant scolaire, classe, salle à disposition au sein de l'école...	



Présentation

Cette animation vous est proposée dans un cadre ludique et pédagogique pour faire découvrir l'alimentation végétarienne.

Public concerné

Enfant élémentaire

Méthodes d'animation

- Échanges,
- Jeux,
- Atelier pratique.

Intervenant

Diététicienne(s) spécialisée(s), ayant une expérience dans le conseil aux établissements en restauration collective.

Objectifs de l'animation

Au cours de l'atelier, l'enfant développera des capacités à :

- Connaître ce qu'est un repas végétarien,
- Connaître les aliments pouvant remplacer la viande et le poisson,
- Découvrir la famille des légumineuses et des céréales,
- Découvrir les plats végétariens complets associant céréales et légumineuses.

Contenu

- Définition du repas végétarien,
- Famille des céréales,
- Famille des légumineuses,
- **Atelier pratique 1** : reconnaissance des céréales et légumineuses,
- Association de céréales et de légumineuses pour composer un repas végétarien,
- **Atelier pratique 2** : reconnaissance de plats végétariens.