

# SAINT-NAZAIRE ET NANTES VOUS PROPOSENT UN REPAS "POUR NOTRE PLANÈTE"



## INFOS POUR LES PARENTS

### Pourquoi faire un menu « pour la planète » ?

Une importante consommation de viande a des conséquences sur notre environnement :

- émission de gaz à effet de serre par les élevages (plus élevés que ceux produits par les transports)
- déforestation pour créer des pâturages
- participation à la pollution de l'eau et à la dégradation des récifs coralliens
- contribution à la survenue des pluies acides

### Et l'équilibre alimentaire ?

- Les protéines végétales des céréales associées à celles des légumes secs remplacent les protéines animales.
- Attention, une exclusion systématique et prolongée de la totalité des protéines animales entraîne des carences si des aliments bien spécifiques ne sont pas utilisés en complément.



Service Restauration municipale



SN  
Saint-Nazaire



## MENU DE CE MIDI

Céliéri au pomelos

Couscous aux céréales gourmandes

Yaourt issu de l'agriculture biologique  
(Ferme des Pouls hauts à St Nazaire)

Abricots secs

Pain issu de l'agriculture biologique

Dans ce menu, il n'y pas de viande car l'élevage peut abîmer notre planète :



Par exemple, les  ont besoin de prés donc on détruit des forêts.

Mais les arbres enlèvent la pollution de l'air.



## A toi de jouer !

**REBUS** Découvre qui nous devons protéger...



T

Réponse: planète