



LES  
RENCONTRES  
EN BRETAGNE DE  
LA RESTAURATION  
COLLECTIVE  
BIO-LOCALE

2 ET 3  
JUILLET  
2021



En amont du Congrès Mondial de la Bio qui aura lieu du 6 au 10 septembre 2021 à Rennes, Voyage en Terre Bio et le Collectif les Pieds dans le Plat organisent deux jours de rencontres qui s'inscrivent dans une série d'évènements en vue du Congrès: une journée de formation aux professionnels le 2 juillet et une journée d'échange et de sensibilisation le 3 juillet.



Congrès Mondial  
de la Bio 2021

FRANCE





# JOURNÉE DE FORMATION DÉCOUVERTE À LA RESTAURATION BIO LOCALE

VENDREDI 2 JUILLET

## LIEU DE LA RENCONTRE :

En Bretagne : le lieu vous sera précisé dans la confirmation d'inscription.

## TARIFS DE LA FORMATION :

**150 €**

**Inscription à la formation et choix des ateliers en ligne [ici](#)**

## OBJECTIF

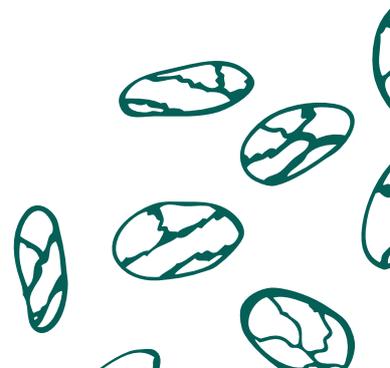
**Proposer une formation de découverte multithématique aux acteurs de la restauration collective qui souhaitent introduire des produits bio locaux dans leur structure et apporter ou affiner des connaissances portant sur :**

- LES ENJEUX DE LA BIO DANS LE(S) SYSTÈME(S) ALIMENTAIRE(S) : relocalisation, saisonnalité, enjeux culturels, planétaires, sanitaires, Loi EGALIM.
- LES TECHNIQUES CULINAIRES : Céréales, légumineuses, assaisonnements, oléagineux, légumes frais, justes cuissons, basse température, taillages viandes et légumes.
- LA NUTRITION BIOLOGIQUE : qualité nutritionnelle et organoleptique des aliments **en lien avec la santé.**
- L'ANIMATION du temps repas.

## PUBLICS CONCERNÉS

- Cuisiniers diplômés avec une expérience en restauration collective et qui présentent **un intérêt pour la cuisine bio locale et l'apprentissage de nouvelles techniques de cuisine.**
- Diététiciens nutritionnistes.
- Pour la partie animation du temps repas : ATSEM et toute personne ayant un profil d'animateur, éducateur auprès d'un public scolaire, cuisinier, diététicien nutritionniste.

Les élus et gestionnaires qui font participer leurs équipes à la formation sont invités à déjeuner.





**PROGRAMME**  
**VENDREDI 2 JUILLET**

INTRODUCTION PLÉNIÈRE :

**LES GRANDS ENJEUX DE LA RESTAURATION COLLECTIVE BIO ET LOCALE**

*animé par le Collectif les Pieds dans le plat avec l'intervention du groupement des agriculteurs bio d'Ille et Vilaine*

**8H15-10H**

**Enjeux de l'alimentation bio locale** : enjeux sociaux, environnementaux, santé.  
**Démarche d'accompagnement** de la restauration collective dans un projet global.  
**Education au goût** : comprendre le vocabulaire sur le goût.  
**Nutrition** : recommandations nutritionnelles, intérêts nutritionnels des aliments bio, alimentation ultra transformée.

**10H-13H PUIS 14H30-17H30 : ATELIERS THÉMATIQUES AU CHOIX**  
*animés par un binôme cuisinier et diététicien du Collectif Les Pieds dans le Plat*

**ATELIER 1**

**FRUITS ET LÉGUMES CRUS, ABORDONS LA SAISONNALITÉ**

- Maîtriser des techniques culinaires à partir de produits frais de saison
- Juste cuissons et assaisonnements
- Planifier avec la saisonnalité
- Valoriser la démarche auprès des convives
- Valoriser les crudités
- Renforcer l'apport de vitamines grâce aux crudités

**ATELIER 2**

**CÉRÉALES ET VÉGÉTAL: À LA DÉCOUVERTE D'UN PLAT VÉGÉTARIEN**

- Compléter des connaissances sur l'équilibre alimentaire et la densité nutritionnelle des aliments
- Définir le seuil de perception et de reconnaissance des goûts
- Intégrer des plats alternatifs bio dans son offre de restauration
- Travailler sur les cuissons, les présentations, le goût et le plaisir

**ATELIER 3**

**LES LÉGUMINEUSES: SALÉ ET SUCRÉ**

- Maîtriser des techniques culinaires adaptées aux différentes légumineuses (trempage, cuisson,..)
- Acquérir des connaissances sur les différentes légumineuses et sur les protéines végétales : intérêt nutritionnel et environnemental - équivalences protidiques
- Utilisation des légumineuses en dessert (version sucrée). recettes et intérêt gustatif/nutritionnel.
- Variété de préparations et de possibilités grâce aux légumineuses (de l'entrée au dessert)

**ATELIER 4**

**CUISINE DU MONDE**

- Maîtriser des techniques culinaires japonaises à base de soja
- Réaliser des recettes du monde adaptées à la saisonnalité et aux produits bio-locaux
- Savoir-faire technique en cuisine bio
- Bouillon à base d'algue de Bretagne
- Salade à base d'algue
- Légumes macérés au sel (tsukemono)
- Dessert : chia pudding

**ATELIER 5**

**CONSTRUIRE SON PLAN MENU 100% BIO EN S'ADAPTANT À LA SAISON, À L'APPROVISIONNEMENT LOCAL ET AU BUDGET. VALORISER LA DÉMARCHE AUPRÈS DES MANGEURS**

- Comprendre l'intérêt santé d'introduire des aliments bio
- Respecter les recommandations nutritionnelles
- Proposer des menus équilibrés, denses nutritionnellement et gourmands
- Introduire des plats alternatifs dans le plan alimentaire
- Intégrer une action d'éducation à l'alimentation au moment du service

**13H-14H30 : REPAS PARTAGÉ AVEC LES RECETTES RÉALISÉES**

**17H30 : CONCLUSION DE LA JOURNÉE SUIVI D'UN POT CONVIVIAL**



# JOURNÉE CONVIVIALE DE SENSIBILISATION À LA RESTAURATION COLLECTIVE 100% BIO LOCALE

SAMEDI 3 JUILLET

LIEU DE LA RENCONTRE :

Le lieu vous sera précisé dans la confirmation d'inscription.

TARIF DE LA JOURNÉE :

**15€**

**Gratuit pour les enfants**

Repas compris (sera possible selon les réglementations sanitaires).

Nous nous réservons le droit de limiter le nombre de participants à l'évènement.

**Inscription en ligne [ici](#)**

f

Plongez à la découverte de l'univers de la restauration collective bio, ses enjeux, ses acteurs engagés lors de cette journée ludique et festive. Notre intention, mettre tout le monde autour de la table. La journée allie temps d'échanges collectifs, conférences, ateliers ludiques et de cuisine. Les acteurs de la bio seront également présents pour échanger toute la journée.

## PUBLICS CONCERNÉS

Tout public, du simple curieux au représentant d'établissement, professeurs, gestionnaire, paysans représentant de plateformes, parents, enfants.



## PROGRAMME SAMEDI 3 JUILLET

10H30 : ACCUEIL

À RETROUVER TOUT AU  
LONG DE LA JOURNÉE  
DU 3 JUILLET

MATIN  
11H-13H

“La révolution délicieuse dans les cuisines du quotidien: vers une restauration collective 100% fait maison, bio, locale”

Conférence d'Olivier Roellinger  
suivi du témoignage de la ville de Bruz

- LES STANDS DES ACTEURS DE LA BIO LOCALE

GAB, MANGERBIO, IBB, ECOCERT, AGROBIO  
ASSOCIATION AUX GOÛTS DU JOUR,  
LA GRENOUILLE À GRANDE BOUCHE,  
BIO CONSOM'ACTEURS

13H : REPAS 100% BIO-LOCAL

Si autorisé par les conditions sanitaires

- UN ESPACE D'ÉCHANGE GASTROZOPHIQUE:  
*Philosopher et papoter*

APRÈS-MIDI  
14H-16H

“Comment mettre en œuvre une restauration collective 100% fait maison, bio et locale?”

Table ronde participative sur la démarche du conseil  
départemental de la Dordogne qui s'engage vers du 100%  
pour tous ses collègues

- DIVERS ATELIERS ET ANIMATIONS LUDIQUES  
POUR LES JEUNES ET MOINS JEUNES

16H30-17H

Remise de diplômes des labélisés  
Ecocert en cuisine de Bretagne.

- DES DÉMONSTRATIONS CULINAIRES  
*Protéines végétales, légumineuses,  
fruits et légumes de saisons...*

18H

Apéro festif

