

Les critères

Nous vous proposons de construire en groupe **un repas en 2 recettes pour 4 personnes, dans un budget de 8 euros**.

Attention, pour réussir le challenge, vous devez veiller à l'**impact écologique** et à la **qualité nutritionnelle** des recettes que vous proposez. Vous devez également proposer des recettes créatives, appétissantes, qui « donnent envie » !

Pour vous aider à construire vos recettes, et à évaluer les recettes des autres groupes, vous pouvez utiliser cette **liste de critères** divisée en trois catégories.

Pour réussir le challenge, **chaque groupe doit totaliser 8 points en tout, avec :**

- **Au moins 3 points issus de la liste de critères « bon pour la planète » ;**
- **Au moins 3 points issus de la liste de critères « bon pour le corps » ;**
- **Au moins 1 point issu de la liste de critères « bon tout court ».**

Un **point bonus** par catégorie peut être accordé si une attention particulière à un autre critère hors de cette liste a été apportée.

Critères « bon pour la planète » (au moins 3 points)	Validé (+1 point)	Non validé
Tous les fruits et légumes sont de saison		
Au moins la moitié des aliments sont produits en France		
Au moins une des deux recettes est végétarienne		
Il n'y a pas d'emballage individuel ou d'emballage non recyclable		
Au moins un aliment a le label Bio		
Point bonus « impact écologique »		
Critères « bon pour le corps » (au moins 3 points)		
Il n'y a pas plus d'un aliment transformé		
Plus des trois quarts des aliments sont des produits frais		
Il y a au moins 3 fruits et légumes différents		
Les aliments sélectionnés proviennent d'au moins 3 catégories différentes		
Il n'y a pas plus d'un aliment avec un Nutriscore inférieur à B		
Critères « bon tout court » (au moins 1 point)		
Les recettes présentées sont appétissantes		
Les quantités sont suffisantes pour que 4 personnes soient rassasiées		
La présentation des recettes est originale et créative		
moins		
Point bonus « créativité »		
TOTAL (au moins 8 points)		

Attention : respecter les critères écologiques à souvent un impact en termes de nutrition, et vice versa.

Ex : les produits labélisés Bio sont souvent d'une qualité nutritionnelle supérieure.

POUR VOUS AIDER A REALISER LE CHALLENGE :

- ➔ www.alimenterre.org/un-coup-de-fourchette-pour-le-climat
- ➔ www.mtaterre.fr/dossiers/l'alimentation-durable-cest-possible/alimentation-et-environnement-cest-quoi-le-rapport
- ➔ agirpourlatransition.ademe.fr/particuliers/conso/l'impact-alimentation-l'environnement
- ➔ www.inserm.fr/dossier/nutrition-et-sante
- ➔ www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=nutrition_th
- ➔ www.wwf.fr/agir-au-quotidien/alimentation

POUR ALLER PLUS LOIN :

Le dossier PARTAGE d'information sur l'alimentation dans le monde, les repas scolaires et l'impact de la crise de COVID-19 :

- ➔ www.cantinesdumonde.org/enseignant-es-participez-au-challenge-avec-votre-classe

Le dossier d'information sur les actions des partenaires de PARTAGE dans le domaine de l'alimentation :

- ➔ www.cantinesdumonde.org/enseignant-es-participez-au-challenge-avec-votre-classe
- ➔ www.alimenterre.org/fiche-thematique-faim-et-malnutrition
- ➔ www.comprendrepouragir.org/?s=alimentation
- ➔ www.ritimo.org/spip.php?page=recherche&moteur=ritimo&recherche_scrutari=alimentation



Une initiative de PARTAGE