

« L'équilibre alimentaire autour du sandwich »

Dans le cadre du cours de **Prévention Santé Environnement** et du champ **Hygiène Alimentation Service**, les élèves de 3^{ème} F ont organisé un buffet pour présenter leurs réalisations de sandwiches « équilibre ». Ils ont été amenés à concevoir puis réaliser un sandwich équilibré.



La nutrition, notions de base

En PSE, les élèves ont travaillé sur les groupes d'aliments, l'équilibre alimentaire et répondu à la question : manger pourquoi, comment ?

La conception des sandwiches

En amont de la fabrication des sandwiches, les élèves ont recherché des recettes de pains du monde. Chacun d'eux a ensuite choisi une base de pain puis sa garniture avant d'en établir la fiche technique. Dans un second temps deux diététiciennes du CHU de Dreux ont validé les recettes.

La production des sandwiches

Le 19 mai, de 11h00 à 12h00, puis de 13h30 à 15h15 les élèves de 3^{ème} ont chacun fabriqué leur propre sandwich en quantité afin de pouvoir faire déguster leur réalisation.

Présentation des sandwiches « équilibre »

A l'issue de la production, les élèves ont présenté leurs sandwiches ainsi que l'exposition présentant leur travail aux parents et professeurs venus en nombre pour goûter leurs productions.

Les invités ont fait honneur aux sandwiches et souligné le travail et la qualité des pains réalisés par les élèves



Création d'un livre numérique : sandwich « équilibre »

A l'issue de cette présentation, les élèves ont créé un livre numérique afin de partager leur travail. Vous trouverez le livre sur le lien suivant :

<http://www.calameo.com/read/004580823f6c5d30482b9>

Bravo à l'ensemble de la classe de 3^{ème} F pour leur implication dans ce projet

Pour conclure :

Ce projet a permis aux élèves de réinvestir les compétences acquises en PSE et en HAS. Ils ont pu développer de nouvelles compétences au travers de ce projet et produit leur recette en autonomie. Cela a permis de renforcer la cohésion du groupe par la nécessité de travailler ensemble.

