

# À l'école des bonnes pratiques alimentaires



**L'apprentissage des bonnes pratiques alimentaires à l'école est indispensable.**

- 6 millions de jeunes, de la maternelle au lycée, fréquentent les restaurants scolaires. Plus de 60% d'entre eux y prennent au moins 3 repas par semaine. La restauration scolaire est donc **le lieu par excellence de l'apprentissage des bonnes pratiques alimentaires.**
- L'école, comme la famille, joue un rôle fondamental dans la transmission des repères nutritionnels et dans la formation du goût.

## **Quels sont les objectifs poursuivis dans le cadre de la politique publique de l'alimentation ?**

La prise des repas rythme chaque journée des enfants et des adolescents. Elle agit sur leur croissance, leur faculté d'attention, leur goût pour la convivialité, l'expression de leur identité et leur soif de découvertes.

Les milieux les plus défavorisés sont également ceux qui rencontrent le plus de difficulté pour acquérir les bons repères alimentaires.

Transmettre des repères alimentaires dès les premières années de la vie est important.

Transmettre les repères alimentaires dans le cadre de la restauration scolaire, c'est aussi lutter contre l'inégalité sociale



L'école est un lieu pour adopter les bonnes pratiques alimentaires. La synergie des acteurs de la communauté éducative en est le garant : élus, personnels enseignants, de la médecine et de la restauration scolaire ; parents d'élèves et élèves.

C'est dans ce contexte que la loi de modernisation de l'agriculture du juillet 2010 a été pensée. Les premiers textes réglementaires (décret et arrêté du 30 septembre 2011) visent les services de restauration de l'ensemble des écoles du 1<sup>er</sup> et du 2<sup>e</sup> degrés, à savoir des écoles maternelles aux lycées, publics et privés.

### **Concrètement, que trouve-t-on dans le décret et l'arrêté du 30 septembre 2011 ?**

L'équilibre nutritionnel des élèves ne se fait pas sur un repas. C'est la succession de plusieurs repas et de plusieurs plats au sein de chaque repas qui permet d'atteindre l'équilibre nutritionnel.

L'ensemble de ces aliments doit se trouver en juste quantité chez chaque convive. Un excès comme une carence peuvent conduire à des troubles.

**Des recommandations ont été définies notamment par catégorie d'aliments par le Plan national nutrition santé (PNNS) :**

- ▶ de l'eau à volonté,
- ▶ au moins 5 fruits et légumes par jour,
- ▶ des féculents à chaque repas, en favorisant les produits céréaliers complets et les légumes secs,
- ▶ 3 produits laitiers par jour,
- ▶ 1 à 2 fois par jour un aliment du groupe viande/volailles/poissons/cœufs,
- ▶ au moins 2 fois par semaine du poisson,
- ▶ éviter de manger trop gras, trop sucré, trop salé,
- ▶ [...]

**La réglementation prévoit des objectifs de fréquence par catégorie d'aliments sur une base de 20 repas successifs.**



**La réglementation prévoit des objectifs de diversité, sous forme :**

- de fréquence minimale pour certaines catégories d'aliments : les aliments qu'il est souhaitable de consommer en plus grande quantité car ils renferment des nutriments précieux ;
- de fréquence maximale pour certaines catégories d'aliments : les aliments qu'il est souhaitable de consommer en moindre quantité car ils renferment des nutriments en surabondance.

L'équilibre nutritionnel est atteint quand la diversité des plats est assurée (c'est le principe des fréquences préconisées ci-dessus) et quand cette diversité des plats est associée à des portions adaptées aux besoins de l'enfant et de l'adolescent qui les consomment : ni trop, ni pas assez.

Pour tous les plats et produits achetés auprès de fournisseurs extérieurs, les tailles de portions stipulées doivent être respectées.

Pour tous les plats et produits fabriqués sur le site même du restaurant scolaire, les tailles de portion stipulées sont indicatives mais leur respect permet de fournir aux enfants et adolescents des repas de bonne qualité ainsi que des repères nutritionnels. Le respect des tailles de portion est vivement recommandé.

Une bonne gestion de la taille des portions est un levier pour pouvoir augmenter, sans conséquence économique, la qualité des achats.

## Quelques mots sur les contrôles

### → Qui contrôlera ?

Les inspecteurs des directions départementales en charge de la protection des populations vérifient déjà l'application des bonnes pratiques d'hygiène dans la confection des plats servis aux élèves dans le cadre de la restauration scolaire. Désormais, ils vérifient également la qualité nutritionnelle des repas proposés.

### → Quels éléments doit-on présenter à l'inspecteur ?

Les menus ainsi que les fiches techniques des plats et produits doivent être mis à la disposition de l'inspecteur .

La réglementation prévoit des tailles de portion en fonction de la classe d'âge à laquelle l'enfant appartient, pour les produits les plus gras et les plus sucrés

Pour les plats et produits livrés par les fournisseurs extérieurs, ces fiches peuvent être obtenues auprès de ces derniers.

Pour les plats fabriqués sur place, la recette et les quantités mises en œuvre devront être présentés aux inspecteurs sur demande ainsi que les fiches techniques des ingrédients.

L'inspecteur doit également pouvoir accéder à la salle de restaurant au moment du repas des élèves.



### → Quelles sont les sanctions en cas de non-respect des règles nutritionnelles ?

Lorsque des discordances sont mises en évidence, la direction départementale en charge de la protection des populations demande à l'établissement de rétablir la situation dans un délai raisonnable.

Dans le cas où les actions de l'établissement ne suffiraient pas à redresser la situation, les sanctions prévues sont des mesures administratives. Il pourra lui être imposé d'afficher les résultats des contrôles et/ou de programmer des actions de formation du personnel concerné.

► On trouvera ci-joint une fiche contenant les réponses aux questions les plus couramment posées au sujet du décret et de l'arrêté du 30 septembre 2011 relatifs à la qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire.

## Le Ministère chargé de l'agriculture a prévu un accompagnement pour améliorer les compétences des personnels de la restauration scolaire

Le ministère de l'agriculture, de l'agro-alimentaire et de la forêt (MAAAF) a mis en œuvre des actions de formation avec l'appui de partenaires institutionnels.

La formation *"Bien manger dans ma petite cantine"* est proposée dans les régions par la Direction régionale de l'alimentation, de l'agriculture et de la forêt (DRAAF) et la délégation régionale du Centre national de la fonction publique territoriale (CNFPT). Elle s'adresse aux communes et intercommunalités disposant d'un service de restauration scolaire de moins de 80 couverts et porte sur la mise en œuvre concrète des règles nutritionnelles dans les petits établissements. Une analyse des pratiques existantes dans les établissements participants est proposée à chaque stagiaire, ainsi que des pistes d'amélioration.

La formation *"Plaisir à la cantine"* vise à ré-enchanter la cantine en agissant sur l'offre alimentaire pour la rendre plus attractive, tout en garantissant le respect de la réglementation sur la qualité des repas servis ; à re-donner du sens à l'acte alimentaire en reliant la dimension nutritionnelle aux aspects de goût, de sociabilité et de ritualité alimentaire ; et enfin à restaurer une *« complicité souvent perdue entre l'aliment, celui qui le produit, celui qui le cuisine et celui qui le mange »*.

Dans cette perspective, *« Plaisir à la cantine »* a été conçu comme un dispositif complet d'accompagnement valorisant le temps du repas au sein des établissements et illustrant la volonté de l'ensemble des partenaires de repenser l'alimentation dans sa globalité. Ce dispositif se compose notamment d'un programme de formation à destination de l'ensemble des acteurs de la restauration collective comprenant six modules interactifs (pour vous, un bon restaurant scolaire, c'est quoi ? – des repas équilibrés au juste prix – goût, sensorialité et cuisine – le collégien, ce mangeur – saveurs et cuisine – savoir faire et faire savoir) et d'une journée bilan.

## Le Programme national pour l'alimentation contribue à l'éducation alimentaire

Le ministère développe des actions, telles que *« Les classes du goût »* dans les zones ECLAIR (écoles, collèges, lycées pour l'ambition, l'innovation et la réussite), pour développer le répertoire alimentaire des enfants et le programme européen subventionnant la distribution de fruits dans les écoles, collèges et lycées, intitulé *« Un fruit pour la récré »* pour que les enfants prennent de bonnes habitudes au goûter.



Pour plus d'information, consultez le site : [www.alimentation.gouv.fr](http://www.alimentation.gouv.fr).

Conception et rédaction : Direction générale de l'alimentation.  
Mise en page : Délégation à l'information et à la communication.  
Ministère de l'agriculture, de l'agroalimentaire et de la forêt  
Crédits photos : ©photothèque/Min.Agr.fr/Juin 2012