

BREVET DE TECHNICIEN SUPÉRIEUR DIÉTÉTIQUE

E1B – U12 : ALIMENTS ET NUTRITION

SESSION 2025

—
Durée : 4 heures

Coefficient : 2
—

Matériel autorisé :

- L'usage d'une calculatrice avec mode examen actif est autorisé.
- L'usage d'une calculatrice sans mémoire type collègue est autorisé.

Aucun document n'est à rendre avec la copie.

**Dès que le sujet vous est remis, assurez-vous qu'il est complet.
Le sujet se compose de 8 pages, numérotées de 1 à 8.**

Le sujet est composé de 4 parties et 4 annexes.

LES PROJETS ALIMENTAIRES TERRITORIAUX : VERS UNE ALIMENTATION DURABLE EN RESTAURATION SCOLAIRE

Les Projets alimentaires territoriaux (PAT) sont des outils clés pour promouvoir une alimentation durable localement. Ils encouragent les circuits courts, valorisent les produits locaux et alignent les pratiques alimentaires sur les objectifs des lois ÉGalim et Climat et résilience.

Le conseil départemental du Tarn a créé un poste de diététicien dans le but d'accompagner les collectivités vers la transition écologique. Vous êtes en charge notamment d'intégrer les équipes des restaurants scolaires dans le PAT. Vos missions principales sont de :

- participer au suivi d'une alimentation adaptée et de qualité dans les 44 restaurations collectives des collèges publics ;
- soutenir l'approvisionnement local et l'application de la loi ÉGalim ;
- conseiller les équipes de cuisine ;
- mettre en œuvre des actions de sensibilisation auprès des collégiens.

1. SUIVI DE L'ÉQUILIBRE NUTRITIONNEL DES REPAS (15 POINTS)

Vous êtes chargé d'évaluer et d'améliorer l'équilibre nutritionnel des repas servis. En ce mois de juin, vous analysez les menus d'un des collèges. Vous vous concentrez particulièrement sur la consommation de produits laitiers et végétaux frais, deux groupes d'aliments essentiels pour la santé et la croissance des collégiens.

1.1 Présenter les Références nutritionnelles pour la population (RNP) en calcium pour les collégiens, les rôles physiologiques et les facteurs influençant sa biodisponibilité dans ces deux principales sources alimentaires. **(3 points)**

1.2 Justifier les repères alimentaires du Haut Comité de santé publique concernant les produits laitiers ainsi que les fruits et légumes frais. **(5 points)**

Vous rédigez les plans alimentaires pour l'ensemble des restaurations scolaires et les transmettez aux cuisiniers en charge de la rédaction des menus.

1.3 Vous réalisez un contrôle aléatoire des menus proposés. (7 points)

L'annexe 1 présente 20 déjeuners du mois de juin du collège S.

1.3.1 Classer, en vous aidant de l'annexe 2, les fromages et les laitages de ces 20 déjeuners, selon les recommandations du GEMRCN. Vérifier la conformité des fréquences obtenues. Conclure.

1.3.2 Calculer les apports en calcium des déjeuners du mercredi, jeudi et vendredi de la semaine 4. Commenter ces résultats au regard des recommandations.

2. VERS UNE ALIMENTATION PLUS DURABLE (12 POINTS)

L'une des mesures de la loi ÉGalim est de proposer un menu végétarien une fois par semaine en restauration scolaire. Vous êtes chargé d'accompagner les équipes de restauration dans sa mise en application.

2.1 Caractériser un menu végétarien. (1 point)

Dans ses menus (annexe 1), le chef cuisinier propose exclusivement des produits végétariens industriels tel que le pané crispy veggie (fiche technique présentée en annexe 3). Pourtant, il existe de nombreuses alternatives pour la composition d'un menu végétarien, notamment les préparations à base d'œuf.

2.2 Présenter, sous forme synthétique, une analyse nutritionnelle comparative entre les œufs et le pané crispy veggie. Conclure. **(8 points)**

2.3 Argumenter trois solutions alternatives pour remplacer les produits industriels comme le pané crispy veggie. **(3 points)**

3. POUR UNE ALIMENTATION DE QUALITÉ ET LOCALE (8 POINTS)

Le site ma-cantine.fr est une plateforme numérique pour aider la restauration collective à réussir sa transition alimentaire. La restauration scolaire du collège y publie ses approvisionnements en produits durables et de qualité.

3.1 Donner les objectifs chiffrés fixés par la loi ÉGalim complétée par la loi Climat et résilience concernant l'approvisionnement en produits durables et de qualité dans la restauration collective publique au 1^{er} janvier 2024. **(1 point)**

Parmi ces produits, ceux issus de l'agriculture biologique sont plébiscités.

3.2 Présenter les caractéristiques réglementaires de l'agriculture biologique. **(2 points)**

La certification Haute Valeur Environnementale (HVE) permet une reconnaissance des produits durables (annexe 4).

3.3 Comparer la certification HVE et l'agriculture biologique. **(3 points)**

Un autre objectif de la loi ÉGalim est l'information des consommateurs.

3.4 Indiquer les informations nécessaires à ajouter aux menus de l'annexe 1 pour se mettre en conformité avec la réglementation **(2 points)**

4. L'ÉDUCATION ALIMENTAIRE DES CONVIVES (5 POINTS)

L'une de vos missions est également de sensibiliser les collégiens à une alimentation saine et durable. Pour ce faire, vous mettez en place une « Semaine de l'alimentation durable » dans les collèges.

4.1 Proposer un objectif général et un objectif opérationnel correspondant. **(2 points)**

4.2 Justifier trois actions pertinentes permettant d'atteindre ces objectifs. **(3 points)**

BTS DIÉTÉTIQUE		Session 2025
U12 – Aliments et nutrition	Code : 25DIALNU	Page : 4/8

ANNEXE 1 : 20 déjeuners du mois de juin proposés par le collège S.

Semaine 1	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade de riz	Salade verte vinaigrette	Carottes râpées	Betterave rouge vinaigrette	Concombres à la crème
Plat protidique	Steak haché	Poulet rôti	Poisson pané	Rôti de porc	Cordon veggie
Accompagnement	Pâtes	Haricots verts	Frites	Purée de pommes de terre	Ratatouille
Produit laitier	Yaourt nature	Brie	Yaourt aux fruits	Comté	Fromage blanc nature 3 % MG
Dessert	Fraises	Gâteau au chocolat	Compote de pommes-abricots	Pomme	Tarte aux abricots
Semaine 2	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade verte	Tomates vinaigrette	Asperges vinaigrette	Salade de pâtes	Radis beurre
Plat protidique	Lasagnes	Saucisse	Escalope de dinde	Filet de poisson	Pané crispy veggie
Accompagnement		Lentilles	Pâtes	Riz	Poêlée de légumes
Produit laitier	Yaourt aux fruits	Camembert	Yaourt nature	Abondance	Fromage blanc 3 % MG
Dessert	Compote pomme-banane	Ananas au sirop	Fraises	Pomme	Muffin
Semaine 3	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade de tomates vinaigrette	Salade de pâtes	Salade composée	Taboulé	Carottes râpées
Plat protidique	Bœuf braisé	Blanquette de veau	Nuggets de poulet	Rôti de bœuf	Cordon veggie
Accompagnement	Semoule	Riz	Frites	Haricots verts	Petits pois
Produit laitier	Yaourt nature	Brie	Bleu de Bresse	Munster	Fromage blanc 3 % MG
Dessert	Compote pomme-poivre	Pêche	Compote de pommes sans sucres ajoutés	Cerises	Éclair
Semaine 4	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Entrée	Salade de riz	Concombres vinaigrette	Betteraves vinaigrette	Salade verte vinaigrette	Haricots verts vinaigrette
Plat protidique	Cordon bleu	Hachis parmentier	Poisson meunière	Sauté de porc	Pané crispy veggie
Accompagnement	Pâtes		Riz	Carottes Vichy	Frites
Produit laitier	Yaourt aux fruits	Emmental	Yaourt nature	Gouda	Fromage blanc 3 % MG
Dessert	Abricots	Pêches au sirop	Banane	Cookie	Compote pomme-fraise sans sucres ajoutés

Document auteur.

ANNEXE 2 : Extrait du tableau de contrôle des fréquences de service des fromages et laitages (Groupe d'étude des marchés de restauration collective et nutrition GEMRCN 2015)

	Entrée	Plat protidique	Garniture ou accompagnement	Produit laitier	Dessert	Fréquence recommandée
Fromages contenant au moins 150 mg de calcium par portion						8/20 mini
Fromages dont la teneur en calcium est comprise entre 100 mg et moins de 150 mg par portion						4/20 mini
Laitages (produits laitiers frais, desserts lactés) contenant plus de 100 mg de calcium laitier, et moins de 5 g de lipides par portion						6/20 mini

ANNEXE 3 : Fiche Technique

Pané Crispy veggie BIO 100 g



Caractéristiques générales

- Dénomination réglementaire :** ExcellentPanéCrispy végétarien 100g
- Descriptif produit :** Surgelé. Prêt à cuire. Origine France. Protéines de soja, flocon de maïs, féculé de pomme de terre, chapelure, farine de seigle, oignon, curcuma, ail, poivre. Issue de l'agriculture biologique. Carton de 20 pièces, soit 2 kg.
- Conservation :** Surgelé, -18°C, IQF
- Etat de préparation :** Prêt à Cuire
- Conditionnement :** Colis de 2.000 kg
- Liste des ingrédients :** Préparation à base de protéines de soja texturées, réhydratées recouverte de flocon de maïs et de chapelure, surgelée.
Protéines de SOJA* texturées réhydratées (50,5%) (eau, protéines texturées de SOJA* (origine : France)), Eau, Flocon de maïs* (10%) (Farine de maïs*, Sirop de maïs*, sel), Féculé de pomme de terre*, Chapelure* (3.6%) (farine de BLE*, levure, sel), farine de SEIGLE*, Huile de tournesol*, GLUTEN de BLE*, Amidon de BLE*, Extraits de levures, Blanc d'ŒUF*, Sel, Oignon*, Curcuma*, Ail*, Poivre*.
* Produits issus de l'agriculture biologique.
Traces éventuelles de :
ARACHIDE, CELERI, CRUSTACES, FRUITS A COQUE, LAIT, LUPIN, MOUTARDE, MOLLUSQUE, POISSON, SESAME, SULFITE.
- Œufs : codification du mode d'élevage :** 0 - Bio

Conseils d'utilisation

- Conservation avant ouverture :** A conserver au congélateur à -18°C
- Liaison différée :** Oui - 36h
- Mise en œuvre :** Sans décongélation, sur une plancha ou dans une sauteuse, légèrement chemisée de matière grasse jusqu'à la cuisson désirée. | Sans décongélation, sur plaque à pâtisserie à 175°C jusqu'à la cuisson désirée.

Informations nutritionnelles

Valeurs nutritionnelles moyennes pour 100g								
Energie		Matières grasses (en g)	Dont acides gras saturés (en g)	Glucides (en g)	Dont sucres (en g)	Fibres (en g)	Protéines (en g)	Equivalent en sel (en g)
kJ	kcal							
770	184	5.9	0.8	16.3	2.3	5.7	13.4	0.8

Allégations nutritionnelles : Riche en protéines, Source de fibres

Rapport P/L : 2.27

Type de matières grasses : Tournesol

Fiche technique disponible sur
<https://www.passionfroid.fr/produits/pane-crispy-veggie-bio-100-g-0302104> (consulté le 24 septembre 2024).

BTS DIÉTÉTIQUE	Session 2025
U12 – Aliments et nutrition	Code : 25DIALNU Page : 7/8

EN QUOI CONSISTE CETTE CERTIFICATION ?

La certification environnementale est une démarche volontaire, accessible à toutes les filières, construite autour de quatre thématiques environnementales :

- la protection de la biodiversité,
- la stratégie phytosanitaire,
- la gestion de la fertilisation,
- la gestion de la ressource en eau.

Elle est conçue selon trois niveaux de progression environnementale.

Premier niveau

Il correspond à la maîtrise de la réglementation environnementale et à la réalisation par l'agriculteur d'une évaluation de son exploitation au regard des cahiers des charges du niveau 2 ou du niveau 3.



Deuxième niveau

Il certifie le respect par l'agriculteur d'un cahier des charges comportant des obligations de moyens permettant de raisonner les apports d'intrants et de limiter les fuites dans le milieu. C'est dans ce cadre que des démarches environnementales peuvent être reconnues si le niveau des exigences environnementales de leur cahier des charges et le niveau des exigences de leur système de contrôle sont jugés équivalents au dispositif de certification environnementale (cf liste des démarches reconnues de niveau 2 au verso).

Troisième niveau ou haute valeur environnementale

Il s'appuie sur des obligations de résultats mesurées par des indicateurs de performances environnementales.

Les niveaux 2 et 3 font l'objet d'une certification de l'ensemble de l'exploitation par un organisme certificateur agréé par le ministère chargé de l'agriculture. Cette certification peut se faire de manière individuelle ou dans un cadre collectif.

Plaquette « Qu'est-ce que la Haute Valeur Environnementale ? »,
Ministère de l'Agriculture, de la Souveraineté alimentaire et de la
Forêt (consulté le 03 décembre 2024).