

Mettre en place une restauration saine et durable

Pilier alimentation



Objectifs :

- Préserver et promouvoir la santé grâce à une offre de restauration saine et durable proposée aux enfants accueillis
- Réduire les risques d'exposition aux substances dangereuses présentes dans les contenus de réchauffe et de service.



Définition :

Selon l'Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO), l'alimentation durable est un concept émergeant qui répond aux critères suivants :

- une alimentation accessible à tous, saine et équilibrée, répondant aux besoins nutritionnels humains ;
- un système qui préserve l'environnement, le climat, les sols, l'eau, la biodiversité ;
- une alimentation qui s'appuie sur des modes de production agricole durables, assurant un revenu équitable pour les producteurs, et préservant le tissu rural et le développement local.



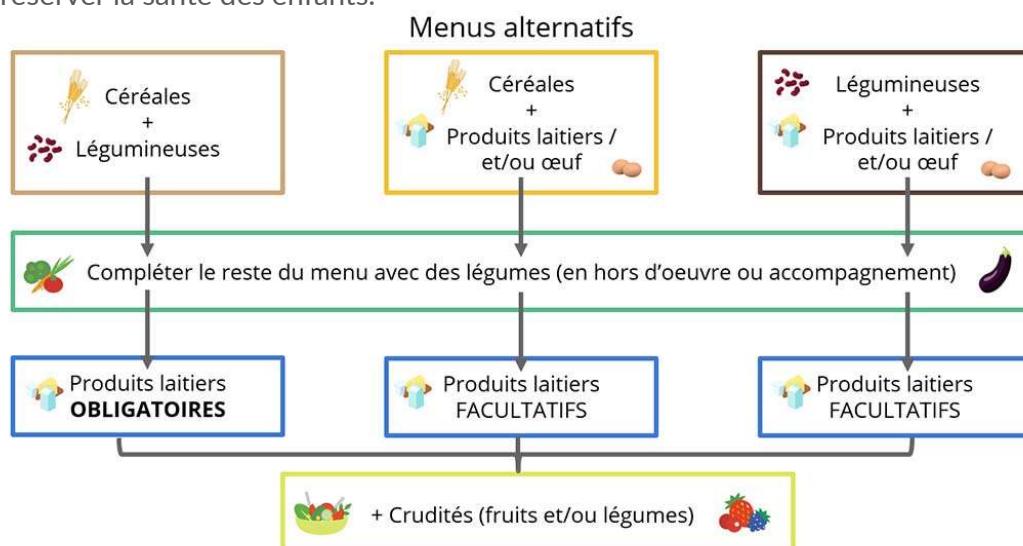
Réglementation :

La loi EGALIM impose une augmentation de la part de produits de qualité. Depuis le 1er janvier 2022, la loi EGALIM impose une part au moins égale à 50% de produits de qualité et durables dont au moins 20% de produits issus de l'agriculture biologique dans les repas servis en restauration collective.

Le PNNS 4 – Plan National Nutrition Santé engage également à augmenter la part de produits frais, de saison ainsi que la part de protéines végétales. En parallèle, les produits ultra-transformés, d'additifs alimentaires et de nanoparticules sont également à prendre en compte dans les choix réalisés par les structures afin de préserver la santé des enfants.



DONT
20%
AB
AGRICULTURE BILOGIQUE



Source : Agap'pro

Mettre en place une restauration saine et durable **Pilier alimentation**

Enfin, l'usage de certains plastiques est interdit depuis le 1er janvier 2020, l'objectif étant la suppression des contenants alimentaires de réchauffe en matière plastique pour 2025 et la fin progressive de tous les emballages plastique à usage unique d'ici à 2040 (bouteille d'eau, barquettes, pots, ...)



RECOMMANDATIONS

 CONTENU	 CONTENANT
<ul style="list-style-type: none"> Dès que possible privilégier les fruits et légumes de saison, les produits issus de l'agriculture biologique, les produits durables (ou sous signes d'origine), de qualité et locaux Supprimer les aliments comportant des additifs alimentaires controversés (colorants, conservateurs, édulcorants,...) Promouvoir la diversification des protéines via la mise en œuvre d'un menu végétarien par semaine <i>a minima</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Supprimer tous les contenants alimentaires en plastique. Utiliser de la vaisselle en verre, en acier inoxydable, en céramique ou en porcelaine pour la cuisson, et la remise en température et pour le service aux enfants Renouveler systématiquement tous les éléments en plastique ou en mélaminé qui présentent des signes d'usure



Zoom sur le nettoyage de la vaisselle



- ✓ Choisir des produits détergents et de rinçage de la vaisselle, des couverts et des ustensiles ne comportant pas de pictogrammes "Dangers pour la santé", "toxicité aigüe", "danger pour l'environnement", "corrosif" «
- ✓ Porter une attention au rinçage du lave-vaisselle afin d'assurer l'élimination des résidus de détergent



Ressources :

<https://mesfruitsetlegumesdesaison/fr/months>
[Le point sur les additifs alimentaires | Anses](#)
[Ressources Pros \(mangerbouger.fr\)](#)
[Exposition ADEME : Enjeu planétaire : l'alimentation durable \(Un\) - La librairie ADEME](#)

[Labels Environnementaux | Particuliers | Agir pour la transition écologique | ADEME](#)
[AVIS de l'Anses relatif à l'actualisation des repères alimentaires du PNNS - Jeunes enfants \(0-3 ans\)](#)
[plein phare sur alimentation durable n°7 janv 2022.pdf \(irepsbretagne.fr\)](#)



PRATIQUE EXEMPLAIRE



Description

Dans le cadre d'un appel à projet de la DRAAF (Direction Régionale de l'Agriculture, l'Alimentation et de la Forêt), le CCAS a mené un projet à destination de la résidence autonomie Le Bocéno et le multi accueil Ti Ar Vugale afin de s'orienter vers **une alimentation bio, saine et durable**:

- Bio : Aliments issus de l'agriculture biologique. Ils ont été cultivés ou transformés sans produits chimiques de synthèse (engrais, pesticides, aditifs) et ne contiennent pas d'OGM. Ils pressentent des apports nutritionnels généralement supérieurs ;
- Sain : qui présente des qualités nutritionnelles requises pour les enfants ;
- Durable : qui préserve l'environnement

Plusieurs étapes ont été mises en œuvre :

1. Formation du cuisinier et des professionnels
2. Phase de tests, achat et renouvellement du matériel de cuisine et de service plus sain pour la santé de tous (1 500€) : plateaux en inox 3 ou 5 compartiments (pour respectivement les moyens et les grands), des verres crantés et des ramequins en verre
3. Acquisition d'un logiciel facilitant la conception de menus équilibrés, la prise de commande de denrées, le suivi des stocks et la communication envers les familles, notamment en ce qui concerne les exigences de la loi EGAlim (taux de bio et d'autres produits durables).
4. Recherche, sélection et approvisionnement auprès des producteurs locaux (produits labellisés, en gros contenants)
5. Sensibilisations et animations régulières auprès de toutes les parties prenantes : professionnels, parents, enfants, résidents et familles (4 temps forts organisés tout au long de l'année)
6. Création d'une commission trimestrielle au multi-accueil pour travailler sur le contenu de l'assiette et les animations

Résultats

- Impacts sanitaires : laitages, pain, fruits, légumes, viandes sont labellisés bio. Les repas sont confectionnés à partir d'ingrédients bruts et de saison pour garantir tous les apports nutritionnels nécessaires tout en évitant les substances nocives.
- Impact environnemental : Réduction des déchets, tant au niveau des emballages que du gaspillage alimentaire.



Plateau en inox et verre en verre trempé



Facteurs clés de réussite

- Bénéficier d'une aide spécifique spécialisée dans l'alimentation (chargée de mission alimentation)
- Rechercher des financements
- Constituer une gouvernance élargie sur le sujet (partenaires, institutions, ...)
- S'appuyer sur des partenaires experts facilitateurs (Ex. GAB 56, SCIC Nourrir l'Avenir)
- Animer et sensibiliser régulièrement
- Avancer et suivre le projet

Freins

- Augmentation du budget alimentation (+14% en 3 ans dans un contexte d'inflation générale) atténuée par une meilleure gestion des quantités proposées et la réduction du gaspillage alimentaire
- Problèmes d'approvisionnement pour certains produits bio.
- Difficulté à trouver des fournisseurs proposant des petites quantités



Choisir l'eau du réseau pour les enfants de tous âges

Pilier alimentation



Objectifs :

Préserver et promouvoir la santé grâce à l'eau distribuées et réduire les risques d'exposition aux substances dangereuses présentes dans les contenus de réchauffe et de service.



Réglementation :

Au plus tard le 1er janvier 2025, l'utilisation de **contenants alimentaires en plastique** destinés à la cuisson, au réchauffage et au service sera interdite dans les services de restauration collective des établissements scolaires et universitaires, ainsi que **dans les structures accueillant des enfants de moins de six ans**. De plus, d'ici à 2040, tous les emballages plastiques à usage unique (bouteilles d'eau, barquettes, pots, etc.) devront progressivement disparaître.

Installer un point d'eau potable au sein d'un établissement est une obligation légale. Pourtant le mode de distribution de l'eau varie d'un établissement à un autre, entraînant une dissimilitude dans les impacts. Pour répondre aux obligations légales, trois solutions existent (la distribution en bouteilles achetées, la distribution d'eau par fontaine branchée sur le réseau, la distribution de l'eau au robinet)

L'article L1321-4 du code de la santé publique prévoit que tout établissement doit surveiller la qualité de l'eau, prendre des mesures correctives, respecter les règles de conception et d'hygiène, n'employer que des produits de traitement de l'eau, de nettoyage et de désinfection des installations non susceptibles d'altérer la qualité de l'eau, mettre en place une évaluation des risques liés aux installations intérieures de distribution d'eau, se soumettre au contrôle sanitaire exercé par l'ARS : inspection, contrôle des mesures appliquées, analyses de la qualité de l'eau, information de l'ARS, par l'établissement, du volume d'eau distribué (article R1321-15 CSP), et analyses complémentaires imposées par l'ARS.

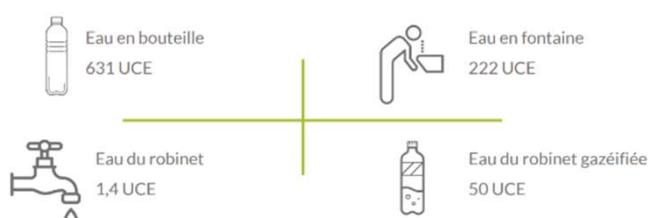


A savoir :

En plus de leur impact environnemental significatif, les bouteilles d'eau en plastique peuvent provoquer d'importants problèmes sanitaires. En effet, lorsqu'elles sont exposées à de fortes chaleurs ou ne sont pas stockées à l'abri de la lumière, il peut y avoir une stagnation de l'eau et un transfert de substances du contenant en plastique vers le contenu, à savoir l'eau. De même, l'utilisation de récipients alimentaires et d'ustensiles de cuisine en plastique présente les mêmes problématiques de transfert de substances du contenant au contenu.



L'être humain ingère 5 grammes de plastique par semaine soit l'équivalent d'une carte de crédit. 90% des oiseaux marins ont déjà ingéré du plastique.



Unité de charge écologique (UCE) : Indicateur de consommation de ressources et différentes atteintes à l'environnement.

Pour compenser l'impact carbone des bouteilles d'eau en plastique, il faudrait recouvrir d'arbres une surface équivalente au Royaume-Uni.

Choisir l'eau du réseau pour les enfants de tous âges

Pilier alimentation



RECOMMANDATIONS



En Bretagne chaque année :

- 15 000 prélèvements réalisés ;
- 400 paramètres analysés;
- 100% de l'eau distribuée est conforme en Nitrates depuis 6 ans.

ARS Bretagne - Octobre 2024



Réaliser des **contrôles internes complémentaires** et **afficher** les résultats des analyses de l'eau

Entretenir la tête des robinets avec un produit sain rincé.



Supprimer les bouteilles d'eau en plastique

Préparer les biberons avec **l'eau du réseau**, conformément aux recommandations de l'ANSES ((si la qualité de l'eau du réseau est bonne)



« L'eau est l'aliment le plus surveillé en France. Elle fait l'objet d'un suivi sanitaire permanent, destiné à en garantir la sécurité sanitaire, depuis le captage dans le milieu naturel, jusqu'au robinet du consommateur. »
Ministère de la santé



Utiliser des **biberons en verre ou en acier inoxydable**

Nettoyer les biberons et tétines **sans stérilisation**



Ressources :

[Biberon : comment le préparer et le conserver ? | Anses - Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail](#)

[Consulter les résultats de la qualité de l'eau du réseau dans votre commune](#)

[Des plans de contrôles des MCDA sont établis chaque année par la DGCCRF: Certaines substances chimiques \(comme les phtalates, le bisphénol A ou les hydrocarbures d'huile minérale\) font l'objet d'une attention particulière](#)

Choisir l'eau du réseau pour les enfants de tous âges

Pilier alimentation



PRATIQUE EXEMPLAIRE

- Description

Promotion de la santé au travers de la vaisselle :

En plus de travailler sur une alimentation saine et durable en dépassant les objectifs de la loi Egalim, la crèche assure la santé des enfants en privilégiant le nettoyage des biberons et tétines sans passer par la stérilisation. Elle privilégie le nettoyage à la main ou au lave-vaisselle.

Pour améliorer son approche en santé environnementale, elle a décidé d'éviter l'usage des contenants alimentaires en plastique en investissant dans la vaisselle en verre ou en inox. Par conséquent, la préparation, le réchauffage et le service des repas (incluant assiettes, ustensiles, carafes, verres, etc.) sont réalisés avec des articles en verre, en acier inoxydable, en céramique ou en porcelaine exclusivement. En outre, une vigilance accrue est accordée au processus de rinçage du lave-vaisselle pour garantir qu'aucun résidu de détergent ne subsiste.

« Les professionnelles ne se plaignent pas du poids de la vaisselle. Les assiettes en inox restent légères. Les verres adaptés à la taille des mains des enfants sont petits. Les verres en verre étant plus lourds sont aussi plus stables et les enfants les renversent moins par maladresse. Nous ne sommes pas gênées par le bruit au restaurant mais cela est peut-être limité par notre fonctionnement : le nombre d'enfants au restaurant au même moment est limité, les enfants n'ont pas de temps d'attente puisqu'ils disposent de tous les éléments du repas dès le début, ils ne cherchent donc pas à jouer avec la vaisselle. » témoigne Valérie PEREZ.

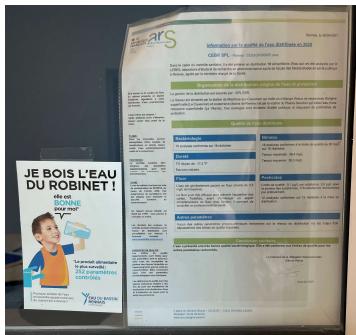
Mise en place d'un self-service ;

La crèche a fait le choix de nommer l'espace consacré au repas « le restaurant ». Il s'agit d'un espace accessible, à hauteur d'enfants, permettant au plus grand d'être autonome lors du repas. Ils ont la possibilité de se lever et de se servir seul. La crèche souhaite rendre les enfants acteurs et maître de leurs activités, et ce, même pendant le repas.

Distribution saine de l'eau :

Afin de garantir une distribution d'eau conforme aux normes de santé, la crèche rend publiques les données issues des tests biologiques et chimiques réalisés sur l'eau du réseau local. Elle s'assure également que l'eau du réseau est potable avant de la servir dans des contenants réutilisables uniquement.

Lorsque le « restaurant » est ouvert, les enfants disposent d'un verre chacun. Des petits pichets d'eau sont accessibles et les plus grands peuvent aller se servir en autonomie. Pour compléter, chaque enfant à sa gourde, accessible dans « la salle de bain ».



■ Couts à l'ouverture de la crèche

- ❑ Bol en inox : 10 euros les 6
- ❑ Le plateau / assiette : 12 euros
- ❑ Couvert en inox : 4 euros le set
- ❑ Verre : 9 euros les 6
- ❑ Bouteille en verre : 3 euros
- ❑ Bouteille en verre enfant 5 euros le lot de 3
- ❑ Saladier en inox : 20 euros

■ Résultats

- Apprentissage de l'autonomie
- Achat des contenants alimentaire en plastique évité
- Réduction du gaspillage alimentaire
- Préservation de la santé des enfants
- Implication des équipes

Niveau de difficulté



Coût financier



Mettre en place une restauration saine et durable **Pilier alimentation**



Les EAJE accompagnées témoignent !

Freins rencontrés	Leviers d'actions
<ul style="list-style-type: none">○ Budget○ Liaison froide avec les prestataires○ Marchés publics○ Besoins en petites quantités○ Maturité et disponibilité du marché : emballages individuels○ Protocoles d'hygiène○ Expertise nécessaire○ Défiance sur la qualité et le goût de l'eau	<ul style="list-style-type: none">✓ Support du Programme National Nutritionnel Santé (besoin / âge)✓ Obligation réglementaire : loi Egalim / loi Climat et résilience✓ Points quotidiens avec les prestataires✓ Sollicitation de producteurs locaux pour certains segments clés : pain / produits laitiers✓ Opter pour la salade de fruits le vendredi pour éviter le gaspillage✓ Elaboration d'un plan alimentaire avec des recettes prédéfinies



- Investir en priorité les produits phares : pain et produits laitiers
- Diminuer le gaspillage alimentaire