



VOTRE ENFANT MANGE À LA CANTINE...

- 1**
Qui passe
la commande?
- 2**
Frites ou brocolis,
qui choisit?
- 3**
Comment
avoir confiance?
- 4**
Et aujourd'hui,
c'était comment...?



Votre enfant man



Entre leur entrée en maternelle et l'obtention de leur baccalauréat, vos enfants auront passé près de 15 ans sur les bancs de l'école, soit environ 550 semaines, plus de 2 000 journées. Et les 2 000 déjeuners de ces 2 000 journées, y avez-vous pensé ? Savez-vous, par exemple, *qui passe la commande ?* Comment a été choisi celui qui, chaque jour, concocte le déjeuner de vos enfants ? Et ces menus affichés à la porte des écoles, qui les a imaginés ? *Frites ou brocolis, qui choisit ?* Vous avez, vous aussi, votre mot à dire, le saviez-vous ? L'équilibre nutritionnel est une chose, la qualité sanitaire des aliments en est une autre. « Vache folle », listériose ou, plus récemment encore, OGM, de nombreuses crises ont émaillé l'actualité de ces dernières années. Dans un tel contexte de méfiance, peut-on être assuré de la qualité du steak haché servi dans les cantines ? Le risque d'accident est-il vraiment maîtrisé ? Par quel biais ? *Comment avoir confiance ?* Autre question, celle que vous posez chaque soir ou presque à vos enfants sans jamais obtenir d'autre précision que « génial », « nul » ou « bof ».

La restauration
scolaire
en chiffres

6 millions
d'enfants

(un élève sur
deux en moyenne), dont
3 millions dans le primaire

1 milliard
de repas
servis chaque année

4,39 milliards
d'euros
de chiffre d'affaires
(2000)

ge à la cantine...

Et aujourd'hui, c'était comment au déjeuner ?

L'information a pourtant toute son importance, car seule une bonne complémentarité entre les trois repas et le goûter de la journée permettra d'assurer sur quelques jours l'équilibre alimentaire nécessaire au développement de vos enfants. Des enfants dont la vie a, c'est vrai, profondément évolué. Aux jeux de ballon d'hier ils préfèrent désormais les courses virtuelles de leur console de jeux. Plus sédentaires, ils mangent moins. Plus autonomes, ils n'hésitent pas à piocher dans les placards et dans le réfrigérateur, dévorant gâteaux, sucreries et sodas sans se soucier de l'approche du dîner. Les résultats de cette désorganisation alimentaire n'ont pas tardé à se faire jour : simple embonpoint ou véritable obésité, les enfants en surcharge pondérale ne sont plus des cas isolés. Des réponses existent cependant. Elles reposent sur le respect de principes simples. Ce livret n'a d'autre ambition que de vous aider à mieux les identifier, à mieux les utiliser. Comment favoriser le respect des règles de base de la diététique dès le plus jeune âge ? Comment instaurer un dialogue de qualité avec les gestionnaires de restaurants scolaires ? Comment, en résumé, être acteur à part entière du comportement alimentaire de nos enfants ? Vos interrogations sont nombreuses. Les pages ci-après se proposent de vous apporter des réponses.

Depuis le 25 juin 2001, une nouvelle circulaire interministérielle rappelle les bons usages en matière de nutrition et de sécurité alimentaire dans la restauration scolaire.

Pour la consulter : www.education.gouv.fr



1

Qui passe la commande ?

Il est loin le temps où la cantinière préparait la soupe des écoliers à quelques mètres des salles de classe. Si la plupart des lycéens et collégiens ont toujours droit à des repas « faits maison », ou plutôt « assemblés sur place » (de nombreux ingrédients sont livrés déjà transformés), il en va tout autrement pour les plus jeunes.

Dans les écoles primaires et maternelles, les plats arrivent, en effet, le plus souvent prêts à réchauffer ou à consommer. L'explication de cette différence de traitement est purement économique. Dans le secondaire, le nombre élevé de convives permet

de commander les produits en grosses quantités et de bénéficier ainsi de tarifs avantageux. Cette optimisation de la gestion économique est impossible à obtenir pour une école primaire dont l'effectif est, de fait, beaucoup plus réduit. La plupart des élus municipaux choisissent donc de regrouper les commandes de toutes les écoles de la ville. Deux solutions s'offrent alors. La plus courante réside dans la création d'une cuisine centrale municipale; la seconde consiste à recourir aux services d'une société de restauration collective privée, sélectionnée sur appel d'offres. La prestation est contractualisée selon un cahier des charges très précis, indiquant le nombre de repas fournis, le type d'aliments utilisés ainsi que les lieux et horaires de livraison.



Le saviez-vous ?

La publication d'un appel d'offres est obligatoire pour tout achat supérieur à 200 000 euros par an et par famille de produits. Entre 90 000 et 200 000 euros, on procède à une mise en concurrence simplifiée.

»» École, collège, lycée, à qui s'adresser?

Pour toutes les questions concernant les restaurants des écoles primaires et maternelles, vous pouvez contacter le maire ou le responsable de la caisse des écoles dont dépendent les locaux et la confection des repas. Si votre enfant est au collège ou au lycée, adressez-vous au chef d'établissement pour les questions relatives au menu ou à la confection des repas. Sachez, enfin, que les locaux et le matériel des cuisines des collèges dépendent du conseil général, ceux des lycées, du conseil régional.

Petit tour en cuisine... centrale

Comme leur nom l'indique, les cuisines centrales « centralisent » la préparation ou l'assemblage des repas de l'ensemble des écoles maternelles et primaires d'une même commune. Créées sur décision du conseil municipal, elles sont directement administrées par la ville, qui nomme



un gestionnaire, ou déléguées à une société de restauration collective. D'une capacité de 1000 à 20000 repas par jour, elles sont organisées comme de « petites usines » et disposent généralement de plusieurs salles (stockage des matières, épluchage, cuisson des viandes, stockage des repas...). Certaines cuisines ont en charge toutes les étapes de la préparation du repas. D'autres utilisent des légumes fournis déjà épluchés ou des œufs durs sans coquille. Les menus ainsi préparés sont ensuite livrés à l'école. À température, le jour même de leur préparation, c'est la liaison chaude. Par camion réfrigéré, c'est la liaison froide.

Liaison chaude, liaison froide, quelle différence ?

Liaison chaude : les repas préparés le matin sont transportés chauds et consommés le jour même.

Liaison froide : après préparation, les repas sont refroidis et stockés en chambre froide, parfois deux à trois jours, avant d'être transportés sur le lieu de consommation et réchauffés si nécessaire.

De plus en plus de restaurants scolaires choisissent la liaison froide, qui simplifie le transport des denrées et limite les risques de contamination des aliments.

»» Caisse des écoles, un organe stratégique

Association créée sur décision de la commune, la Caisse des écoles est présidée par le maire. C'est là que se définissent et s'organisent la plupart des services proposés par la ville aux parents d'élèves : garderie, centres de loisirs... et, bien sûr, restauration scolaire. Le conseil d'administration de l'association est composé de représentants de l'État : un inspecteur de l'Éducation nationale et un membre désigné par le préfet. Élus municipaux et parents d'élèves, à jour de leurs cotisations, doivent également y être représentés, selon le principe de la parité.

Dans la réalité, les postes réservés aux parents ne sont pas toujours pourvus, faute d'information ou de disponibilité. Si vous souhaitez participer au choix des fournisseurs, à l'élaboration des menus, demander la présence d'un diététicien ou la révision des tarifs, n'attendez plus, posez votre candidature !

Le saviez-vous ?

Le coût des matières premières des aliments ne représente que 20 % à 30 % du coût total du repas. Le reste est destiné à couvrir les frais de personnel (autour de 50 %), d'entretien, de fonctionnement et d'amortissement du restaurant scolaire.



Qui décide des tarifs ?

Dans l'enseignement élémentaire (écoles maternelles et primaires), le prix du repas est déterminé chaque année par arrêté municipal. Dans l'enseignement secondaire (collèges et lycées), il est fixé par décision du conseil d'administration. Mais l'État ne s'en désintéresse pas. En effet, le plafond de la hausse annuelle du prix des repas des cantines est réglementé, au niveau national, par arrêté émanant du ministère de l'Économie, des Finances et de l'Industrie. Pour l'année scolaire 2000-2001, il a été fixé à 2%. Une hausse supérieure à ce taux moyen peut être consentie par dérogation préfectorale. Une nouvelle mesure a, par ailleurs, été adoptée le 19 juillet 2000 par les ministères de l'Économie, des Finances et de

»»» *Société de restauration, quelles obligations pour quelles prestations?*

Les sociétés privées de restauration collective fournissent chaque année 250 millions de repas dans les établissements scolaires. Elles occupent un quart du marché national, pour un chiffre d'affaires annuel estimé à 6,5 milliards de francs en 1999.

Les prestations varient selon les communes. Certaines sociétés se contentent de la seule fourniture de repas. D'autres ont en charge la gestion complète de l'ensemble des installations et des personnels de restauration et vont même jusqu'à gérer le paiement des repas par les parents.

À chaque contrat correspond un cahier des charges précis et détaillé.

Si beaucoup de municipalités se limitent aux seuls critères obligatoires (nombre de repas annuels, composition des menus, conditions d'hygiène ou de

transport), certaines ont pris soin de prévoir jusqu'aux moindres détails.

À Marseille, dès la première arête détectée dans l'assiette des élèves de maternelle, il en coûtera 383 euros au fournisseur. De quoi inciter à la plus grande vigilance ! La consultation de ce cahier des charges reste donc, à ce jour,

le meilleur moyen de connaître avec précision le contenu des plateaux-repas distribués aux enfants. Ce document doit, c'est la loi, pouvoir être présenté par les services municipaux à quiconque le demande. N'hésitez pas à le consulter. En cas de refus, parfaitement illégal, adressez-vous à la Commission d'accès aux documents administratifs (CADA), 66, rue de Bellechasse, 75007 Paris.

Téléphone: 01 42 75 79 99.

l'Industrie et de l'Éducation nationale pour lutter contre les inégalités dans les collèges et les lycées. Depuis la rentrée de septembre 2000, ces établissements sont invités à moduler leurs tarifs en fonction des revenus et de la composition de la famille. Ce dispositif existait déjà dans de nombreuses communes pour les écoles maternelles et élémentaires.

Le saviez-vous ?

Depuis la rentrée 1997, un fonds social pour les cantines permet aux enfants des familles en difficulté financière d'accéder à la restauration scolaire.


Pour en bénéficier, adressez-vous au chef d'établissement ou à l'assistante sociale.

2

Frites ou brocolis, qui choisit ?

L'équilibre nutritionnel est essentiel au bon développement physique et intellectuel de l'enfant. L'information n'est pas nouvelle. En 1907, de nombreux instituteurs se félicitaient déjà des heureux effets de l'alimentation sur la santé des enfants, leur assiduité, leur entrain et leurs résultats scolaires. Au fil des années, ce principe a peu à peu été détrôné par d'autres impératifs : la facilité d'emploi des produits, leur pouvoir de séduction gustatif et la maîtrise des coûts. Les effets de cette politique sont aujourd'hui bien connus. Premier constat, les enfants et adolescents finissent trop rarement leur assiette. Deuxième constat, les menus proposés, et plus encore les menus consommés, sont trop riches en protéines animales (hors protéines laitières) et en matières grasses. Ils ne comportent, en revanche, pas assez de produits laitiers, de fruits et de légumes pour assurer l'apport minimal en calcium, en vitamines et en fer.





En France,
le pourcentage
des cas d'obésité
chez les enfants de
5 à 12 ans est passé
de 6 % à 12 %
en 15 ans.

EN CHIFFRES



Dernier constat, enfin, l'augmentation des cas d'obésité chez les enfants et adolescents. Rien ne permet aujourd'hui d'établir un lien entre obésité et fréquentation des restaurants scolaires, mais le respect de l'équilibre alimentaire pendant le déjeuner pourrait, au moins, contribuer à ne pas creuser les déséquilibres. La mise en place d'actions d'éducation au goût et aux principes de base de la nutrition faciliterait, elle aussi, une meilleure gestion par les enfants et adolescents de leurs habitudes alimentaires.

« Un repas équilibré se compose d'un plat principal – viande, poisson ou œufs – accompagné de légumes verts, suivi d'un produit laitier et d'un fruit. »

»» Qu'est-ce qu'un menu équilibré?

La composition d'un menu ne se décide pas au hasard.

Les règles de bon sens

Un garçon de cinq ans n'a pas besoin des mêmes quantités d'aliments que son aîné de dix ans. Filles et garçons ne sont pas toujours égaux devant leurs assiettes. À la puberté, les adolescentes ont, par exemple, des besoins en fer plus importants que leurs camarades masculins.

A contrario, ces derniers auront généralement une masse musculaire plus développée et réclameront des portions en rapport avec leurs dépenses physiques. À chaque âge, sa portion, à chaque sexe, ses besoins. La remarque, aussi évidente soit-elle, mérite toujours d'être rappelée.

PARENTS : LE DROIT DE SAVOIR

Les menus sont datés.
Les parents qui le désirent doivent pouvoir connaître, outre le nom des plats, leur composition exacte et leur valeur nutritive.

Aujourd'hui, le chef vous propose

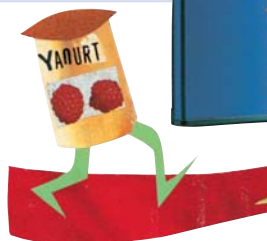
- Carottes râpées au jus d'orange
- Sauté d'agneau hongrois
- Haricots blancs
- Fromage frais
- Pomme

Les grands principes

Le repas de midi doit comporter chaque jour un plat principal à base de viande, de poisson ou d'œufs, des légumes, crus ou cuits, des produits laitiers et des fruits, pour assurer la couverture des besoins en protéines, en fer et en calcium. Les apports de matières grasses, s'ils sont indispensables, doivent rester limités.

Les compléments incontournables

Le pain reste un aliment énergétique de base et l'eau, la boisson de tous les repas.



»» Au menu lundi, mardi, mercredi...

L'équilibre alimentaire est à la base de la construction du plan alimentaire. C'est un peu comme un jeu des sept familles dont la règle serait inversée. Ici, plutôt que de chercher à réunir tous les membres d'une même famille, il s'agira au contraire de veiller à ce que chacune soit invitée plus ou moins régulièrement à table. À ce jeu-là, toutes les familles ne sont pas égales. Il y a d'abord les « toujours bienvenues » : produits laitiers, fruits, légumes, cuits ou crus, céréales. Viennent ensuite les « habituées », présentes alternativement à chaque repas :



EN BREF

Les objectifs de santé publique liés à la restauration scolaire sont :

- de diminuer les apports en lipides (matières grasses) ;
- de ne pas minorer les apports en protéines végétales et animales ;
- d'augmenter les apports en fibres, en fer et en calcium.

viandes rouges ou blanches, poissons, œuf, féculents. Et, enfin, les « invitées exceptionnelles » : pâtisseries, charcuterie, produits à frire... Pour chaque famille de produits, un nombre d'invitations est déterminé à l'avance sur vingt repas consécutifs. Ce sont les fréquences. Les responsables des menus doivent s'assurer de leur respect pour garantir à la fois la valeur nutritionnelle globale de chaque repas et la diversité de l'alimentation. Lorsque le restaurant est organisé en libre-service, différents menus d'une valeur nutritionnelle équivalente sont proposés. Jusqu'au collège, les élèves sont encadrés dans leurs choix : autour d'un plat imposé, ils peuvent choisir l'entrée et/ou le dessert. Au lycée, des menus conseillés sont proposés. Un plan alimentaire peut alors servir à déterminer l'ensemble des menus de l'année.

»» Composition des menus: mieux dialoguer pour mieux décider



Si les menus doivent respecter les grandes règles de la diététique, ils doivent aussi plaire aux enfants et aux adolescents. Dans certaines villes, des commissions des menus, ou commissions diététiques, ont été instaurées. Aux côtés du diététicien, du médecin scolaire, de l'infirmière et des représentants de la ville, des parents d'élève et des personnels d'encadrement du temps du repas s'assurent que la théorie peut être mise en pratique. Plus simplement, que les menus proposés ont une chance d'être mangés.

Mieux informés sur les habitudes alimentaires des enfants, parents et accompagnateurs

peuvent suggérer de remplacer un plat par un autre ou d'introduire de nouvelles saveurs déjà appréciées à la maison. Certains collèges et lycées soumettent aussi leurs menus à un avis extérieur.

Le saviez-vous ?

Une étude, récemment réalisée en Seine-Saint-Denis sur un échantillon de 142 collégiens, a démontré que 57,7 % des filles de 10 à 12 ans se situaient en dessous des apports nutritionnels conseillés.

Cette proportion atteignait 71,4 % chez les garçons du même âge.

»» Allergies: vers une vraie prise en compte

Environ 7 % des enfants sont concernés par un problème d'allergie ou d'intolérance alimentaire. Une large majorité de parents ont, semble-t-il, pourtant choisi de passer ce « détail » sous silence. Seuls 12 % de ces cas seraient aujourd'hui signalés aux enseignants, par crainte d'une exclusion des enfants. Depuis novembre 1999, une circulaire publiée par l'Éducation nationale à l'intention des responsables d'établissement du secondaire prévoit pourtant la mise en place d'un projet d'accueil individualisé pour chaque enfant ou adolescent devant suivre un régime alimentaire spécifique.

Si vous souhaitez en bénéficier, vous devrez prendre contact avec le responsable du restaurant scolaire en lui présentant un certificat établi par votre médecin traitant. Deux solutions pourront alors être envisagées. La première consiste à demander au gestionnaire du restaurant scolaire de prévoir des menus spéciaux écartant tout risque de réaction allergique.

34 % des allergies alimentaires sont dues aux œufs, 25 % à l'arachide, 9 % au lait, 5 % au poisson.

EN CHIFFRES



La seconde se limitera à autoriser votre enfant à consommer sur place un panier-repas préparé à la maison. Vous devrez également définir avec les différentes personnes concernées – directeur d'établissement, cuisinier, médecin ou infirmière scolaires – les conditions d'accueil de votre enfant dans le réfectoire ainsi que les dispositions à prendre en cas de malaise ou d'incident.

3

Comment avoir confiance ?

Les fabuleux progrès accomplis au cours des siècles dans le domaine de l'hygiène et de la sécurité alimentaire avaient presque fini par nous faire oublier l'existence même d'un risque sanitaire. Jusqu'à ce que, il y a quelques années, la très forte médiatisation des cas de listériose et autres intoxications alimentaires collectives ne recommence à semer le trouble. Le remède apporté par les responsables de restaurant scolaire avait alors été des plus expéditifs. En l'espace de quelques mois, des rillettes aux fromages au lait cru, tous les produits réputés suspects avaient complètement déserté les assiettes des écoliers. Mais ces inquiétudes, hier basées sur des risques réels quoique très limités, portent aujourd'hui sur des menaces mal connues. Le scandale des farines animales ne doit rien à l'imagination. Les faits sont prouvés, leurs conséquences, avérées. Là encore, élus et responsables de société de restauration collective ont employé les grands moyens. Et le bœuf, à son tour, de disparaître des assiettes ! Jusqu'à ce que le renforcement des contrôles, les nouvelles exigences de traçabilité aient contribué à rassurer le consommateur ou le parent inquiet. Et le bœuf de réapparaître dans les assiettes...



C'est vous qui le dites !

40 % des parents se déclarent inquiets quant à la sécurité alimentaire dans les cantines scolaires. C'est ce que révèle la dernière enquête réalisée par la Fédération des parents d'élèves de l'enseignement public en mars 2001.

Autre registre, autres suspects. De nombreux débats s'ouvrent aujourd'hui autour de l'introduction d'organismes génétiquement modifiés dans nos assiettes.

Bien que, pour l'heure, aucune conséquence tangible n'ait été constatée en termes de santé publique, la question divise fortement scientifiques, politiques et consommateurs.

« Dans le doute, abstiens-toi ! », dit le dicton populaire. C'est ce que tentent de faire la plupart des cantines. Encore faudrait-il que les étiquetages soient suffisamment explicites.

Dans un tel contexte, le contrôle de la provenance des denrées alimentaires et de l'hygiène des cuisines constitue le meilleur des garde-fous... à condition toutefois de ne pas oublier de transmettre aux enfants les bonnes vieilles règles d'usage. En effet, la sécurité passe aussi par des mains propres !



»» Les cantines passées au crible

Le contrôle de l'application de la réglementation sanitaire dans les restaurants scolaires est assuré conjointement par la Direction départementale des services vétérinaires (DDSV) du ministère de l'Agriculture et de la Pêche et la Direction départementale des affaires sanitaires et sociales (DDASS) du ministère de la Santé. Ces contrôles se déroulent à l'improviste, en présence du chef de cuisine et du responsable d'établissement. L'inspecteur s'assure du respect des règles d'hygiène à chaque étape de la préparation, de la conservation et de la distribution des repas. Il vérifie également la propreté des différents locaux et matériels utilisés, y compris lors du transport des denrées. Il contrôle les agréments des fournisseurs de denrées animales ou d'origine animale (c'est-à-dire leur droit à commercialiser ces produits auprès des collectivités) et l'étiquetage des denrées (respect des dates limites de consommation, températures...). Il s'assure, enfin, du niveau de formation des personnels de cuisine et d'encadrement, et de leur aptitude à respecter les consignes sanitaires. Le non-respect des obligations réglementaires entraîne des avertissements ou des sanctions pénales.

En 1999, 1 780 enfants ont été victimes d'une intoxication alimentaire, pour plus de 1 milliard de repas servis.

EN CHIFFRES



Le saviez-vous ?

Le nombre de cas de listériose recensés sur l'ensemble de la population française est passé de 800 en 1986 à 220 en 1999.

»» La sécurité alimentaire, c'est l'affaire de tous!

Il est inutile de déverser des litres de Javel dans l'eau de rinçage des salades pour éliminer microbes et bactéries; une même planche à découper ne peut pas servir à la préparation consécutive de plusieurs aliments; à chaque aliment, son couteau. Autant de principes simples qu'il conviendrait peut-être de rappeler. Voilà déjà plus de cinq ans que les établissements scolaires ont l'obligation de définir un plan de formation du personnel de restauration.

Le respect des règles d'hygiène est de la responsabilité de l'ensemble des acteurs de la chaîne alimentaire, incluant les professionnels de la restauration. Tous les acteurs de la « chaîne alimentaire scolaire » doivent, par conséquent,

être sensibilisés aux bonnes pratiques d'utilisation des produits de nettoyage et de désinfection. Le personnel d'encadrement n'échappe pas à la règle. Sa bonne connaissance des principes de base de l'hygiène est d'autant plus indispensable qu'il lui appartient de les transmettre aux enfants.

Le saviez-vous ?

Chaque établissement a l'obligation d'élaborer annuellement un plan de formation du personnel d'encadrement du temps du repas, notamment en matière d'hygiène alimentaire.

(Arrêté du 29 septembre 1997)

Méthode HACCP – Les grands principes

HACCP, Hazard Analysis Critical Control Point, ou « Analyse des points critiques pour leur maîtrise », est une méthode d'analyse et de maîtrise des dangers au regard de la sécurité des aliments qui nous vient tout droit de l'espace ! Elle a, en effet, été mise au point par la Nasa pour limiter les risques d'intoxication des astronautes américains. Elle peut se concrétiser par la mise en place des procédures suivantes :

- 1 – contrôle à réception des matières premières;
- 2 – contrôle des températures à tous les stades du stockage, du transport et de la préparation des aliments;
- 3 – nettoyage et désinfection des locaux et des matériels utilisés pour la préparation des plats;
- 4 – formation du personnel.

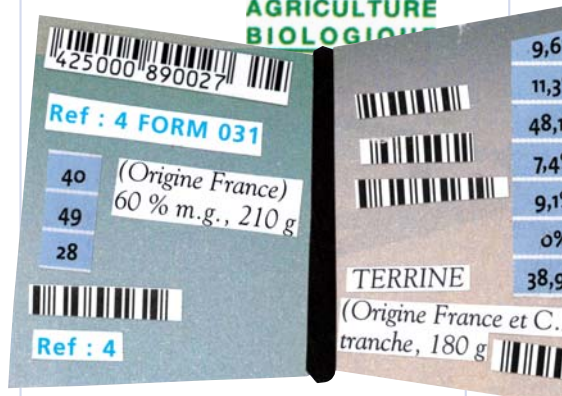
»» Cantines bio: mythe ou réalité?

Après l'affaire de la « vache folle », certains consommateurs ont choisi de se tourner vers la filière des aliments biologiques. Ceux-ci sont perçus comme « plus sains » car ils sont produits avec beaucoup moins d'ajouts chimiques.

Des cuisines familiales aux restaurants collectifs, il n'y avait qu'un pas, vite franchi. Au fil des mois, de nombreuses cantines bio ont fleuri, d'abord dans les zones rurales, proches des lieux de production, puis dans les villes. Mais le bio a un coût 0,46 euro de plus par repas en moyenne. Certaines municipalités ont accepté de prendre le supplément en charge, d'autres pas. La généralisation de la formule pose d'autres difficultés, à commencer par le procédé de production, peu compatible avec la livraison de quantités « industrielles » !

Le saviez-vous ?

Tous les produits contenant plus de 1 % d'OGM par ingrédient doivent comporter, selon la réglementation en vigueur, la mention « avec OGM ».



Étiquettes, carnet de bord

Le carnet de bord du gestionnaire consigne toutes les informations obligatoires: bon de livraison, code produit, dénomination, identification du fabricant, conditionneur ou fournisseur, conditionnement, origine, poids, date limite de consommation et conditions de conservation, mode d'emploi, liste des ingrédients (présence d'OGM, d'allergènes).

Toutes ces informations peuvent être consultées par les parents intéressés.

»» Bœuf: un aliment sous haute surveillance

Depuis la crise de la « vache folle », de nombreuses précautions entourent la sélection des viandes proposées aux enfants. La traçabilité, c'est-à-dire l'identification précise de toutes les étapes de transformation de la viande bovine – depuis la naissance de l'animal jusqu'à l'assiette du consommateur –, est au cœur de ces nouveaux dispositifs. Dès 1997, les professionnels de la filière bovine et les représentants de la restauration collective, des consommateurs et des pouvoirs publics, ont uni leurs efforts pour mieux informer les consommateurs sur les qualités des viandes bovines proposées. Les travaux menés ont ainsi abouti à ce que le champ des mentions obligatoires soit élargi, notamment en ce qui concerne l'origine de l'animal, et que les règles de traçabilité soient renforcées. Pour les viandes bovines hors les viandes hachées, l'étiquette doit faire apparaître, depuis le 1^{er} janvier 2002 : un numéro, ou code de référence, assurant la relation entre la viande et l'animal ou les animaux, le pays de naissance et d'élevage, le pays d'abattage et le numéro d'agrément de l'abattoir, le pays de découpe et le numéro d'agrément de l'atelier de découpe. Les trois informations « né, élevé et abattu » définissent l'origine de l'animal. Pour les viandes bovines hachées, l'étiquette doit mentionner, en plus, le pays de

transformation de la viande (Règlement (CE) n° 1760/2000 du Parlement européen et du Conseil du 17 juillet 2000).

Au-delà de ces mentions réglementaires obligatoires, les acheteurs qui le désirent peuvent encore ajouter des critères de sélection supplémentaires, en exigeant, par exemple, des viandes conformes aux normes « Label rouge » ou bio. Ces mentions devront alors être clairement indiquées dans l'intitulé de l'appel d'offres.

D'une façon générale, l'acheteur est invité à privilégier la règle du « mieux disant » plutôt que du « moins disant », le prix apparaissant comme l'un des critères de comparaison des offres, et non comme le critère unique ou prépondérant.

Fortes de ces premiers progrès, les instances de concertation, qui réunissent professionnels et consommateurs, s'attachent aujourd'hui à inciter législateurs et acheteurs à continuer dans cette voie.

Le saviez-vous ?

À ce jour, aucun prion – agent infectieux responsable de la maladie de la « vache folle » – n'a jamais été détecté ni dans le muscle de l'animal ni dans le lait dont la consommation ne présente donc, au regard des connaissances scientifiques actuelles, aucun risque pour la santé.

QUELQUES MOTS-CLÉS

Traçabilité

Elle vise à identifier les différentes étapes d'élaboration d'un aliment, depuis l'origine de la matière première jusqu'à la commercialisation.

Appertisation

Ce procédé permet de conserver les aliments par stérilisation à la chaleur, dans des récipients hermétiquement clos (conserves).

Produits pasteurisés

Les aliments, produits laitiers le plus souvent, ont été réchauffés à 70 °C en quelques secondes puis refroidis brusquement à 6 °C. Ce traitement thermique est sélectif : il permet de détruire tous les germes nocifs mais préserve une partie de la flore naturelle, sans danger pour l'homme.

Surgélation

Technique industrielle de conservation des denrées alimentaires consistant à abaisser la température jusqu'au cœur des aliments à - 40 °C, voire - 50 °C, en un temps très court. Les aliments doivent être maintenus à une température inférieure à - 18 °C jusqu'au moment de leur vente.

Congélation

C'est la version domestique de la surgélation ; les aliments ne sont saisis qu'à - 33 °C. Les durées de conservation sont plus courtes que celles des produits surgelés.

Produits de quatrième gamme

Légumes crus, conditionnés en sachet et prêts à l'emploi.

»» Contacts utiles

Agence française de sécurité sanitaire des aliments (AFSSA)

Organisme public sous tutelle des ministères de l'Agriculture, de la Santé et de la Consommation, l'AFSSA a pour mission d'évaluer les risques nutritionnels et sanitaires des aliments, depuis la production des matières premières jusqu'à leur distribution au consommateur final. Sur la base de comités scientifiques, elle produit des avis qui servent ensuite aux prises de décision des pouvoirs publics.

> 23, avenue du Général-de-Gaulle
BP 19 – 94701 Maisons-Alfort
www.afssa.fr

Associations de consommateurs et associations de parents d'élève

Se renseigner au niveau local et sur
> www.conso.net

Commission européenne – Direction générale de la santé et protection des consommateurs (SANCO)

La Direction générale SANCO a pour mission de promouvoir une politique de protection des consommateurs et de défendre leurs intérêts.

> www.europa.eu.int

Conseil national de l'alimentation (CNA)

Organe de concertation et de réflexion sur la définition de la politique alimentaire, le CNA publie des avis qui permettent aux pouvoirs publics de prendre



position. Il est composé de représentants d'organisations de consommateurs, de personnalités scientifiques et de représentants de différents secteurs – agriculteurs, industriels, distributeurs, restaurateurs...

- > 251, rue de Vaugirard
75732 Paris Cedex 15

Conseil national de la consommation (CNC)

Organisme consultatif, le CNC se trouve placé auprès du ministère chargé de la Consommation. Il est composé de représentants des associations de consommateurs et usagers, et de représentants des professionnels réunis en deux collèges. Il exerce une double mission, de concertation entre consommateurs, usagers et professionnels, et de consultation pour les orientations des pouvoirs publics en matière de politique de la consommation.

- > 59, boulevard Vincent-Auriol
75013 Paris

Direction générale de l'alimentation (DGAL)

Placée sous l'autorité du ministre de l'Agriculture, la DGAL conçoit et met en œuvre la réglementation relative à l'hygiène et intervient sur la santé animale, sur la protection des végétaux et, plus généralement, sur la sécurité de la filière agricole. Elle veille à la sécurité et à la qualité des aliments, à tous les stades de la chaîne alimentaire.

- > 251, rue de Vaugirard
75732 Paris Cedex 15
www.agriculture.gouv.fr

Direction générale de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DGCCRF)

Placée sous l'autorité du ministre de l'Économie, des Finances et de l'Industrie, la DGCCRF s'assure que les acteurs de la chaîne alimentaire respectent et appliquent les règles définies en ce qui concerne la composition, la transformation et la distribution des produits destinés à la consommation.

- > 59, boulevard Vincent-Auriol
75013 Paris
www.finances.gouv.fr/dgccrf

Direction des services vétérinaires (DSV)

Placés au sein de la DGAL, les services vétérinaires inspectent les ateliers agréés pour la préparation de produits animaux ou d'origine animale et effectuent des contrôles dans les cheptels bovins.

- > 251, rue de Vaugirard
75732 Paris Cedex 15
www.agriculture.gouv.fr

Groupement permanent d'étude des marchés de denrées alimentaires (GPEM/DA)

Ce groupement, placé sous la responsabilité du ministère de l'Économie, des Finances et de l'Industrie, est force de proposition pour tout ce qui concerne l'amélioration de la qualité nutritionnelle des repas servis dans la restauration collective.

- Ses recommandations ont servi de base à la circulaire du 25 juin 2001.
- > www.minefi.gouv.fr



4

Et aujourd'hui, c'éta

Les nutritionnistes sont unanimes : le repas de midi doit représenter environ 40 % des apports quotidiens. C'est dire l'importance de la pause déjeuner !

Mais comment prendre le temps de souffler dans une ambiance sonore où le grincement des chaises le dispute au cliquetis des couverts... ? Et où la durée du repas est minutée par les services qui s'enchaînent ? Une autre difficulté réside dans l'évaluation du déjeuner consommé par les écoliers. Interrogés sur leur menu, les plus jeunes tenteront un difficile exercice de mémoire avant d'annoncer, victorieux : « De la viande avec de la sauce et des légumes ! » Leurs aînés, pourtant habitués à la formule du libre-service, seront tout aussi imprécis. Bœuf, porc, agneau... quelle importance ! L'affichage des menus, obligatoire, devrait permettre de lever le mystère... quoique les appellations utilisées – « Cœurs de mer » et autres « Cordons bleus » – ne militent pas toujours en faveur de la transparence. Et, au-delà de ce problème de vocabulaire, comment être sûr de ce que



it comment... ?



notre enfant a réellement mangé ?
Pas simple, dans ces conditions, de corriger par des dîners appropriés les déséquilibres accumulés au fil des déjeuners.

Car l'équilibre alimentaire repose avant tout sur la bonne complémentarité des repas sur plusieurs jours. Dans ce contexte, l'application de quelques règles élémentaires reste encore le moyen le plus sûr de garantir au mieux l'équilibre alimentaire :

supprimer les grignotages systématiques devant l'écran de télévision ou la console de jeux, préférer légumes, fruits et laitages au dîner... Autant de pistes à privilégier tout en améliorant l'information et la communication entre parents, directeurs d'école et responsables d'établissement.

Mini-quiz

L'équilibre alimentaire se régule sur :

- A. 1 journée
- B. 1 semaine
- C. 3 semaines

Réponse : B.

»» La cantine, école du goût?

Sur les vingt et un repas consommés chaque semaine, quatre ou cinq le sont dans le cadre scolaire. Faudrait-il pour autant laisser aux seuls parents la responsabilité de l'apprentissage du goût? Rien n'est moins sûr. D'abord parce que le déjeuner constitue le principal repas de la journée. Ensuite parce que **le restaurant scolaire est un excellent moyen d'inciter les écoliers à s'éloigner des grands classiques familiaux pour découvrir de nouvelles saveurs, de nouvelles épices, de nouvelles odeurs.** Curry, cumin, aneth ou marjolaine, rien n'empêchera ensuite les enfants de proposer

à leurs parents d'introduire ces nouveaux petits plus dans leur marmite. À condition, bien sûr, qu'ils soient capables sinon de les nommer, au moins de les décrire. Apprendre aux élèves à déguster ce qu'ils mangent, à différencier le salé du sucré, l'aigre-doux de l'amer, voilà qui compléterait avantageusement

les programmes scolaires d'éducation à la nutrition, généralement limités aux seuls aspects biologiques de l'alimentation.



Le saviez-vous ?

Avec ses trois repas comportant notamment une faible part de viande transformée et de graisses, le modèle alimentaire français est reconnu par les nutritionnistes comme l'un des meilleurs du monde.

»» Du réfectoire au restaurant scolaire

« Au quatrième top, il faudra avoir terminé son dessert et quitter la table ! » Le message n'est pas énoncé aussi clairement, mais les chiffres sont là. Multiplication des services oblige, nos écoliers disposent parfois d'un quart d'heure à peine pour déjeuner. C'est trois fois moins que le temps idéal recommandé par les nutritionnistes.

Difficile, dans cette précipitation, d'apprécier son repas et de se détendre après une matinée de travail. Et le vacarme ambiant n'arrange rien à l'affaire !

Si les longues tablées d'hier ont, depuis longtemps, laissé place à de petits îlots, plus conviviaux, la plupart des réfectoires mériteraient encore quelques travaux, d'insonorisation, de décoration, avant de se prétendre restaurant scolaire.



Mini-quiz

Quel est le temps moyen d'un repas à la cantine ?

- A. 15 minutes
- B. 25 minutes
- C. 45 minutes

Réponse : B.

»» Libre-service...

La majorité des collèges et lycées ont adopté le système du libre-service. Dans la pratique, la formule semble effectivement bien adaptée à la clientèle adolescente. Très attachée à sa liberté, elle apprécie tout autant de pouvoir choisir ses compagnons de table que la composition de son menu. Et c'est bien dans ce dernier choix que les difficultés commencent. Livrés à eux-mêmes, la plupart des

adolescents chargent leur plateau de charcuterie, d'œuf-mayonnaise et autres croustades au fromage sans daigner toucher aux assiettes de crudités ou de légumes.

À la fin du service, crèmes dessert et pâtisseries auront pratiquement disparu des rayonnages, tandis que les alignements de pommes et oranges afficheront toujours une rigueur quasi militaire. Des solutions existent qui permettent, sinon de parer à tous les déséquilibres, au moins de respecter

les règles de base de la diététique.

Dans certains restaurants scolaires, la liberté de choix est une liberté surveillée. Le plat principal est imposé; entrées et desserts, proposés. Dans d'autres, principalement dans les lycées, le responsable du restaurant se contente d'afficher des menus conseillés, que les adolescents pourront adopter ou refuser.



Le saviez-vous ?

90 % des collèges et lycées disposent d'un restaurant en libre-service.

»» ... ou service à table

Le service à table reste la formule préférée en maternelle et en primaire. Les directeurs d'école et les élus municipaux y voient un moyen efficace d'apprendre aux plus jeunes le sens de la convivialité et du partage. Ce système facilite également le contrôle des menus. Ici, pas ou peu d'alternative possible, il faut manger ce que l'on a dans son assiette... ou être assez habile pour le transvaser discrètement dans celle d'un voisin plus gourmand ou moins difficile. Les « dames de cantine » sont plus souvent occupées à faire cesser le brouhaha et à calmer les convives agités qu'à vérifier ce que mangent vraiment les enfants ou si les doigts ont pris le relais des fourchettes ! Comment, dans ces conditions, assurer la mission d'éveil au

goût, essentielle dès le plus jeune âge ? Des réponses apparaissent çà et là. Certains responsables de restaurants invitent les enfants ou les parents à participer à la conception des menus. D'autres organisent des concours de « langue rouge » pour les mangeurs de betteraves. D'autres encore choisissent d'expliquer l'histoire et les bienfaits de tel ou tel aliment... Une préparation psychologique et pédagogique certainement bien utile pour qui voudra tenter de déposer choux de Bruxelles et salsifis dans les assiettes.



»»» Externes, demi-pensionnaires, qui sont-ils ?

La fréquentation du restaurant scolaire découle, en premier lieu, de l'absence des parents au domicile à l'heure du déjeuner ainsi que de l'éloignement de l'établissement scolaire du lieu d'habitation. Les demi-pensionnaires sont donc majoritaires, aussi bien en zone rurale que dans les villes, où les enfants dont les parents

travaillent sont les plus nombreux. Enfin, les recensements menés à l'échelle nationale démontrent que les cantines sont plus prisées dans l'ouest de la France que dans l'est.



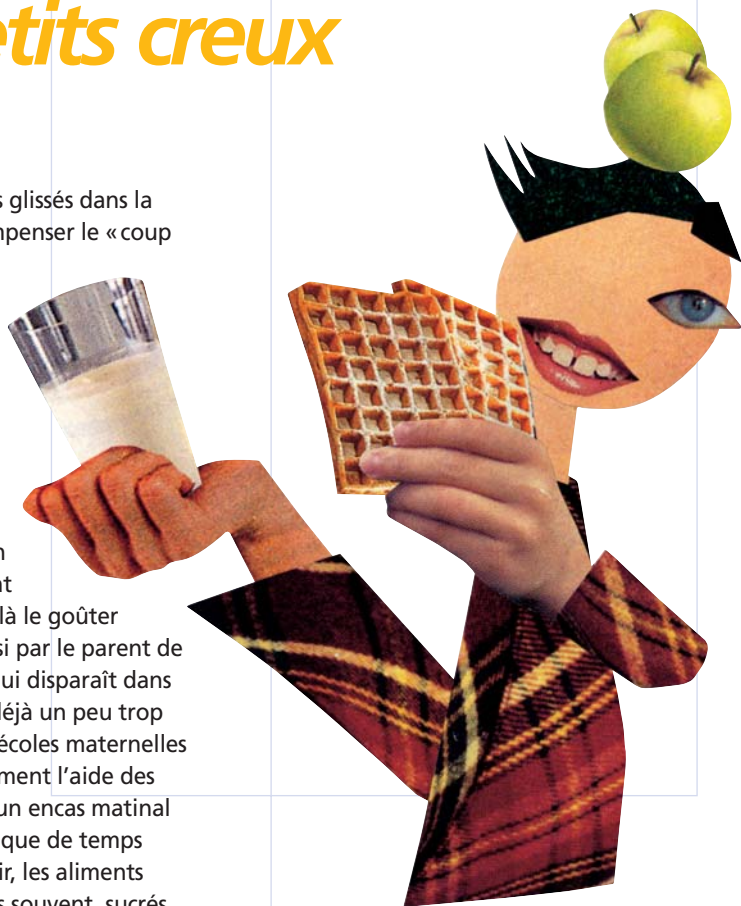
Le saviez-vous ?

La répartition idéale des apports nutritifs sur une journée est la suivante :

- 20 % au petit déjeuner
- 40 % au déjeuner
- 10 % au goûter
- 30 % au dîner

»» Les petits creux

Des petits biscuits glissés dans la poche pour compenser le « coup de pompe » de onze heures à la confiserie réservée au goûter, les cartables de nos enfants ressemblent parfois à des garde-manger. Dans les cours de récréation, les échanges vont bon train : pain au chocolat contre pomme, et voilà le goûter minutieusement choisi par le parent de l'enfant maigrichon qui disparaît dans l'estomac du copain déjà un peu trop rond ! La plupart des écoles maternelles demandent régulièrement l'aide des parents pour fournir un encas matinal aux élèves. Mais, manque de temps ou désir de faire plaisir, les aliments distribués sont, le plus souvent, sucrés. Passe encore pour l'enfant à jeun à 9 heures du matin, mais était-il vraiment nécessaire pour son petit camarade déjà calé par plusieurs tartines et un grand bol de chocolat ? Autre difficulté, ce petit plus du matin devrait être distribué au plus tard deux heures avant le déjeuner, ce que ne permettent pas toujours les emplois du temps. Dans les collèges et lycées, la satisfaction de ces petites faims est tout aussi compliquée. Les distributeurs de sodas, confiseries et barres chocolatées



sont loin de constituer la solution idéale. Pourquoi ne pas afficher de petits écriteaux pour rappeler aux adolescents et aux adolescentes que le grignotage constitue l'une des premières causes d'obésité et de surcharge pondérale, et qu'un verre de boisson gazeuse contient l'équivalent de six morceaux de sucre ? Une autre solution pourrait consister à remplacer ces distributeurs par des fontaines d'eau, nettement plus inoffensives et au moins tout aussi efficaces pour calmer les grandes soifs.

Parents, à vous de jouer !

De la soupe scolaire d'antan à l'école du goût de demain, l'histoire de la restauration scolaire aura connu bien des rebondissements. Parents, responsables municipaux, directeurs d'établissement, enseignants, médecins et infirmières scolaires, tous s'accordent aujourd'hui sur la nécessité d'établir un véritable dialogue pour réfléchir ensemble aux moyens d'assurer l'équilibre alimentaire de nos enfants. En effet, en l'espace de trente ans, nos modes de vie ont profondément changé. Le paysage alimentaire s'est, lui aussi, considérablement modifié. Nouveaux produits, nouvelles saveurs, nouvelles textures, nouveaux modes de préparation, l'éventail du choix offert au consommateur n'a cessé de s'élargir, au risque parfois de lui faire perdre le contrôle de son assiette.

Le développement du travail des mères, l'éclatement de la cellule familiale ont également contribué à bouleverser les habitudes. Plus vite responsabilisés, les enfants sont devenus acteurs à part entière de leur alimentation. Cette autonomie nouvelle est aujourd'hui irréversible. Elle se doit d'être mieux encadrée. Parce que la liberté n'a de sens que lorsqu'elle est synonyme de progrès.





Quelques règles d'or

- S'informer pour agir sur le fonctionnement de la cantine.
- Veiller au respect des règles et aux bonnes pratiques de la sécurité alimentaire.
- Apprendre à son enfant à mieux varier son alimentation.
- Accompagner son enfant dans la découverte des plaisirs de la table.

Accompagner les jeunes convives dans leurs choix, les informer de leurs conséquences, c'est l'une des grandes missions désormais attribuées aux responsables de la restauration scolaire. Un accompagnement qui, pour être pleinement efficace, devra se prolonger au-delà des portes des réfectoires et des salles de classe.

Car les bonnes habitudes alimentaires s'acquièrent d'abord à la maison. En outre, le déjeuner, s'il représente le principal repas de la journée, ne constitue que l'un des trois repas quotidiens. Les parents devront donc veiller à ce que, du petit déjeuner jusqu'au dîner, aucun des moments consacrés à la nourriture quotidienne ne soit négligé. Ils devront ainsi s'assurer de ce que l'enfant a vraiment mangé au déjeuner et s'informer sur les menus de la semaine pour essayer de composer des dîners appropriés. À eux aussi de rappeler à leurs enfants – et, pourquoi pas, aux responsables de la restauration scolaire – que le repas, plus qu'un simple geste alimentaire, est aussi un moment de plaisir et de retrouvailles, entre copains après l'interruption d'une matinée de classe ou entre parents, frères et sœurs après une journée passée loin de la maison.

Testez-vous en famille !

1 >> Où trouve-t-on le plus de vitamine C ?

- a Dans les oranges
- b Dans les brocolis
- c Dans les poireaux

2 >> Combien un adolescent doit-il consommer de lait (ou équivalent) pour avoir son apport journalier recommandé (AJR) de 1 000 mg de calcium ?

- a 1/4 litre
- b 1/2 litre
- c 1 litre

3 >> En cas de petit creux, il vaut mieux manger...

- a un fruit
- b un paquet de chips
- c une barre chocolatée

4 >> Idéalement, un repas doit durer environ...

- a 10 minutes
- b 45 minutes
- c 30 minutes

5 >> Dans un verre de soda, il y a l'équivalent de...

- a 4 morceaux de sucre
- b 6 morceaux de sucre
- c 10 morceaux de sucre

6 >> Le repas de midi doit représenter...

- a 25 % des apports journaliers
- b 40 % des apports journaliers
- c 50 % des apports journaliers

7 >> *Sauter un repas fait maigrir.*

- a Vrai
b Faux

8 >> *Un enfant de 10 ans doit manger autant que ses parents.*

- a Vrai
b Faux

9 >> *À quelles parties du corps les protéines sont-elles le plus utiles ?*

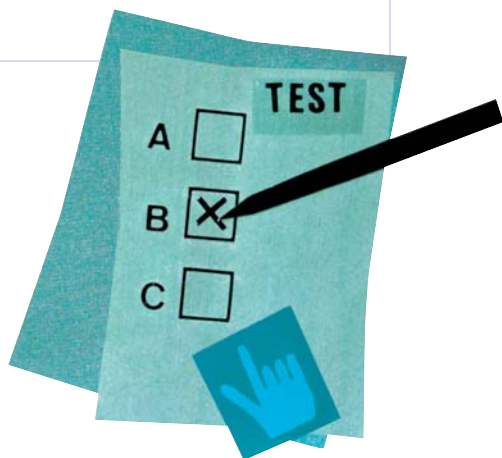
- a Aux muscles
b Aux os
c Au cerveau

10 >> *Qu'est-ce qu'un aliment de quatrième gamme ?*

- a Un produit de mauvaise qualité
b Un aliment lyophilisé
c Un légume cru prêt à consommer

11 >> *Quelle quantité de viande un enfant de 3 ans doit-il absorber chaque jour ?*

- a 100 g
b 70 g
c 30 g



Réponses : 1/b - 2/c - 3/a - 4/b - 5/b - 6/b - 7/b - 8/b - 9/a et b - 10/c - 11/c



Campagne d'éducation sur la sécurité alimentaire

Conduite par l'Institut national de la consommation, à l'initiative de la Commission européenne, et soutenue par le Parlement européen.

