



## Dispositions techniques concernant les produits servis en restauration scolaire

GEMRCN 2009



La recommandation relative à la nutrition du 4 mai 2007 devrait faire l'objet d'un décret et d'un arrêté rendant son application obligatoire par les acteurs de la restauration scolaire.

Le texte élaboré par le GEMRCN (*Groupe d'Etude des Marchés Restauration Collective et Nutrition*) a pour objectif de faire évoluer la qualité nutritionnelle des repas servis en restauration sociale\* et a été rédigé par un groupe d'experts. Le texte étant particulièrement complexe sur les plans technique et nutritionnel, il est important que tous les acteurs de la filière en maîtrisent l'objectif et le sens.

Le GECO a participé à l'élaboration de ce texte depuis son origine en 1996 et entend participer à sa diffusion. C'est l'objectif de cette note qui doit permettre aux industriels, mais également à leurs distributeurs, de respecter le texte approuvé par tous les acheteurs et les membres de la filière.

## Les fréquences d'apparition des produits en fonction de leur valeur nutritionnelle

Les menus sont réalisés sur 20 repas successifs en jours ouvrables (soit 1 mois de menus), les fréquences d'apparition des produits sont donc établies sur cette période. De par leur valeur nutritionnelle, certains produits peuvent être favorisés, ils ont donc des fréquences d'apparition minimales. D'autres peuvent être limités, ils ont des fréquences d'apparition maximales. Enfin, d'autres produits n'ont pas de fréquence et sont à intégrer dans les menus sans contrainte particulière, ni minimum, ni maximum. Tous les produits et ingrédients trouvent leur place dans une alimentation équilibrée : **Aucun produit n'est interdit !**

Les critères nutritionnels déterminant les fréquences d'apparition peuvent être **de 1 à 3** pour un même produit. Ils peuvent être

rapportés, selon le type de produit, à la portion ou au 100g. Un non respect de ces notions peut rendre l'interprétation du texte très différente et aboutir à un non respect de son objectif.

**Seules les valeurs nutritionnelles et la liste des ingrédients apportées par l'industriel permettent de valider l'adéquation d'un produit aux fréquences d'apparition.**

## Les grammages produits préconisés

Trois types de grammages sont prévus en fonction des différentes populations ciblées par le texte :

- enfants en classe maternelle,
- enfants en classe élémentaire,
- adolescents en collège ou lycée.

**Il s'agit de grammages de produits prêts à être consommés dans l'assiette !**

En ce qui concerne les adolescents, les grammages sont présentés sur des tranches par produit. En effet, l'adolescence masque des disparités importantes en terme de besoins nutritionnels liés à la croissance et la dépense physique. Une latitude est donc proposée sur ces grammages laissés à la décision du restaurateur et donc de l'acheteur. Dans ce cas, les industriels peuvent proposer des produits ayant un grammage situé dans cette tranche.

*La recommandation du GEMRCN du 4 mai 2007 restera donc applicable aux autres populations : crèches, adultes et personnes âgées.*

*Elle est téléchargeable sur :*

*[http://www.minefe.gouv.fr/directions\\_services/daj/guide/gpem/nutrition/nutrition.htm](http://www.minefe.gouv.fr/directions_services/daj/guide/gpem/nutrition/nutrition.htm)*

*Le GECO est une organisation professionnelle regroupant 85 industriels fabricant des produits destinés à la Consommation Hors Foyer. Son objectif est d'aider les industriels à se positionner au mieux sur ces marchés grâce à une veille réglementaire, des études, des statistiques et autres services réservés à ses membres.*

# Les produits limités limités sur leur fréquence d'apparition



## Les entrées

- Les entrées contenant plus de 15% de lipides :

4 repas sur 20 successifs maximum.

Peuvent être concernés : certaines salades, charcuteries, préparations chaudes, la plupart des feuilletés...

**Objectif nutritionnel :** Limiter les matières grasses (contrôler la teneur en lipides dans le tableau des valeurs nutritionnelles).

*Attention : Les poissons gras servis en entrée ne sont pas concernés, car ils ont une action bénéfique sur le rééquilibrage des apports en acides gras essentiels (oméga 3).*



## Les plats principaux : 3 critères discriminants

- Les aliments à frire ou pré frits contenant plus de 15% de lipides :

4 repas sur 20 successifs maximum.

Peuvent être concernés dans les plats ou garnitures : cordons bleus, aliments panés, frites, pommes de terre rissolées ou dauphines, beignets de légumes...

**Objectif nutritionnel :** Limiter les matières grasses (contrôler la teneur en lipides dans le tableau des valeurs nutritionnelles).

*Attention : Les poissons meunières ne sont pas concernés.*

- Les plats protidiques dont le rapport protéines/lipides (P/L) est inférieur ou égal à 1 :

2 repas sur 20 successifs maximum.

Peuvent être concernés : légumes farcis, boulettes de viande, quiches, omelettes garnies, charcuteries...

**Objectif nutritionnel :** Limiter les matières grasses.

*Attention : Les plats composés à 100% d'œufs ne sont pas concernés.*

- Les préparations ou plats prêts à consommer à base de viande, de poisson, d'œufs et/ou de fromage contenant moins de 70% de viande, de poisson ou d'œufs (par portion recommandée par tranche d'âge) :

4 repas sur 20 successifs maximum.

Peuvent être concernés : pizzas, quiches, hachis Parmentier, légumes farcis...

**Objectif nutritionnel :** Servir des préparations contenant suffisamment de viande, de poisson ou d'œufs.

*Attention : Pour les recettes composées type hachis Parmentier, brandade, paëlla, gratin... les portions doivent intégrer au minimum 70% de viande, de poisson ou d'œufs par portion recommandée par tranche d'âge (références dans le tableau des grammages).*

Exemple

## ► Comment vérifier les critères nutritionnels ?

Exemple de fiche technique produit : Le hachis Parmentier

### INGRÉDIENTS MIS EN ŒUVRE

**Purée (63%) :** Eau, flocons de pomme de terre, lait écrémé en poudre, amidon transformé, beurre concentré, sel, extrait naturel de poivre, muscade.

**Sauce viande (37%) :** Eau, viande de bœuf cuite et aromatisée (34,5%) (viande bovine, arômes naturels, sel), oignons, chapelure (farine de blé, sel, levure), amidon transformé, carottes, arômes, persil, fond de volaille aromatisé (arômes naturels, colorant : E 150b, dextrose, sel, eau, extrait de poulet, huile de tournesol, orge). (pourcentage exprimé sur la sauce viande).

**Contient :** Lait, blé, orge.

### INFORMATIONS NUTRITIONNELLES

Valeurs énergétiques	moyennes pour 100 g
Kcal	87
Kj	368

Valeurs Nutritionnelles	moyennes pour 100 g	
Protéines	4,8 g	
Glucides	10,7 g	
Lipides	2,8 g	
Fibres		
Sodium		



### Critère discriminant : Le rapport P/L

Sur la fiche technique produit de l'industriel, vérifier - pour les plats pouvant remplacer la viande, le poisson ou les œufs - la teneur en protéines pour 100g et celle en lipides pour 100g. Diviser cette teneur en protéines sur celle en lipides pour obtenir le rapport P/L. Le principe adopté est que les plats venant en substitution de la viande, du poisson ou des œufs doivent contenir plus de protéines que de lipides : c'est leur principale vocation nutritionnelle. Dans l'exemple, le rapport P/L est supérieur à 1 ( $4,8 : 2,8 = 1,7$ ).

### Critère discriminant : 70% de viande, de poisson ou d'œufs par portion recommandée par tranche d'âge (à calculer à partir de la liste des ingrédients).

Dans l'exemple, il y a 34,5g de viande pour 100g de sauce. La sauce ne représente que 37% du poids total du hachis Parmentier, soit :  $34,5g \times 37\% = 12,8g$  de viande pour 100g de hachis Parmentier.

Pour un enfant en primaire, la portion de hachis Parmentier est de **250g**. Pour ne pas être limitée, la portion de hachis Parmentier doit apporter **70% de la ration de viande prévue (70g) soit 49g de viande pour une portion de 250g**. Or, ce produit apporte **32g de viande pour une portion de 250g ! Ce produit est donc limité.**



## Les desserts : 2 critères discriminants

- Les desserts contenant plus de 15% de lipides (pour 100g) :

3 repas sur 20 successifs maximum.

Peuvent être concernés : certaines pâtisseries, viennoiseries, biscuits secs ou autres desserts tels que crèmes brûlées...

**Objectif nutritionnel :** Limiter les matières grasses (contrôler la teneur en lipides dans

le tableau des valeurs nutritionnelles).

- Les desserts contenant plus de 20g de sucres (glucides simples) totaux par portion et moins de 15% de lipides : 4 repas sur 20 successifs maximum.

Peuvent être concernés : entremets, crèmes desserts, flans, laits gélifiés, mousses, glaces, certaines compotes...

**Attention :** On différencie les produits riches en glucides complexes tels que le pain, le riz, la semoule... des produits riches en sucres (glucides simples).

Il faut contrôler dans les fiches techniques la teneur en sucres et la teneur en lipides pour que le produit soit limité dans les menus.

Pour le critère sucres, il faut disposer des valeurs nutritionnelles relatives à l'étiquetage du groupe II (cf. règlement étiquetage nutritionnel).

Exemple

### ► Comment vérifier les critères nutritionnels ?

Exemple de fiche technique produit : Le gâteau de semoule à l'orange

Valeurs nutritionnelles moyennes	Pour 100g	Par portion (125 g)
Energie (kcal)	100	125
Energie (kJ)	428	535
Protéines (g)	3,8	4,8
Glucides (g)	19,9	24,9
<i>dont sucres (g)</i>	13,4	16,8
Lipides (g)	0,6	0,8
<i>dont acides gras saturés (g)</i>	0,3	0,4
Sodium (g)	0,057	0,071
Calcium (mg)	93	116



**Critère discriminant :** Les desserts contenant plus de 15% de lipides.

Dans l'exemple, la teneur est de 0,6g pour 100g. Le produit n'est pas discriminé !

**Critère discriminant :** Les desserts contenant plus de 20g de sucres (glucides simples) totaux par portion et moins de 15% de lipides.

Dans l'exemple, la teneur en sucres simples est de 16,8g pour une portion de 125g et les lipides sont inférieurs à 15%. Le produit n'est pas limité !

## Les produits encouragés sur leur fréquence d'apparition



### Les entrées

- Les crudités de légumes ou fruits :  
10 repas sur 20 successifs minimum.

*Attention à la proportion de légumes crus : Pour qu'un mélange (tomate, macédoine...) soit considéré comme une crudité, la présence de légumes crus dans le mélange doit être supérieure à 50% des ingrédients totaux de la recette.*



### Les plats principaux

- Le poisson ou les préparations à base de poisson contenant au moins 70% de poisson (éventuellement reconstitué) et dont le P/L est à moins 2 :  
4 repas sur 20 successifs minimum.

Peuvent être concernés : darnes de poisson, filets, émiettés ou reconstitués.

En ce qui concerne les 70% de poisson, le critère s'applique à la portion.

- ▶ **Les viandes non hachées de bœuf, veau, agneau, abats de boucherie :**  
4 repas sur 20 successifs minimum.

- ▶ **Les légumes cuits autres que secs :**  
10 repas sur 20 successifs minimum.

Au minimum 50% de légumes sur le total des ingrédients.

- ▶ **Les légumes secs, féculents, céréales :**  
10 repas sur 20 successifs minimum.

Au minimum 50% de légumes secs, féculents ou céréales sur le total des ingrédients.

## Les fromages, produits laitiers et desserts



- ▶ **Les fromages contenant au moins 150mg de calcium par portion :**  
8 repas sur 20 successifs minimum.

- ▶ **Les fromages contenant plus de 100mg de calcium et moins de 150mg de calcium par portion :**  
4 repas sur 20 successifs minimum.

- ▶ **Les produits laitiers ou desserts lactés contenant plus de 100mg de calcium et moins de 5g de lipides par portion :**  
6 repas sur 20 successifs minimum.

## Les produits ni limités, ni encouragés

Un certain nombre de familles de produits ne sont ni encouragés, ni limités car ne rentrant pas dans les objectifs nutritionnels fixés par le GEMRCN. Ces familles sont nécessaires à la qualité du repas puisqu'elles participent à la variété et la diversité indispensables pour assurer un bon équilibre alimentaire.



### Les entrées

- ▶ **Les légumes cuits** (poireaux vinaigrette, cœurs de palmier, fonds d'artichaut, potages de légumes...).
- ▶ **Les entrées de féculents** (crêpes, salade de pommes de terre, riz, pâtes, lentilles, certaines pizzas ou tartes...).
- ▶ **Les entrées protidiques** (sardines, maquereau, œufs en gelée, jambon...).

### Les plats principaux



- ▶ **Les viandes de volaille, de porc, les plats d'œufs, les fruits de mer, les viandes hachées de bœuf, d'agneau et de veau, les abats de boucherie.**

### Les desserts



- ▶ **Les desserts pâtisseries à base de fruits crus ou cuits, les desserts allégés, les flans, les mousses, les glaces...**

**Pour plus de renseignements sur cette note, contacter les permanents du GECO :**

Brigitte TROËL  
01 58 04 25 46 - [brigitte.troel@gecochef.com](mailto:brigitte.troel@gecochef.com)

Laurence VIGNÉ  
01 58 04 25 47 - [laurence.vigne@gecochef.com](mailto:laurence.vigne@gecochef.com)