

Groupe d'Etude des Marchés de Restauration Collective et Nutrition

Le contexte

La loi n°2010-874 du 27 juillet 2010, de modernisation de l'agriculture et de la pêche, prévoit dans son art.1 la réglementation de la nutrition dans les services de restauration scolaires et universitaires, ainsi que dans les services de restauration des établissements d'accueil des enfants de moins de six ans, des établissements de santé, des établissements sociaux et médico-sociaux et des établissements pénitentiaires.

Le décret 2012-143 du 30 janvier 2012 réglemente la nutrition en établissements de santé. L'arrêté est en attente.

Si l'alimentation est une composante essentielle de l'état de santé, elle doit aussi contribuer au bien-être et au plaisir du convive

Les dernières recommandations relatives à la nutrition en collectivité ont été publiées en Juillet 2015. Elles mettent à jour

la recommandation d'Aout 2013 pour tenir compte des connaissances actualisées des besoins des convives de la restauration collective.

Les priorités

Ces recommandations s'inscrivent dans les orientations du Programme national nutrition santé n° 3 et du plan de lutte contre l'obésité. Elles intègrent également les priorités du Programme National pour l'Alimentation présenté en décembre 2014, parmi lesquelles trois objectifs sont recherchés, à savoir :

1. favoriser les productions issues de l'agriculture biologique ;
2. renforcer l'ancrage territorial de notre alimentation afin de remettre les productions locales au coeur des territoires en développement
- l'approvisionnement par les circuits courts ;
3. lutter contre le gaspillage alimentaire.

Des objectifs de santé publique

•••

L'objectif principal est d'améliorer la qualité nutritionnelle des repas servis en collectivité.

Les objectifs nutritionnels généraux sont :

1. Augmenter la consommation de fruits, légumes et de féculents ;
2. Diminuer les apports lipidiques et rééquilibrer la consommation d'acides gras ;
3. Diminuer la consommation de glucides simples ajoutés ;
4. Augmenter les apports en fer ;
5. Augmenter les apports calciques ;
6. Améliorer les apports en protéines pour les personnes âgées en institution ou structure de soins et en cas de portage à domicile ;
7. Contrôler les apports en protéines pour les enfants de moins de 3 ans ;
8. Objectifs spécifiques liés aux conditions de vie en milieu carcéral.

Le texte complet reprend les objectifs nutritionnels généraux pour la population française et indique comment y parvenir de manière collective.

A ce titre, **il décrit de façon très précise** et par classe d'âge :

- la structure des repas (nombre de repas et nombre de composants) ;
- les recommandations pour l'élaboration des menus ;
- les fréquences de service des plats aux convives ;
- les grammages des portions pour tous les aliments susceptibles d'être proposés.

Les contrôles peuvent porter sur :

- le contrôle des fréquences sur la base de 20 repas consécutifs pour une population en établissements de santé ou en institution ;
- le contrôle des menus vis-à-vis de l'équilibre alimentaire quotidien ;
- les produits livrés et leur composition sur la base de fiches techniques établies par les fabricants (liste des ingrédients, poids, valeurs nutritionnelles pour 100 g).

Texte complet : <http://www.economie.gouv.fr/daj/recommandation-nutrition>

Recommandations nutritionnelles pour les personnes âgées – Version 1.0 juillet 2015

Cette fiche est dédiée aux décideurs, gestionnaires et acteurs de la restauration, de la distribution et du service. Elle tient compte des données de santé publique en précisant que **les personnes âgées sont pour la plupart à risque de dénutrition**.

L'objectif est de maintenir des apports suffisants en quantité, notamment en calories, protéines, calcium et micronutriments, par une grande diversité de l'alimentation, un apport quotidien de plusieurs fruits et légumes crus et souvent avec des adaptations nécessaires de texture, de présentation ou de service.

La formation des équipes doit constituer un impératif. Il est nécessaire que chaque structure dispose de personnes formées à la nutrition et à la qualité culinaire et hôtelière.

Les compétences d'un diététicien permettent de valider la densité nutritionnelle des repas et garantissent la bonne coordination de l'ensemble de la prestation, de la conception des menus jusqu'à la prise alimentaire.

Pour lutter contre la dénutrition, il convient en priorité de :

- Garantir des apports suffisants en énergie (1800 à 2000 Kcal/jour et au moins 30 Kcal/kg/jour) et en protéines (≥ 1 g/kg/jour) ;
- Améliorer la qualité des apports en protéines en privilégiant les protéines d'origine animale.

Pour atteindre les autres objectifs nutritionnels généraux, il est recommandé :

- D'augmenter les apports en calcium pour ralentir la fragilisation osseuse en privilégiant les produits riches en calcium ;
- De maintenir des apports en vitamines et fibres en augmentant la consommation de fruits et de légumes crus ;
- D'assurer des apports en eau suffisants (1 à 1,5 litre de boisson/jour) et réguliers tout au long de la journée pour prévenir la déshydratation.

Structure des repas :

- Le petit déjeuner comporte : une boisson, un aliment céréalier, un produit laitier et un fruit ou un jus de fruit
- Les déjeuners et diners sont constitués de 5 composants (entrée, plat protidique, garniture, produit laitier dont fromage, dessert) auxquels il faut ajouter le pain
- Le goûter est une nécessité nutritionnelle pour la personne âgée fragile (boisson + produit laitier et éventuellement un élément céréalier ou une préparation à base de fruits)