



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und  
Veterinärwesen BLV

Office fédéral de la sécurité alimentaire et  
des affaires vétérinaires OSAV

Ufficio federale della sicurezza alimentare e  
di veterinaria USAV

Standards de qualité suisses

# Guide pratique pour la promotion de la santé et de la durabilité en restauration collective

Domaine « Education »

En collaboration avec

  
**RADIX**  
Centre de compétences suisse  
en promotion de la santé et prévention



## **Impressum**

### **Éditeur**

Département fédéral de l'intérieur DFI  
Office fédéral de la sécurité alimentaire  
et des affaires vétérinaires OSAV

Case postale

CH-3003 Berne

Tél. +41 58 463 30 33

info@blv.admin.ch

osav.admin.ch

### **Date de publication**

Juin 2024

### **Versions linguistiques**

Cette publication est disponible en allemand,  
en français et en italien.

### **Version numérique**

Toutes les versions linguistiques de cette  
publication sont disponibles en format PDF  
sous [Standards de qualité suisses \(admin.ch\)](#)

### **Crédit photographique**

Office fédéral de la sécurité alimentaire et  
des affaires vétérinaires OSAV, Getty Images,  
Adobe Stock

### **Mise en page**

Les graphistes, Berne

### **Remarque**

Ce guide contient des liens qui vous permettent  
de naviguer rapidement entre les chapitres.  
Pour revenir à la page d'accueil, utilisez la com-  
binaison de touches «ALT + curseur gauche».

# Table des matières

<b>A Introduction</b>	<b>5</b>	<b>G Allergies et intolérances alimentaires</b>	<b>49</b>
A 1 Utilisation du guide	6	G 1 Allergies et intolérances alimentaires	50
<b>B Développement de la qualité des repas de midi</b>	<b>9</b>	G 2 Planification, achat, préparation, stockage	51
B 1 Cycle de développement de la qualité des repas	10	G 3 Organisation	52
B 2 Informations et soutien	12	G 4 Check-list Allergies et intolérances alimentaires	54
<b>C Organisation</b>	<b>14</b>	G 5 Baromètre de qualité – allergies et intolérances alimentaires	56
C 1 Check-list Organisation	17	G 6 Des chiffres aux actes – allergies et intolérances alimentaires	57
C 2 Baromètre de qualité – organisation	20	<b>H Collaboration avec les fournisseurs de repas</b>	<b>61</b>
C 3 Des chiffres aux actes – organisation	21	H 1 Un fournisseur de repas comme partenaire	62
<b>D Pédagogie</b>	<b>23</b>	H 2 Entretiens – préparation	63
D 1 Check-list Pédagogie	26	H 3 Déroulement de l’entretien	66
D 2 Baromètre de qualité – pédagogie	29	H 4 Check-list Collaboration avec les fournisseurs de repas	67
D 3 Des chiffres aux actes – pédagogie	30	<b>I Entretiens avec les parents, la direction de l’école et les enseignants</b>	<b>69</b>
<b>E Offre alimentaire</b>	<b>32</b>	I 1 Discussions conjointes autour d’une table	70
E 1 Check-list Offre alimentaire	35	I 2 Préparation de l’entretien	72
E 2 Baromètre de qualité – offre alimentaire	37	I 3 Déroulement de l’entretien avec les parents	73
E 3 Des chiffres aux actes – offre alimentaire	38	I 4 Déroulement de l’entretien avec les responsables d’établissement scolaire et les enseignants	74
<b>F Alimentation durable</b>	<b>40</b>	I 3 Check-list Entretiens avec les parents, la direction de l’école et les enseignants	75
F 1 Planifier les repas de manière durable	41		
F 2 Check-list Alimentation durable	44		
F 3 Baromètre de qualité – alimentation durable	46		
F 4 Des chiffres aux actes – alimentation durable	47		

# Avant-propos

## **Chers responsables et collaborateurs des structures d'accueil de jour pour enfants et adolescents, des écoles à horaire continu et d'accueils de midi encadrés,**

Un repas équilibré, durable et dans une ambiance agréable fait partie intégrante de la pause de midi des enfants et adolescents. C'est à ce moment-là qu'ils font le plein d'énergie pour le corps et l'esprit, tout en bénéficiant d'un encadrement pédagogique.

Le présent guide et les check-lists sont fondés sur les critères de qualité de la Confédération pour une restauration collective saine et durable.

Le guide vous permettra d'examiner de plus près les repas de midi que vous proposez. Vous pourrez ainsi identifier vos points forts et dans quels domaines vous améliorer.

Les check-lists vous aideront à mettre en place votre offre et à en contrôler régulièrement la qualité.

C'est vous et votre équipe qui décidez des points à vérifier et des aspects que vous souhaitez développer. Chaque pas, aussi petit soit-il, a son importance : examiner, définir les priorités, agir et persévérer.

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir et de succès !



Cornelia Conrad Zschaber

RADIX Fondation suisse pour la santé



Urs Stalder, responsable domaine nutrition

Office fédéral de la sécurité alimentaire  
et des affaires vétérinaires OSAV

# A Introduction



# A 1 Utilisation du guide

Le présent guide vous informe sur la manière d'organiser le repas de midi des enfants et des adolescents de manière savoureuse, équilibrée et durable dans une ambiance agréable.

Les enfants et adolescents consomment souvent leur repas de midi dans une structure d'accueil de jour pour enfants, d'une école à journée continue ou d'un accueil de midi. Les check-lists vous aident à aborder ou à approfondir le processus de qualité du repas de midi en prenant notamment en considération les prescriptions cantonales et communales, les spécificités locales et la population scolaire.

## Pourquoi ?

Un repas de midi équilibré, durable et relaxant fait partie intégrante de la pause de midi. Les enfants et adolescents y puisent l'énergie nécessaire à leur corps et à leur esprit. Un repas équilibré et durable, dégusté dans une ambiance agréable, enrichit le quotidien et pose une base précieuse pour l'acquisition de bonnes habitudes pour la santé.

## Pour qui ?

Les check-lists s'adressent principalement aux responsables et aux collaborateurs des structures d'accueil de jour pour enfants, des écoles à horaire continu et aux structures d'accueil de midi. Elles peuvent être utilisées, individuellement ou de façon combinée. La Check-list [Pédagogie](#) est destinée aux structures accueillant des enfants jusqu'à 12 ans, toutes les autres check-lists sont également destinées aux structures accueillant des adolescents.

D'autres outils sont disponibles pour les restaurants universitaires et les hautes écoles sous : [Standards de qualité suisses \(admin.ch\)](#).

Le repas de midi des enfants et adolescents s'organise différemment selon les cantons, les communes ou les villes et les écoles. Selon la taille et le mode de fonctionnement de l'établissement, un ou plusieurs collaborateurs sont chargés de diverses tâches, qui peuvent en partie se recouper. C'est pourquoi les listes de contrôle et le guide ne sont pas répartis par fonction. De manière générale, les critères et le présent guide s'adressent à la personne occupant le poste de direction ou aux responsables de domaines (restauration ou pédagogie).

## Quand ?

L'auto-évaluation à l'aide de check-lists simples est utile aussi bien à la mise en place d'une structure d'accueil ou d'un restaurant scolaire qu'à son développement permanent.

## Comment ?

Vous pouvez réaliser l'auto-évaluation individuellement ou en équipe, mais toujours sous la responsabilité de la direction. En impliquant tous les collaborateurs, vous pourrez vous féliciter des aspects positifs, puis définir et concrétiser ensemble les étapes suivantes.

## Et ensuite ?

Dans une phase ultérieure, vous pourrez par exemple continuer de développer l'organisation à la lumière du cadre QuinTaS (Qualité dans les écoles et les structures de jour ; cf. [page 10](#)). Le label national « Fourchette verte » offre en outre une certification pour l'alimentation équilibrée et un service de conseil pour les établissements labellisés.

## Implication des parties prenantes

Pour pouvoir agir sur la qualité, vous devez impérativement impliquer toutes les parties prenantes. En pratique, ce processus de coopération peut être organisé sous les formes les plus diverses. Il est donc mentionné dans toutes les check-lists par référence à la situation spécifique dont elles traitent.

## Égalité des chances

Il est important de tenir compte de la diversité dans les repas de midi. L'égalité des chances signifie que tout le monde doit interagir dans le respect d'autrui et avec les mêmes droits, indépendamment de l'origine sociale, culturelle, religieuse ou géographique, du sexe, d'un handicap ou du poids. Un grand nombre de disparités peuvent apparaître au cours d'un repas. Il arrive par exemple que certains enfants et adolescents ressentent une gêne s'ils ne connaissent pas les us et coutumes répandus à table ou que certains enfants et adolescents en surpoids n'osent pas manger sous le regard des autres. Les collaborateurs doivent gérer ces situations avec tact. En parallèle, ils doivent prendre en considération, lors du repas de midi, les capacités individuelles des enfants et adolescents (pédagogie de la diversité). Par exemple, en aidant davantage de façon discrète un enfant atteint d'une déficience de la motricité fine lorsqu'il mange ou se sert.

## Besoins nutritionnels particuliers

Certains enfants et adolescents ont une allergie ou une intolérance, doivent suivre un régime alimentaire spécial ou s'injecter de l'insuline par exemple. Or, ils souhaitent le plus souvent se fondre dans la masse. Ils doivent donc avoir la possibilité de prendre un repas agréable, l'esprit tranquille, en compagnie des autres et obtenir l'aide nécessaire en toute discrétion. Une information transparente est également utile. Il s'agit d'une charge de travail supplémentaire, qui peut uniquement être assurée sur présentation d'un certificat médical à jour. Il convient d'examiner avec les parents la contribution respective que peuvent apporter la structure, le restaurateur et les parents. Les responsables veillent pour leur part à l'encadrement général pendant le repas de midi. Il peut être utile de consulter un diététicien reconnu (BSc en Nutrition et diététique) au sujet de la mise en œuvre et de prendre contact avec des institutions spécialisées (cf. à ce sujet [p. 12](#)).

## Alimentation durable

Ce que nous mangeons n'influence pas uniquement notre santé personnelle et notre bien-être : notre alimentation a aussi des répercussions pour l'environnement, l'économie, la société et le bien-être des animaux. À travers nos choix dans nos achats ou dans les services de restauration extérieurs (p. ex. au restaurant), nous exerçons une influence, consciemment ou non, sur l'environnement, les êtres humains et les animaux. Avec une alimentation durable, nous pouvons produire un effet positif. Manger et boire de manière durable, c'est opter pour des aliments sains, qui respectent l'environnement et les ressources et sont produits dans des conditions équitables et dans le respect des animaux. Dans le même ordre d'idées, il faut éviter autant que possible le gaspillage alimentaire.

**Dans le domaine pédagogique,** le projet « Manger ensemble » du Service PEP (cf. [page 12](#) pour plus de détails) est également utile. Les services spécialisés des villes, des communes, des cantons et des hautes écoles pédagogiques peuvent aussi fournir une aide précieuse. Il est judicieux de se renseigner sur place.





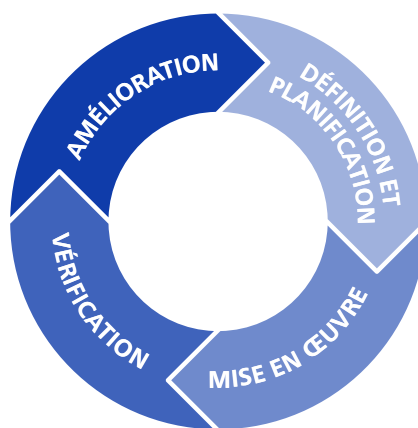
# B Développement de la qualité des repas de midi



# B 1 Cycle de développement de la qualité des repas

Vous trouverez ci-après, à titre d'exemple, une méthode que vous pouvez appliquer si vous souhaitez améliorer la qualité de vos repas de midi. Inspirée du cadre QuinTaS (Qualité dans les écoles et les structures de jour), cette proposition respecte les modèles courants de gestion de la qualité : planifier, mettre en œuvre, vérifier et améliorer. Vous pouvez vous appuyer sur le cercle vertueux du développement, d'une part, pour créer une structure d'accueil ou un restaurant scolaire et, d'autre part, pour accroître en permanence sa qualité.

**Cycle de développement simplifié d'après le cadre QuinTaS (Brückel et al., 2017)**



## Définition et planification

### Recherche commune de sens et de valeurs au sein de l'équipe

Le mieux est de réfléchir et de discuter ensemble de ce que signifie la qualité pour vous. Les questions suivantes peuvent vous y aider :

- Quelle est ma conception d'un « bon » repas de midi ?
- Quelles sont les attentes des enfants et adolescents, des parents, des autorités, des responsables d'établissements et des enseignants ?
- Quels sont les éléments que j'estime essentiels pour mon travail ?

Ces questions peuvent également être discutées dans le cadre du développement scolaire et du déploiement d'un système d'accueil de jour. Faites intervenir les enfants et adolescents ainsi que les partenaires, comme les parents, les responsables d'établissements et le corps enseignant dans cette démarche ciblée.

### Point sur la situation et définition des objectifs

Les check-lists vous permettent d'évaluer la situation existante. Les check-lists relatives à l'organisation, à l'offre alimentaire, à la pédagogie, à l'alimentation durable et aux allergies et intolérances alimentaires contiennent chacune un tableau à compléter. Il peut

vous servir à fixer des priorités et définir des objectifs, des mesures et des repères pour le contrôle. Les deux autres listes ne contiennent pas de tableau, mais de nombreuses recommandations sur la gestion des entretiens. Jugez vous-même de la qualité de votre offre à l'aide des check-lists et déterminez les évolutions possibles.

## Obtention d'informations et de soutien

Une fois que vous vous serez entendus sur des objectifs réalistes, de plus amples informations, un conseil, une certification ou un échange avec d'autres structures et restaurants pourront vous aider à aller plus loin. Davantage d'informations et d'explications sont disponibles dans les check-lists respectives et à la [page 12](#) du présent guide.

## Planification à long terme

Les conclusions peuvent finalement être intégrées à des stratégies de développement à long terme de l'établissement (plans annuels, entretiens avec les collaborateurs, etc.).

## Mise en œuvre

Plus les objectifs, les possibilités et les limites seront clairs, plus il vous sera facile de les mettre en œuvre. L'opération peut être réalisée en deux étapes : d'abord, de nombreuses erreurs sont encore commises, dans une sorte d'expérimentation, puis elles sont corrigées.

À terme, les erreurs sont rares et l'amélioration fait partie de la routine quotidienne. Les formations et les conseils peuvent être très utiles pour la mise en œuvre.

## Vérification

En vue de l'amélioration continue de la qualité, il est primordial de marquer régulièrement une pause pour observer la situation existante et discuter. Cela peut être réalisé par le biais d'une auto-évaluation à l'aide des check-lists. Le label national pour une alimentation équilibrée « Fourchette verte » dispose d'une commission externe à cette fin. Les besoins des autorités et des structures d'accueil de jour doivent être pris en considération. Privilégiez la participation des enfants et adolescents ainsi que des partenaires, comme les parents, les responsables d'établissements et les enseignants au contrôle.

C'est le moment de célébrer les réussites !

Un petit « cérémonial » peut être organisé pour fêter l'estime que l'on se porte mutuellement et le plaisir à s'engager ensemble sur la voie du succès. Il peut par exemple prendre la forme d'un apéritif ou d'une sortie d'équipe.

## Amélioration

Beaucoup de choses peuvent changer : les collaborateurs, les enfants et adolescents qui fréquentent la structure ou le restaurant, les valeurs, les prescriptions, les collaborations, etc. Vous devez donc veiller à accroître la qualité en permanence et, pour ce faire, vous pouvez mettre en évidence et cultiver vos atouts dans un mécanisme conscient. Les check-lists vous aideront également à y parvenir.

## B 2 Informations et soutien

Remarque : les organismes spécialisés cantonaux, communaux ou municipaux fournissent couramment des documents utiles, des conseils et des propositions. Le fournisseur de repas peut aussi offrir un soutien. Renseignez-vous sur place.

### Alimentation

Schweizer Verband für Spital-, Heim- und Gemeinschaftsgastronomie SVG : [www.svg.ch](http://www.svg.ch)

Disque alimentaire suisse de la Société suisse de nutrition pour l'alimentation des enfants de 4 à 12 ans : [www.sge-ssn.ch/fr/ecole-et-formation/enseignement/materiel-didactique/disque-alimentaire](http://www.sge-ssn.ch/fr/ecole-et-formation/enseignement/materiel-didactique/disque-alimentaire)

Pyramide alimentaire suisse et recommandations alimentaires de la Société suisse de nutrition pour l'alimentation des adolescents à partir de 13 ans et des adultes : [www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/equilibre-alimentaire/pyramide-alimentaire-suisse](http://www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/equilibre-alimentaire/pyramide-alimentaire-suisse)

Assiette optimale de la Société suisse de nutrition : [www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/equilibre-alimentaire/assiette-optimale](http://www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/equilibre-alimentaire/assiette-optimale)

Recommandations sur l'alimentation des enfants de la Société suisse de nutrition : [www.sge-ssn.ch/media/Feuille\\_d\\_info\\_alimentation\\_des\\_enfants\\_2017\\_2.pdf](http://www.sge-ssn.ch/media/Feuille_d_info_alimentation_des_enfants_2017_2.pdf)

Alimentation durable, Société suisse de nutrition : [www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/equilibre-alimentaire/foodprints](http://www.sge-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/equilibre-alimentaire/foodprints)

Brochure de base « Fourchette verte – Ama Terra » : [www.fourchetteverte.ch/#amaterra](http://www.fourchetteverte.ch/#amaterra)

Inspection des denrées alimentaires/chimistes cantonaux : [www.kantonschemiker.ch](http://www.kantonschemiker.ch)

### Besoins nutritionnels particuliers

- Allergies et intolérances alimentaires : [www.aha.ch](http://www.aha.ch)
- Diabète : [www.diabetesschweiz.ch/fr](http://www.diabetesschweiz.ch/fr)
- Association obésité de l'enfant et de l'adolescent : [www.akj-ch.ch/fr](http://www.akj-ch.ch/fr)
- Intolérance au gluten (coeliakie) : [www.coeliakie.ch](http://www.coeliakie.ch)
- MyHandicap : [www.myhandicap.ch/fr](http://www.myhandicap.ch/fr)
- PEP – Prévention concrète des troubles alimentaires : [www.pepinfo.ch](http://www.pepinfo.ch) > Projets
- Société suisse de nutrition : [www.sge-ssn.ch](http://www.sge-ssn.ch) > Alimentation et maladie

### Pédagogie

Thea Rytz et Sophie Frei, PEP – Gemeinsam Essen, Ess- und Tischkultur in Tagesschulen (Manger ensemble, Culture de l'alimentation et de la table dans les écoles de jour) : [www.pepinfo.ch](http://www.pepinfo.ch)

[www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php](http://www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php)

Gätjen, Edith (2016). Mit Kindern essen. Gemeinsam genießen in der Familienküche (Manger avec les enfants. Le plaisir en commun dans la cuisine familiale). Wiesbaden : Verbraucher-Zentrale NRW

Juul, Jesper (2016). Was gibt's heute? Gemeinsam essen macht Familie stark (On mange quoi ce soir ? Une famille plus forte grâce aux repas communs). 8<sup>e</sup> édition. Weinheim & Basel : Beltz

Ellrott, Thomas (2007). Wie Kinder essen lernen. (Comment les enfants apprennent à manger) Ernährung – Wissenschaft und Praxis 1 (Alimentation – Science et pratique 1), cahier 4, pp. 167-173 [link.springer.com/article/10.1007/s12082-007-0041-3](http://link.springer.com/article/10.1007/s12082-007-0041-3)

### **Structures d'accueil de jour/écoles**

Frank Brückel, Reto Kuster, Luzia Annen, Susanna Larcher (2017), Qualität in Tagesschulen/ Tagesstrukturen (QuinTaS) [La qualité dans les écoles et les structures de jour (QuinTaS)] : HEP Verlag

Manuel des normes QualiIPE : voir les 8 domaines du développement de la qualité : [www.quali-ipe.ch](http://www.quali-ipe.ch)

### **Conseil**

Certification et accompagnement pour une alimentation équilibrée avec « Fourchette verte » : [www.fourchetteverte.ch](http://www.fourchetteverte.ch)

Association suisse des diététicien-ne-s : [www.svde-asdd.ch/fr/chercher-un-e-dieteticien-ne](http://www.svde-asdd.ch/fr/chercher-un-e-dieteticien-ne)

Formation continue des équipes, Supervision sur l'éducation et la pédagogie concernant les repas communs dans les structures de jour : PEP – Manger ensemble : [www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php](http://www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php)

Service d'information de la Société suisse de nutrition : [www.sge-ssn.ch/fr/service-dinformation](http://www.sge-ssn.ch/fr/service-dinformation)

Conseils pour la création et le développement d'une organisation dans les structures de jour : voir les offres correspondantes des hautes écoles pédagogiques.

### **Documents disponibles**

Guide d'utilisation des check-lists

Check-list [Organisation](#)

Check-list [Pédagogie](#)

Check-list [Offre alimentaire](#)

Check-list [Alimentation durable](#)

Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#)

Check-list [Collaboration avec les fournisseurs de repas](#)

Check-list [Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants](#)

# C Organisation



## Conception de la conduite

L'organisation et la direction de la structure ou du restaurant exercent une grande influence sur la promotion de la santé auprès des enfants et adolescents ainsi que des collaborateurs. Diriger une structure d'accueil ou un restaurant scolaire est une lourde responsabilité. Les dirigeants doivent bien sûr être au bénéfice d'une qualification professionnelle appropriée, mais aussi gagner la confiance de toutes les parties prenantes et faire preuve d'empathie, de dynamisme, de reconnaissance et d'engagement pour une bonne ambiance. La structure ou le restaurant doit être un lieu où chacun aime vivre, manger et travailler. Pour y arriver, vous devez réunir certaines conditions élémentaires, par exemple, en répartissant clairement les tâches, en privilégiant un dialogue régulier et en veillant à une bonne communication ou à une bonne mise en réseau. Une étroite collaboration avec l'école est en outre importante pour parvenir à avoir une conception commune de l'alimentation et de la pédagogie.

## Collaboration avec l'école

Il est important pour les enfants qu'il y ait une compréhension commune de l'alimentation et de la pédagogie au sein de l'ensemble de la structure. Les horaires des différentes classes, l'organisation des repas et les offres de repas doivent être bien coordonnés, en particulier dans les grandes structures. Afin de calmer la faim et l'excitation entre la dernière leçon et le début du repas, des crudités peuvent par exemple être proposés à la fin de la leçon ou être mis à disposition sur les tables de la structure d'accueil.

## Infrastructure

L'aménagement et l'équipement des locaux influencent également la qualité et la satisfaction des enfants et adolescents ainsi que des collaborateurs. Ces aspects, par exemple l'espace nécessaire, relèvent de la responsabilité de l'instance organisatrice (autorité, école, association, etc.).

## Développement de l'organisation et attitude

L'instauration d'une attitude professionnelle pédagogique et d'une ambiance agréable est un pilier essentiel. Toutes les parties prenantes sont supposées contribuer au développement permanent et forger une attitude commune. Cette dernière peut ensuite être observée et ressentie lors des repas de midi.

## Développement du personnel

Les dirigeants et les responsables de la restauration et de la pédagogie façonnent la qualité et la conception de la qualité. Avec une bonne formation initiale et continue, les collaborateurs peuvent accomplir correctement leurs tâches. Le suivi régulier de cours est donc primordial : ils consolident les compétences et améliorent la satisfaction et la motivation du personnel et de toutes les parties prenantes.

## Hygiène

Les normes d'hygiène doivent absolument être respectées dans toute structure ou restaurant et intégrées à la routine quotidienne aux niveaux structurel et organisationnel. La loi fédérale sur les denrées alimentaires et les objets usuels en constitue la base et le contrôle des normes d'hygiène relève de la compétence des cantons, voir Association des chimistes cantonaux de Suisse ([kantonschemiker.ch](http://kantonschemiker.ch)).

## Protection de la santé

Pour tout ce qui concerne les repas de midi, la responsabilité de la protection de la santé et de la sécurité au travail incombe à l'instance de direction suprême (autorité, direction de l'école, comité directeur de l'association, etc.). Si les repas de midi font partie de la structure scolaire ou communale, ils doivent être intégrés dans les concepts qui les concernent. La directive CFST n° 6508, « Directive MSST », énonce les obligations de l'employeur et détermine le recours à des spécialistes chargés d'évaluer les risques sur le lieu de travail.

Les bases pour la protection de la santé sont la loi sur le travail et ses ordonnances, ainsi que la loi sur l'assurance-accidents et l'ordonnance sur la prévention des accidents. La directive MSST de la Commission fédérale de coordination pour la sécurité au travail (CFST) peut être téléchargée sur le site [www.ekas.admin.ch](http://www.ekas.admin.ch).



# C 1 Check-list Organisation

Cette liste de contrôle vous permet de vérifier si les conditions-cadres pour le repas de midi des enfants et adolescents sont remplies. C'est en principe la tâche de la direction. Selon le canton et la commune, différentes réglementations doivent être respectées. Dans le but de pouvoir proposer un repas de midi de qualité, il est essentiel que toutes les parties concernées soient impliquées dans la planification, la mise en œuvre et l'évaluation.

Il y a des défis d'organisation spécifiques pour les structures servant plus de 40 repas par service et/ou par salle. Ils sont pris en considération dans cette Check-list Organisation ci-dessous, de manière à ce que ces aspects n'influencent pas l'évaluation globale.

Il y a des critères que vous ne pouvez pas influencer vous-même. Déterminez le potentiel d'amélioration et discutez de ces points avec votre supérieur afin de trouver une solution.

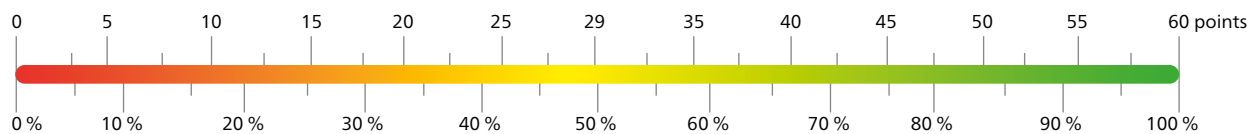
	Vrai	En partie vrai	Faux
<b>Infrastructure</b>			
L'espace est suffisant et les appareils disponibles sont adéquats pour cuisiner soi-même ou terminer de préparer les repas livrés (plaques de cuisson, four, réfrigérateur, steamer, lave-vaisselle efficient, etc.).			
La zone de repas est lumineuse, aérée régulièrement, conviviale et accueillante (fenêtres, éclairage, choix des couleurs, décoration des tables et vue dégagée sur toute la surface).			
L'espace est aménagé de façon à ce que le bruit et l'écho soient amortis (sols, plafond, parois, séparation des locaux, pieds des chaises, etc.).			
Les tables et les sièges sont adaptés aux enfants et adolescents de différentes tailles. Ils ont assez de place et l'espace entre les tables est également suffisant.			
Les enfants et adolescents ont la possibilité de se laver les mains et de se brosser les dents après le repas.			
Il existe des installations permettant le tri sélectif des déchets (PET, verre, aluminium, papier, carton, huiles usagées et compost).			
La répartition de l'espace permet de séparer les parties pour créer une atmosphère agréable (cloisons, différentes pièces, etc.)			
Les plats sont présentés de manière attrayante, bien visibles et accessible pour les enfants.			
Les crudités et les salades sont servies séparément, de préférence avant un repas chaud.			
<b>Développement de l'organisation et attitude</b>			
Un concept de restauration est défini. Vous planifiez vos menus à l'aide de la Check-list Offre alimentaire (préparation des repas sur place ou livraison par un fournisseur de repas). Les collaborateurs discutent du concept et le mettent en œuvre de façon uniforme.			
Un concept pédagogique est défini pour les enfants au sujet du repas. La direction fixe le cadre applicable. Les collaborateurs discutent du concept et le mettent en œuvre de façon uniforme.			

	Vrai	En partie vrai	Faux
La responsabilité des personnes encadrantes, l'accueil et les absences sont organisés de manière à prévenir les erreurs (p.ex. les menus spéciaux) et à respecter le devoir de surveillance.			
Vous utilisez la Check-list Offre alimentaire pour formuler vos exigences à l'égard du fournisseur de repas et des achats. Ce faisant, vous veillez à la durabilité (prix, environnement, commerce équitable ou production respectueuse des animaux).			
Vous évitez le gaspillage de denrées alimentaires. Les mesures y afférentes font partie intégrante des concepts relatifs à la restauration et à la pédagogie.			
La direction et les collaborateurs discutent régulièrement de la restauration, de la durabilité et de la culture de la table. Ils contrôlent les mesures appliquées et les adaptent.			
Vous écoutez les collaborateurs, les enfants et adolescents ainsi que les parents lorsque vous planifiez les menus et, dans la mesure du possible, vous tenez compte de leurs souhaits.			
Toutes les parties concernées (y compris les parents, les enseignants et les responsables d'établissement) peuvent consulter les menus planifiés. Ils sont affichés de façon bien visible dans les locaux et, si possible, également publiés sur le site internet.			
Des personnes de contact sont définies. Elles sont à disposition pour informer et répondre aux questions des enfants et adolescents, des parents, du responsable d'établissement, des enseignants et des autorités au sujet des concepts de la restauration et de la pédagogie.			
Vous consultez régulièrement les collaborateurs, les enfants et adolescents, les parents, les autorités, la direction de l'école et les autres parties prenantes sur leur degré de satisfaction. Vous discutez de leurs préoccupations et, dans la mesure du possible, vous appliquez leurs remarques.			
L'entité responsable de la mise en œuvre d'un régime alimentaire prescrit par un médecin est définie (canton, commune, école ou restaurant). Tous les collaborateurs sont informés et formés.			
Il y a suffisamment de temps à disposition avant et après le repas de midi. L'âge des enfants doit être pris en considération dans la planification de ce temps.			
Les collaborateurs respectent rigoureusement l'interdiction légale d'atteinte à l'intégrité physique, sexuelle, culturelle et religieuse et ils adoptent une réaction ferme s'ils constatent une violation de cette interdiction.			
<b>Développement du personnel</b>			
Vous avez consigné par écrit les exigences professionnelles imposées aux collaborateurs. Vous tenez compte de ces critères pour le recrutement de nouveaux collaborateurs.			
Les collaborateurs sont tenus de suivre régulièrement des formations sur la nutrition, la durabilité, la pédagogie, la prise en charge des enfants et adolescents, l'hygiène et la sécurité. Il existe un concept de formation pour les nouveaux collaborateurs.			
<b>Hygiène</b>			
Les enfants et adolescents se lavent les mains avant de manger et se brossent les dents après le repas.			
Les locaux de préparation et de repas, les surfaces, les tables et les chaises doivent être facilement et rapidement nettoyés. Vous les nettoyez soigneusement après chaque service, respectivement chaque repas de midi.			

	Vrai	En partie vrai	Faux
Vous connaissez l'Ordonnance du DFI sur l'hygiène dans les activités liées aux denrées alimentaires. Il existe un concept d'hygiène comprenant un autocontrôle (concept HACCP).			
<b>Protection de la santé</b>			
Les soins médicaux rapides sont garantis (formation continue des collaborateurs)			
Tous les collaborateurs connaissent la pharmacie de premiers secours, les interlocuteurs et les numéros de téléphone à appeler en cas d'urgence.			
La structure d'accueil ou le restaurant scolaire est organisé de telle sorte que les dispositions relatives à la sécurité au travail et à la protection de la santé sont respectées. En particulier, la directive MSST n° 6508 est appliquée (voir guide).			
<b>Auto-évaluation</b>			
Vous pouvez à présent calculer votre nombre de points. Comptez 2 points pour chaque réponse « vraie » et 1 point pour chaque réponse « en partie vraie ». N'ajoutez aucun point pour les réponses « faux ».			
<b>Points totaux</b>			

## C 2 Baromètre de qualité – organisation

Pour procéder à l'auto-évaluation, reportez sur le baromètre de qualité le nombre de points obtenus :



Le résultat correspond-il à vos attentes ?	
Quand prévoyez-vous la prochaine auto-évaluation ?	
Quel est votre objectif lors de la prochaine auto-évaluation ?	

Complété le : \_\_\_\_\_ par : \_\_\_\_\_

### Commentaires

## C 3 Des chiffres aux actes – organisation

- Quels points forts pouvez-vous mettre en évidence ?
- Quels aspects pouvez-vous améliorer ?

	Objectif 1	Objectif 2
<b>Que souhaitons-nous changer ?</b> (Objectifs de qualité)		
<b>A quoi pouvons-nous observer les changements ?</b> (Indicateurs)		
<b>Comment souhaitons-nous réaliser les changements ?</b> (Mesures)		
<b>Quand et comment mesurons-nous les changements ?</b> (Évaluation)		

## **Auteurs**

Cornelia Conrad Zschaber, RADIX Fondation suisse pour la santé

Ute Bender, Haute école spécialisée de la Suisse du Nord-Ouest, Haute école pédagogique, Santé et économie familiale

Esther Jost/Charlotte Weidmann, Société suisse de nutrition SSN

Contact : Cornelia Conrad Zschaber, [conrad@radix.ch](mailto:conrad@radix.ch)

## **Informations et soutien**

Il est judicieux de se renseigner pour savoir si les services spécialisés cantonaux, communaux ou municipaux, les fédérations ou les hautes écoles pédagogiques proposent un soutien sur le terrain.

Conseils des hautes écoles pédagogiques pour le développement d'organisations (offres individuelles, y compris au niveau des cantons).

Contrôle des denrées alimentaires/hygiène, cf. Association des chimistes cantonaux de Suisse : [www.kantonschemiker.ch](http://www.kantonschemiker.ch)

Spécialistes de la sécurité et santé au travail : [www.ekas.ch/index-fr.php?frameset=26](http://www.ekas.ch/index-fr.php?frameset=26)

## **Documents disponibles**

Guide d'utilisation des check-lists

Check-list [Organisation](#)

Check-list [Pédagogie](#)

Check-list [Offre alimentaire](#)

Check-list [Alimentation durable](#)

Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#)

Check-list [Collaboration avec les fournisseurs de repas](#)

Check-list [Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants](#)

# D Pédagogie



## Idée de base

La Check-list **Pédagogie** repose sur l'idée de base selon laquelle une ambiance agréable pendant le repas a autant d'importance que le menu qui est proposé.

## Manger avec d'autres personnes

Dans un premier temps, un repas de midi commun, en présence de nombreux enfants et adolescents, constitue pour la majorité une expérience nouvelle. La pédagogie joue un grand rôle pour les enfants jusqu'à 12 ans (fin du cycle primaire). Le repas commun pour les adolescents (degrés secondaire I) représente d'autres défis en termes d'accompagnement et les professionnels de l'éducation spécialisée et/ou du travail avec les jeunes sont sollicités. Les présents standards de qualité s'adressent aux structures qui accueillent des enfants jusqu'à environ 12 ans.

## Organiser ensemble la pause de la mi-journée

Dès qu'un repas organisé est pris en commun plusieurs fois par semaine, des règles et des rituels sont indispensables. Certains enfants et adolescents n'y sont pas habitués et chacun arrive à table avec ses propres expériences ou idées préconçues. Élaborez des règles et des rituels avec l'ensemble des personnes concernées et passez un accord de façon à ce que ces dispositions profitent à tous. Si les enfants et adolescents peuvent jouer un rôle actif en apportant leur pierre à l'édifice, ils respectent les règles et les rituels avec une plus grande constance, de sorte que les repas se déroulent dans le calme pour tous. Ce procédé permet également d'instaurer des règles de prime abord différentes, comme l'obligation d'éteindre son téléphone portable.

Le repas de midi commun offre aux enfants et adolescents une pause importante, qui représente une coupure dans le temps d'enseignement.

À la différence de ce qui prévaut en classe, les enfants et adolescents peuvent bavarder, se détendre et rire entre eux pendant qu'ils mangent.

## Favoriser le plaisir et la santé

Composez les menus de façon à ce qu'ils correspondent aux exigences d'une alimentation adaptée aux besoins. Chacun pourra ainsi apprécier les repas sereinement. Veillez néanmoins à ne pas couper l'appétit, par exemple avec un discours moralisateur et des arguments santé faisant intervenir des notions nutritionnelles comme les vitamines ou les calories. Vous éduquez seulement les enfants et adolescents à l'alimentation en faisant fonction de modèle, dans un esprit convivial. Soutenez les enfants en les motivant, sans les forcer, à goûter les aliments qu'ils ne connaissent pas.



## Les collaborateurs ont une attitude exemplaire

Ils endossent un rôle de « modèles de l'alimentation ». Cette règle s'applique à leur conduite pendant les repas, à ce qu'ils mangent et à la manière dont ils le mangent, ou encore à la façon dont ils parlent avec les enfants et adolescents.

Souvent, ces derniers imitent ce qu'ils voient et ce qu'ils entendent. Plus que toute prescription ou tout avertissement, c'est donc ce que les collaborateurs font concrètement et ce qu'ils incarnent qui compte.

## Gérer la nourriture

Certains adultes ont reçu une éducation dans laquelle les aliments étaient utilisés dans un tout autre objectif qu'un plaisir sain, servant de récompense ou étant associés à une contrainte, par exemple. Aujourd'hui, il est toutefois avéré que les enfants peuvent acquérir dans ce cas des habitudes alimentaires qui leur enlèvent tout plaisir de la table et les empêchent d'être à l'écoute de leur corps. Vous devez par conséquent éviter ce type d'éducation par l'alimentation lors des repas de midi et laisser aux enfants et adolescents le plus grand pouvoir de décision possible sur leurs repas.

# D 1 Check-list Pédagogie

La présente check-list a pour but de permettre aux enfants, aux adolescents et adultes de manger ensemble de manière agréable et détendue. Dans le but de pouvoir proposer un repas de qualité, il est essentiel que toutes les parties concernées soient impliquées dans la planification, la mise en œuvre et l'évaluation. Le repas doit être agréable pour toutes les personnes qui y participent. Cette check-list vous aide à y parvenir.

Des défis particuliers se posent pour les structures qui accueillent plus de 40 enfants par salle et/ou pour celles qui accueillent des enfants avec une grande différence d'âge. Ces défis sont pris en compte dans cette check-list.

La Check-list Pédagogie est adaptée aux enfants jusqu'à la fin du cycle primaire. Dans l'encadrement des adolescents (secondaire I), les critères peuvent servir d'inspiration pour une adaptation à l'âge. En outre, d'autres approches de la prise en charge sont nécessaires pour les adolescents, par exemple la coopération avec les professionnels du travail avec les jeunes peut être utile.

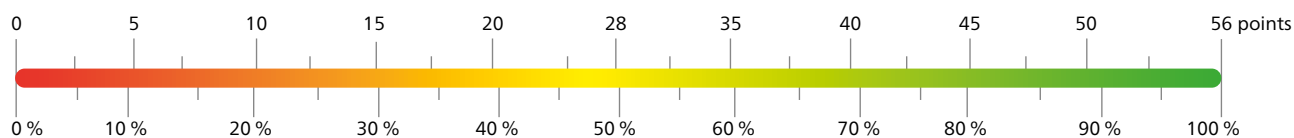
	Vrai	En partie vrai	Faux
<b>Comportement des collaborateurs</b>			
Le ton sur lequel les collaborateurs s'adressent aux enfants et adolescents est courtois, honnête et bienveillant.			
Si les collaborateurs mangent avec les enfants et les adolescents, leur repas est identique. Les intolérances sont prises en compte autant que possible.			
Les collaborateurs favorisent l'autonomie des enfants et les encouragent dans ce sens.			
Les collaborateurs se tiennent selon les possibilités près des enfants ayant des besoins d'aide particuliers (éventuellement laisser une place par table par collaborateur).			
Les enfants et adolescents sont accompagnés lorsqu'ils se servent. Par exemple : les collaborateurs les aident pour la taille des portions et la reconnaissance de la satiété, ils les informent sur le repas et les invitent à goûter les aliments sans les forcer. Si les enfants se servent eux-mêmes, des couverts (pour le service) plus petits sont à disposition.			
En cas d'incident, les collaborateurs réagissent en fournissant un soutien et dans le calme.			
Les collaborateurs aident les enfants ayant des besoins alimentaires particuliers (pour une raison médicale ou culturelle) dans la discrétion, mais avec attention.			
Les collaborateurs ont conscience qu'ils ont un rôle de modèle et qu'ils doivent adopter un comportement alimentaire adéquat.			
Les collaborateurs appliquent une culture commune des repas, ce qui implique, par exemple, qu'ils respectent les règles et les rituels convenus et qu'ils discutent avec les enfants, et pas seulement entre eux.			
Les collaborateurs acceptent le fait que lors d'un repas de midi qui réunit un certain nombre d'enfants, l'ambiance est souvent plus bruyante et plus agitée que lors d'un repas dans un cercle familial.			
Les collaborateurs façonnent une culture de la conversation plaisante.			

	Vrai	En partie vrai	Faux
<b>Gestion des règles et des rituels</b>			
Les règles (p. ex. bonnes manières à table) et les rituels instaurés pour le repas de midi poursuivent l'objectif que les enfants puissent profiter d'un repas agréable, bavarder et se détendre avant la reprise des cours.			
Les règles et les rituels sont bien acceptés par tous les collaborateurs. Vous pouvez les justifier objectivement. Les phrases comme « parce qu'on fait ainsi » ou « parce que cela se passe comme ça en famille » ne suffisent pas.			
Les règles (p. ex. bonnes manières à table) et les rituels pertinents et peu nombreux contribuent utilement à un bon esprit de communauté. Ils sont régulièrement contrôlés au bénéfice du groupe d'enfants et ajustés si nécessaire.			
Les enfants qui se comportent de manière inappropriée sont rappelés à l'ordre. Une discussion prend place avec eux.			
<b>Gestion des repas</b>			
Manger est une source de plaisir. L'alimentation assure la santé et les capacités d'une personne et ne peut être détournée pour d'autres objectifs (p. ex. comme récompense ou consolation).			
Les plats proposés sont accessibles à tous : vous n'interdisez pas un aliment que les enfants et adolescents apprécient (p. ex. dessert) pour les punir (p. ex. lorsqu'ils ne finissent pas leur assiette ou ne goûtent pas tout).			
Vous encouragez les enfants et adolescents à faire preuve de curiosité à l'égard de la nourriture et à découvrir ce qu'ils ne connaissent pas. Vous les invitez à goûter sans les forcer.			
Vous aidez les enfants à apprendre à évaluer leur faim et à se servir en conséquence. Les enfants peuvent se servir plusieurs fois de petites portions.			
Les enfants peuvent s'arrêter de manger quand ils n'ont plus faim. Ils ne doivent pas obligatoirement finir leur assiette.			
Les enfants peuvent choisir le rythme auquel ils mangent. Si plusieurs services sont prévus, il convient de répartir les enfants selon l'âge et/ou selon le rythme auquel ils mangent.			
<b>Organisation autour de la table</b>			
La pause de midi est destinée au repas, mais aussi à l'activité physique et à d'autres formes de détente. Ces différents moments doivent être clairement délimités.			
Durant la matinée, il est communiqué suffisamment tôt aux collaborateurs de quel groupe ils sont responsables. Les collaborateurs saluent chacun des enfants et prennent congé d'eux (devoir de surveillance).			
L'équipe décide si les enfants peuvent choisir leur place ou si elles sont attribuées. L'une ou l'autre possibilité est à privilégier en fonction de la situation.			
Le repas de midi est organisé d'une telle façon que les enfants se sentent bien et que l'atmosphère agréable soit favorisée (p. ex. en divisant une grande salle en plusieurs parties).			
Le repas de midi favorise les contacts sociaux et l'intégration. Les compétences sociales et personnelles des enfants sont encouragées (p. ex. mettre une partie des plats ou tous les plats sur la table).			
La participation des enfants et adolescents est souhaitée : ils peuvent apporter une aide (p. ex. servir, débarrasser ou essuyer les tables).			

	Vrai	En partie vrai	Faux
<b>Auto-évaluation</b>			
<p>Vous pouvez à présent calculer votre nombre de points.</p> <p>Comptez 2 points pour chaque réponse « vraie » et 1 point pour chaque réponse « en partie vraie ». N'ajoutez aucun point pour les réponses « faux ».</p>			
<b>Points totaux</b>			

## D 2 Baromètre de qualité – pédagogie

Pour procéder à l'auto-évaluation, reportez sur le baromètre de qualité le nombre de points obtenus :



Le résultat correspond-il à vos attentes et aux possibilités de votre organisme ?	
Quand prévoyez-vous la prochaine auto-évaluation ?	
Quel est votre objectif lors de la prochaine auto-évaluation ?	

Complété le :                      par :

### Commentaires

## D 3 Des chiffres aux actes – pédagogie

- Quels points forts pouvez-vous mettre en évidence ?
- Quels aspects pouvez-vous améliorer ?
- L'alimentation est une affaire personnelle et les attentes placées dans la nourriture et les repas sont étroitement liées aux désirs et aux idéaux de chacun, mais aussi à ses habitudes. Avez-vous pris conscience de vos désirs, de vos idéaux et de vos habitudes ?
- Comment vos attentes se combinent-elles avec les attentes des autres parties impliquées et la situation globale effective sur le terrain ?

	Objectif 1	Objectif 2
<b>Que souhaitons-nous changer ?</b> (Objectifs de qualité)		
<b>A quoi pouvons-nous observer les changements ?</b> (Indicateurs)		
<b>Comment souhaitons-nous réaliser les changements ?</b> (Mesures)		
<b>Quand et comment mesurons-nous les changements ?</b> (Évaluation)		

## **Auteurs**

Ute Bender, Haute école spécialisée de la Suisse du Nord-Ouest, Haute école pédagogique, Santé et économie familiale

Thea Rytz, Service PEP – Prévention concrète des troubles alimentaires

Cornelia Conrad Zschaber, RADIX Fondation suisse pour la santé

Esther Jost/Charlotte Weidmann, Société suisse de nutrition SSN

Contact : Cornelia Conrad Zschaber, [conrad@radix.ch](mailto:conrad@radix.ch)

## **Informations et soutien**

Il est judicieux de se renseigner pour savoir si les services spécialisés cantonaux, communaux ou municipaux, les fédérations, les hautes écoles pédagogiques ou les directions d'établissements et les enseignants proposent un soutien.

PEP – Gemeinsam Essen, Ess- und Tischkultur in Tagesschulen (Manger ensemble, Culture de l'alimentation et de la table dans les écoles de jour), Thea Rytz et Sophie Frei :

[www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php](http://www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php)

Formation continue des équipes, Supervision sur l'éducation et la pédagogie concernant les repas communs dans les structures de jour : PEP – Manger ensemble : [www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php](http://www.pepinfo.ch/de/Projekte-PEP/projekt-8-12-jaehrige-kinder/pep-gemeinsam-essen.php)

## **Documents disponibles**

Guide d'utilisation des check-lists

Check-list [Organisation](#)

Check-list [Pédagogie](#)

Check-list [Offre alimentaire](#)

Check-list [Alimentation durable](#)

Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#)

Check-list [Collaboration avec les fournisseurs de repas](#)

Check-list [Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants](#)

# E Offre alimentaire





## Principe de base

L'équilibre alimentaire est défini sur la base des recommandations de l'Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires (OSAV) et de la Société suisse de nutrition (SSN).

En ce qui concerne l'alimentation des enfants, il s'agit du disque alimentaire suisse ([Disque alimentaire suisse – Schweizerische Gesellschaft für Ernährung \(sge-ssn.ch\)](#)) comprenant ces cinq recommandations pratiques : De l'eau – Des légumes & des fruits – Des repas réguliers – Manger varié – Savourer avec tous ses sens.

Les enfants et adolescents ainsi que les collaborateurs qui mangent des repas équilibrés avec plaisir font le plein d'énergie pour l'école et les loisirs et profitent de précieux nutriments. Avec l'assiette optimale, vous pouvez planifier aisément un menu varié et équilibré (cf. p. 2).

## L'assiette optimale – trois composantes et une boisson

**L'assiette optimale pour une alimentation saine chez les enfants.**



L'illustration présente les aliments qui composent un repas équilibré et leur répartition approximative optimale. Vous pouvez ainsi couvrir les besoins nutritionnels des enfants et adolescents :

- Les aliments farineux (section marron) fournissent des vitamines, des minéraux et des glucides, mais aussi de précieuses fibres alimentaires, et sont rassasiants.
- Pour atteindre cinq portions de fruits et légumes (section verte) par jour, servez-en une à deux portions de la taille du poing d'un enfant au repas de midi. Vous pouvez par exemple proposer de la laitue et des crudités (p. ex. carottes râpées ou rondelles de tomates) en entrée et une portion de légumes cuits sur l'assiette du menu. En variante, un fruit peut également tenir lieu de dessert.

- La catégorie des aliments protéiques (section rouge) est particulièrement importante durant la période de croissance.
- Le tout doit être complété par une boisson, idéalement de l'eau.

Un plat unique peut contenir plusieurs éléments à la fois, comme par exemple une pizza aux légumes.

Les enfants et adolescents choisissent eux-mêmes la taille de leurs portions. Les proportions des différents éléments peuvent s'écarter de l'assiette optimale, mais il est important de toujours proposer toutes les catégories d'aliments. Le dessert peut être un fruit de saison mûr ou un produit laitier légèrement sucré, comme un séré ou un yogourt nature que vous sucrez vous-même ou que vous aromatisez avec de la compote de fruit maison. Vous pouvez ainsi compléter la section verte ou rouge de l'assiette équilibrée. Vous n'êtes toutefois pas tenu de servir un dessert tous les jours.

## Préparation

Pour préparer les repas, choisissez des huiles et matières grasses adéquates. C'est important pour la santé. L'huile de colza HOLL ou de tournesol HO (riche en acide oléique) se prête bien au rôtissage, les huiles de colza ou d'olive raffinées à la cuisson à l'étuvée et l'huile de colza ou d'olive à la cuisine froide. En parallèle, les modes de préparation qui nécessitent moins de matières grasses, comme la cuisson à la vapeur, à l'étuvée ou au four doivent être privilégiés par rapport à la panure et à la friture.

Si vous travaillez avec un fichier de recettes (ou une documentation similaire) et que vous assaisonnez sciemment les plats, vous êtes à même de maintenir la qualité de votre offre. Vous pouvez également contribuer à un repas sain et goûteux en choisissant des modes de préparation qui n'altèrent pas les nutriments, comme la cuisson à la vapeur, ou en salant peu les plats mais en les relevant plutôt avec des épices et des fines herbes.

## Planification des menus, achats et communication

Idéalement, élaborer les menus pour plusieurs semaines. Prévoyez certains aliments comme le poisson ou le dessert à des jours différents chaque semaine. La transparence est essentielle pour toutes les personnes qui partagent les repas. Les enfants et adolescents ainsi que les collaborateurs qui ont des besoins nutritionnels particuliers doivent absolument savoir ce qui se trouve dans leur assiette et d'où viennent ces produits.

Davantage d'informations sur l'alimentation des enfants et des adolescents sont disponibles sur le site Internet de la Société suisse de nutrition SSN, au point « Aux différents âges » de la rubrique « Toi et moi » ([La Société Suisse de Nutrition SSN \(sge-ssn.ch\)](http://La Société Suisse de Nutrition SSN (sge-ssn.ch))), et sur le site Internet du label « Fourchette verte » ([www.fourchetteverte.ch](http://www.fourchetteverte.ch)).

# E 1 Check-list Offre alimentaire

Avec la présente check-list, vous pouvez vérifier votre plan de menus. Ses critères simples et concrets vous indiquent si vous offrez aux enfants et adolescents un repas de midi équilibré. Si vous collaborez avec le fournisseur de repas, vous pouvez exiger le respect de ces critères.

Marche à suivre : complétez la check-list au mieux en fonction des menus de la semaine ou des semaines précédentes.

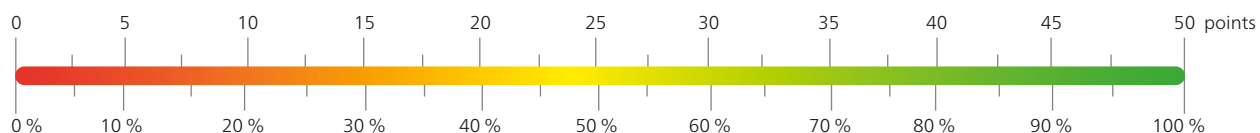
Pour une restauration de qualité, il est essentiel que toutes les personnes concernées soient impliquées dans la planification, la mise en œuvre et l'évaluation.

	Vrai	Faux
<b>Farineux/feculents</b>		
Chaque repas de midi comprend un aliment farineux, comme le pain, les pâtes, le riz, la polenta ou les pommes de terre.		
Vous servez un produit à base de céréales complètes (pain complet, riz complet, pâtes au blé complet, etc.) au moins une fois par semaine.		
Vous servez des légumineuses, au moins une fois par semaine, par exemple des haricots (haricots blancs, haricots Borlotti, graines de soja, haricots rouges, haricots mungo, etc.), des lentilles ou des pois chiches.		
<b>Légumes/salades et fruits</b>		
Chaque repas de midi comprend des légumes/salades de différentes couleurs.		
Vous servez des fruits et légumes crus plusieurs fois par semaine.		
Vous privilégiez les fruits et légumes de saison.		
<b>Aliments protéiques</b>		
Chaque repas de midi comprend un aliment protéique, comme la viande, la volaille, le poisson, les œufs, le fromage, le séré, des légumineuses ou du tofu.		
Le cas échéant, vous servez de la viande au repas de midi plusieurs fois par semaine, mais pas tous les jours.		
Vous servez des produits de charcuterie à base de viande, comme les saucisses ou le fromage d'Italie, au maximum une fois par semaine.		
Vous servez du poisson au maximum une fois par semaine.		
Vous servez un repas végétarien au moins une fois par semaine. La source de protéines peut alors être les œufs, le fromage, le séré ou le tofu par exemple.		
De plus, un alternatif végétarien pour l'aliment protéique est disponible tous les jours.		
<b>Dessert</b>		
Lorsque vous proposez un dessert, privilégiez les fruits et les produits laitiers.		

	Vrai	Faux
<b>Boissons</b>		
L'eau du robinet est disponible à chaque repas.		
Vous ne proposez pas de boissons sucrées, comme le sirop, le cola, le thé froid, etc.		
<b>Préparation</b>		
Vous classez les recettes des repas de midi dans une documentation spécifique.		
Vous veillez à choisir un mode de préparation qui préserve les nutriments (méthodes de cuisson, délais de conservation, temps de maintien au chaud).		
Vous veillez à assurer la saveur des plats lors de la préparation au moyen de fines herbes (fraîches, séchées ou surgelées) et d'épices.		
Vous utilisez le sel et les condiments salés, liquides ou en poudre, avec parcimonie. Vous ne fournissez pas de récipient-doseur pour ajouter du sel dans les plats.		
Vous servez des aliments frits ou panés au maximum une fois par semaine.		
Vous utilisez les huiles et les matières grasses appropriées pour la préparation : huile de colza HOLL ou de tournesol HO (riches en acide oléique) pour le rôtissage, huiles de colza ou d'olive raffinées pour la cuisson à l'étuvée et huiles de colza ou d'olive pour la cuisine froide.		
<b>Planification des menus, achats et communication</b>		
Lorsque vous planifiez vos menus, vous veillez à ne pas toujours proposer un menu similaire le même jour de la semaine (p. ex. vous ne servez pas à chaque fois le poisson le vendredi et vous alternez les jours où vous proposez un dessert).		
Dans la mesure du possible, vous faites vos achats auprès de producteurs régionaux.		
Pour les plats contenant de la viande ou du poisson, vous indiquez l'espèce animale et la provenance dans les menus.		
<b>Auto-évaluation</b>		
Vous pouvez à présent calculer votre nombre de points. Comptez 2 points pour chaque réponse « vraie » et 1 point pour chaque réponse « en partie vraie ». N'ajoutez aucun point pour les réponses « faux ».		
Points totaux		

## E 2 Baromètre de qualité – offre alimentaire

Pour procéder à l'auto-évaluation, reportez sur le baromètre de qualité le nombre de points obtenus :



Le résultat correspond-il à vos attentes et aux possibilités de votre organisme ?	
Quand prévoyez-vous la prochaine auto-évaluation ?	
Quel est votre objectif lors de la prochaine auto-évaluation ?	

Complété le : \_\_\_\_\_ par : \_\_\_\_\_

### Commentaires

## E 3 Des chiffres aux actes – offre alimentaire

- Quels points forts pouvez-vous mettre en avant ?
- Quels aspects pouvez-vous améliorer ?

	Objectif 1	Objectif 2
<b>Que souhaitons-nous changer ?</b> (Objectifs de qualité)		
<b>A quoi pouvons-nous observer les changements ?</b> (Indicateurs)		
<b>Comment souhaitons-nous réaliser les changements ?</b> (Mesures)		
<b>Quand et comment mesurons-nous les changements ?</b> (Évaluation)		

## **Auteurs**

Esther Jost/Charlotte Weidmann, Société suisse de nutrition SSN

Cornelia Conrad Zschaber, RADIX Fondation suisse pour la santé

Ute Bender, Haute école spécialisée de la Suisse du Nord-Ouest, Haute école pédagogique, Santé et économie familiale

Contact : Cornelia Conrad Zschaber, [conrad@radix.ch](mailto:conrad@radix.ch)

## **Informations et soutien**

Il est judicieux de se renseigner pour savoir si les services spécialisés cantonaux, communaux ou municipaux proposent un soutien ou des lignes directrices sur le terrain.

Fourchette verte, sections cantonales du label national pour l'alimentation saine (informations, conseils, certification) : [Fourchette verte | Le label de l'alimentation équilibrée](#)

Recommandations sur l'alimentation des enfants de la Société suisse de nutrition : [Alimentation durant l'enfance avec le disque alimentaire suisse \(sge-ssn.ch\)](#)

Association suisse des diététicien-ne-s : [Liste des diététicien-ne-s indépendant-e-s \(svde-asdd.ch\)](#)

## **Documents disponibles**

Guide d'utilisation des check-lists

Check-list [Organisation](#)

Check-list [Pédagogie](#)

Check-list [Offre alimentaire](#)

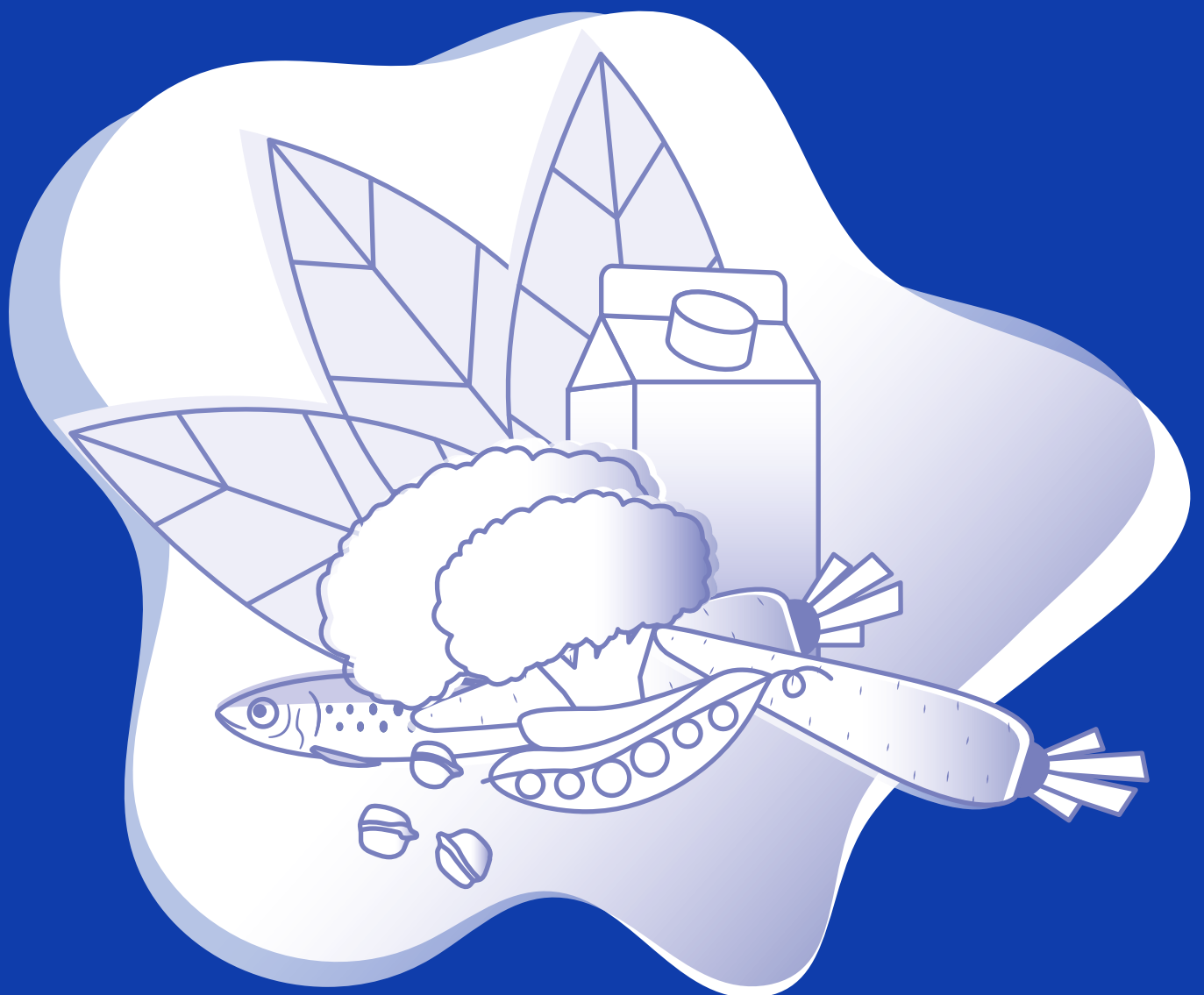
Check-list [Alimentation durable](#)

Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#)

Check-list [Collaboration avec les fournisseurs de repas](#)

Check-list [Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants](#)

# F Alimentation durable





# F 1 Planifier les repas de manière durable

Vous souhaitez proposer des repas durables dans votre structure d'accueil ? Ce chapitre vous montre à quoi vous devez faire attention. Il peut également vous inciter à la réflexion et à en discuter en équipe.

Ce que nous mangeons a une influence sur notre santé et notre bien-être. Cela a également des conséquences sur l'environnement, l'économie, la société dans son ensemble et le bien-être des animaux. Si vous souhaitez proposer des repas de midi durables, c'est que vous êtes déjà sensibilisé aux problèmes environnementaux. Cette posture peut se traduire dans l'organisation et la préparation des repas ainsi que dans les valeurs que l'on transmet aux enfants (voir les chapitres « [Pédagogie](#) » et « [Organisation](#) »). La checklist vous guide dans la planification des repas de midi, l'achat des aliments et le recyclage.

## Planifier son menu de manière durable

- **Choix** : Il est sain et durable de manger plus de fruits et de légumes et moins de viande et de poisson. Profitez de la diversité régionale et saisonnière.
- **Taille des portions de viande et de poisson** : servez la portion de viande ou de poisson qui est recommandée (voir la fiche d'information sur le site internet de la Société Suisse de Nutrition SSN).
- **Substituts de viande et de poisson** : il existe des produits qui sont censés remplacer la viande. Ces produits ne sont pas forcément nécessaires et sont plutôt chers. Si vous souhaitez tout de même cuisiner une fois des produits de substitution à la viande, utilisez de préférence des produits peu transformés et avec peu d'ingrédients.
- **Plats végétariens** : cuisinez de préférence des plats végétariens, comme des spaghettis à la sauce tomate et aux lentilles, des boulettes de pois chiches ou un gratin au maïs et aux marrons.
- **Ingrédients régionaux** : choisissez des ingrédients qui viennent de la région. Evitez les ingrédients transportés par avion.
- **Ingrédients de saison** : privilégiez des fruits, légumes et salades de saison. Plusieurs organisations proposent des listes qui vous permettent de savoir quels fruits et légumes sont de saison, par exemple : [WWF](#), [Bio Suisse](#), [Union maraîchère suisse](#), [Fruit-Union Suisse](#).

## Acheter des produits durables

- **Achetez des produits régionaux :** achetez idéalement tous les produits d'origine animale ainsi que les fruits et les légumes de la région. Pour varier, vous pouvez aussi acheter de temps en temps des produits exotiques comme du chocolat et des bananes. N'oubliez pas que les légumineuses, le soja ou le quinoa viennent souvent de pays lointain. Il existe toutefois des produits durables qui viennent de Suisse, comme par exemple certains tofus.
- **Achetez des produits de saison :** veillez à acheter des fruits et des légumes de saison. Les fruits et les légumes de la région qui sont hors saison proviennent de serres chauffées. Celles-ci nuisent en règle générale davantage à l'environnement que les transports par camion du Sud de l'Europe. En hiver vous pouvez de temps en temps utiliser des légumes et fruits séchés. Vous pouvez exceptionnellement utiliser des plats surgelés ou des boîtes de conserve, par exemple des tomates pelées.
- **Label de durabilité :** de nombreux produits en Suisse et dans le monde peuvent être cultivés de manière durable. En privilégiant les produits durables, vous soutenez cette pratique. Choisissez des produits portant un label sérieux, par exemple : Fairtrade, Bourgeon Bio, IP-Suisse ou ASC/MSC. Si vous achetez des produits en provenance d'un pays lointain, privilégiez ceux qui sont transportés par bateau ou par camion, évitez ceux qui sont transportés par avion. Plus d'informations concernant les labels : [www.labelinfo.ch](http://www.labelinfo.ch) ou [www.wwf.ch](http://www.wwf.ch) (terme de recherche : Label).
- **Plats pré-cuisinés :** certains menus ou plats sont déjà préparés en avance. Si vous utilisez ces produits, vous économisez du temps de travail et donc peut-être de l'argent. Mais ces plats pré-cuisinés consomment également beaucoup d'énergie. C'est surtout le cas pour les plats dont la préparation est complexe. En outre, vous devez les stocker, par exemple dans le réfrigérateur et les réchauffer ou finir de les cuire. Tout cela consomme de l'énergie. C'est pourquoi vous devriez bien peser les avantages et les inconvénients au sein de votre structure.

## Eviter le gaspillage alimentaire

Si vous jetez de la nourriture, vous perdez de l'argent et cela a un impact sur l'environnement. Nos conseils vous donnent des pistes pour mieux réutiliser vos aliments.

- **Utiliser des morceaux de « 2<sup>ème</sup> catégorie » :** la majorité du temps nous n'achetons que les morceaux de viande nobles, comme de la poitrine de poulet. Planifiez donc également des repas avec de la viande, de la volaille et du poisson de « deuxième catégorie », par exemple de la viande hachée, des viandes braisées ou de la poule à bouillir.
- **Respecter les dates de consommation :** utilisez les ingrédients avant qu'ils n'expirent (recettes selon les ingrédients sous [Ebenfein](#)).
- **Des portions adaptées :** ne faites pas des portions trop grandes, vous jetterez ainsi moins de nourriture.

- **Garder un œil sur les quantités commandées** : tenez une liste de toutes les marchandises que vous commandez et achetez auprès des fournisseurs de repas et traiteurs. Indiquez à chaque fois la quantité de marchandises et adaptez la liste au fur et à mesure de vos expériences.
- **Satisfaire l'appétit** : comment est l'appétit de l'enfant ? Quelle quantité est-ce qu'on sert dans l'assiette ? Accompagnez les enfants dans l'évaluation de leur appétit. Si les enfants ont encore faim après le repas, vous pouvez leur proposer du pain, des noix ou des fruits. Voir à ce propos la Check-list [Pédagogie](#)
- **Bien emballer et stocker correctement** : les aliments se conservent plus longtemps s'ils sont stockés correctement. L'emballage, la lumière et la température jouent un rôle important. Plus d'informations sous [www.foodwaste.ch](http://www.foodwaste.ch)

## Réduire l'emballage

Évitez d'acheter des produits avec beaucoup d'emballage et des bouteilles d'eau. Vous pouvez par exemple acheter les fruits et les légumes dans des sacs réutilisables. Pour certains aliments, l'emballage est toutefois utile afin qu'ils puissent être facilement transportés, se conserver plus longtemps ou être hygiéniques. Il est important que les aliments eux-mêmes soient respectueux de l'environnement.

Éliminez les déchets selon les matières recyclables et récupérez également les déchets de cuisine pour le compost. Vous trouverez certainement une solution, même si vous avez peu de place. Voir à ce propos la Check-list [Organisation](#).

## Economisez des coûts

Si vous suivez les recommandations des Check-lists Offre alimentaire et Durabilité, vous économisez de l'argent :

- Vous dépensez moins d'argent pour la viande et le poisson.
- Les produits régionaux de saison sont moins chers, car ils ne sont pas transportés ni stockés longtemps.
- Évitez de servir des portions trop grandes et de jeter de la nourriture.

## Sensibilisation

Discutez en équipe et avec les enfants du gaspillage alimentaire, en vous appuyant par exemple sur un « gaspillomètre » pour le pain, sur le manuel PEP – « Manger ensemble » disponible en allemand sous [www.pepinfo.ch](http://www.pepinfo.ch) (voir en français « [Les 10 conclusions les plus importantes](#) ») ou sur la campagne Pusch contre le gaspillage alimentaire [www.pusch.ch](http://www.pusch.ch) (campagne « SAVE FOOD, FIGHT WASTE »).

## F 2 Check-list Alimentation durable

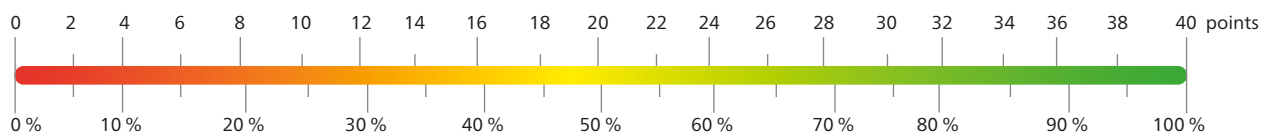
Remarque : consultez également les Check-lists [Organisation](#), [Offre alimentaire](#) et [Pédagogie](#).

	Convient	Convient en partie	Ne convient pas
<b>Plan de menu</b>			
Sur 5 repas servis, maximum 2 repas contiennent de la viande (inclus de la saucisse), de la volaille ou du poisson.			
Pour les repas à base de viande, nous utilisons au moins une fois par mois de la viande de second choix, par exemple : viande hachée ou viande braisée.			
Sur 5 repas servis, au moins un repas contient des légumineuses, par exemple : soja, pois chiches, lupins ou lentilles.			
Lorsque nous planifions les repas, nous utilisons un recueil de recettes contenant au moins 50% de recettes végétariennes.			
Au moins 70% des fruits, légumes et salades proviennent de la région et sont de saison.			
<b>Ils ne proviennent pas de serres chauffées et ne sont pas transportés en avion (voir guide).</b>			
Nos fournisseurs et fournisseurs de repas nous informent sur la provenance des matières premières. Si ce n'est pas le cas, nous demandons des précisions.			
Au moins 60% de tous les aliments proviennent de Suisse ou satisfont aux prestations écologiques (PER) requises par la Confédération.			
Au moins 25% de tous les aliments sont issus de la production biologique.			
La viande, la volaille, les œufs, le lait et les produits laitiers sont d'origine suisse ou répondent à des normes comparables.			
Au moins 90% des œufs et des produits de volaille, sont issus d'élevages en plein air. 0% est issu d'élevage en batterie/cage.			
Au moins 80% des produits laitiers ont un label reconnu, par exemple IP-Suisse, Bio ou autre.			
Au moins 90% des poissons ou des produits à base de poisson ont un label reconnu (voir guide). Nous n'achetons pas des poissons en voie de disparition.			
Pour les produits contenant plusieurs ingrédients, comme le pain, les biscuits ou les sauces, le premier ingrédient sur la liste des ingrédients provient de Suisse.			
Au moins la moitié des produits provenant de l'étranger ont un label reconnu (voir guide).			
Nous achetons des ingrédients de saison et régionaux.			
Nous achetons si possible la marchandise en vrac dans des emballages réutilisables.			

	Convient	Convient en partie	Ne convient pas
Nous avons une liste de toutes les marchandises que nous achetons ou commandons chez les fournisseurs. Nous indiquons à chaque fois la quantité de marchandise et adaptons la liste au fur et à mesure de nos expériences.			
Nous n'achetons pas de denrées alimentaires importées par avion.			
<b>Recyclage</b>			
Nous éliminons les déchets selon les matières recyclables : PET, verre, aluminium, carton, huile de cuisson, compost. Voir également à ce sujet la Check-list Organisation.			
<b>Sensibilisation</b>			
Nous sensibilisons régulièrement l'équipe et les enfants au gaspillage alimentaire.			
<b>Auto-évaluation</b>			
Vous pouvez à présent calculer votre nombre de points. Comptez 2 points pour chaque réponse « convient », 1 point pour chaque réponse « convient en partie » et 0 point pour chaque réponse « ne convient pas ».			
Nombre total de points			

## F 3 Baromètre de qualité – alimentation durable

Pour procéder à l'auto-évaluation, reportez le nombre de points obtenus sur le baromètre de qualité



Le résultat correspond-il à vos attentes ?	
Quand prévoyez-vous la prochaine auto-évaluation ?	
Quel est votre objectif lors de la prochaine auto-évaluation ?	

Complété le :                      par :

### Commentaires

## F 4 Des chiffres aux actes – alimentation durable

- Quels points forts pouvons-nous mettre en évidence ?
- Quels aspects pouvons-nous améliorer ?

	Objectif 1	Objectif 2
<b>Que souhaitons-nous changer ?</b> (Objectifs de qualité)		
<b>A quoi pouvons-nous observer les changements ?</b> (Indicateurs)		
<b>Comment souhaitons-nous réaliser les changements ?</b> (Mesures)		
<b>Quand et comment mesurons-nous les changements ?</b> (Évaluation)		

## **Auteurs**

Cornelia Conrad Zschaber, RADIX Gesunde Schulen

Josefin De Pietro, RADIX Écoles en santé

## **Soutien professionnel**

Société Suisse de Nutrition SSN

Dialogue des villes sur la restauration durable, HELVETAS

Ville de Zurich, Département de la protection de la santé, planification et projets alimentation

Haute Ecole des Sciences Agronomiques, Forestières & Alimentaires HAFL. Département Food Science & Management

Kibesuisse – Fédération suisse pour l'accueil de jour de l'enfant

Menuandmore

SV Group Suisse

Test pratique dans plusieurs structures d'accueil de jour en Suisse alémanique et en Suisse romande

## **Informations et soutien**

Il est judicieux de se renseigner pour savoir si les services cantonaux, communaux ou municipaux, des associations ou services spécialisés proposent un soutien.

## **Base**

Office fédéral de l'environnement OFEV – Recommandations pour des achats publics responsables dans le domaine de l'alimentation – 2020

<https://www.woeb.swiss/fr/documents/empfehlungen-fuer-die-nachhaltige-oeffentliche-beschaffung-im-bereich-ernaehrung-2>

## **Documents disponibles**

Guide d'utilisation des check-lists

Check-list [Organisation](#)

Check-list [Pédagogie](#)

Check-list [Offre alimentaire](#)

Check-list [Alimentation durable](#)

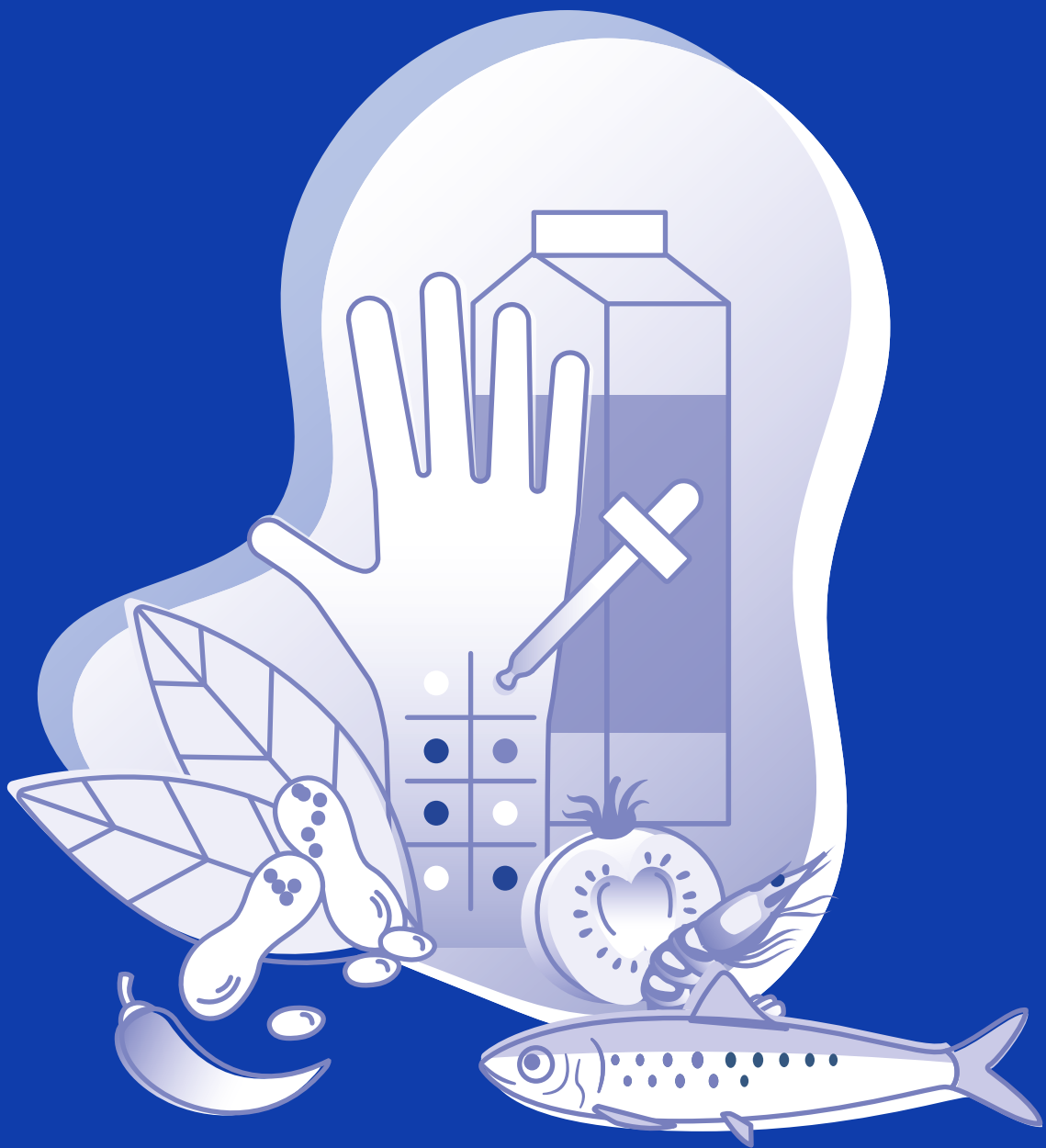
Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#)

Check-list [Collaboration avec les fournisseurs de repas](#)

Check-list [Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants](#)



# G Allergies et intolérances alimentaires



# G 1 Allergies et intolérances alimentaires

Certains enfants, tout comme certains membres du personnel, souffrent d'allergies et d'intolérances alimentaires. Tout peut arriver, de l'inconfort à des réactions potentiellement mortelles. C'est pourquoi il faut prendre les allergies et les intolérances au sérieux et proposer aux enfants et aux collaboratrices et collaborateurs concernés des repas de midi adaptés. La Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#) vous montre à quoi il faut faire attention lorsque vous planifiez et préparez les menus. La check-list vous encourage également à réfléchir aux allergies et intolérances et à en discuter en équipe.

Il faut savoir que l'on peut être allergique à presque tous les aliments. Selon la législation, en Suisse et en Europe, quatorze allergènes fréquents doivent être obligatoirement déclarés dans la liste des ingrédients s'ils sont présents dans l'aliment. Cela vaut également pour la vente en vrac. Vous trouverez la liste de ces allergènes en annexe à la [page 58](#). Outre les allergies, certains ingrédients peuvent provoquer d'autres réactions indésirables, notamment le lactose, le gluten, le fructose ou l'histamine.

## Remarque

Les règlements institutionnels, p.ex. les autorités supérieures ont la priorité sur les recommandations et remplacent ce chapitre et la Check-list [Allergies et les intolérances alimentaires](#).

## Conseils

Faites-vous conseiller par une personne qualifiée reconnue :

- Diététicien ou diététicienne (par ex. BSc Nutrition et diététique)
- Cuisinier ou cuisinière en diététique (CFC)
- L'organisation d'une formation pour l'ensemble de l'équipe permet aux collaboratrices et collaborateurs de se sentir plus en confiance et d'avoir des idées pour la mise en œuvre pratique. Pour une formation dans votre institution, adressez-vous à une organisation spécialisée dans la nutrition : voir la [page 12](#).

## G 2 Planification, achat, préparation, stockage

Dans la mesure du possible, il faudrait servir à l'enfant concerné un menu similaire à celui des autres, sans la présence d'allergènes ou d'aliments mal tolérés. Vous favorisez ainsi l'intégration de l'enfant dans le groupe.

### Si vous préparez le repas sur place

Planifier votre plan de menus avec des plats qui sont en général adaptés à tous les enfants. Vous pouvez avoir une base sûre en achetant par exemple de la sauce pour rôti sans gluten ou des épices qui conviennent à tout le monde. De temps à autre, vous pouvez utiliser des produits spéciaux, comme par exemple des variétés de fromage frais ou de la charcuterie sans lactose, respectivement des pâtes, des produits de boulangerie ou des pâtes à gâteau sans gluten. Vous pouvez congeler ou entreposer au sec la majorité des produits spéciaux et les portionner. Cela permet d'économiser des coûts et du temps.

### Vérifiez chaque détail

Surveillez la planification des menus, les achats, la préparation et le stockage des aliments. Par exemple, achetez-vous les bons produits ? Utilisez-vous des ustensiles de cuisine différents lors la préparation des aliments spécifiques ? Stockez-vous les produits tolérés séparément des autres produits ?

Les vérifications devraient se faire à cette fréquence :

- Au moins une fois par année pour les stocks, épices etc.
- A chaque fois qu'un nouvel enfant avec une allergie ou une intolérance est intégré dans votre institution. La Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#) vous guide.

### Vous travaillez avec un fournisseur de repas professionnel

Discutez des différentes possibilités avec le fournisseur de repas. La plupart du temps les fournisseurs spécialisés ont une offre adaptée.

Convenez par écrit avec votre fournisseur de repas les éléments suivants :

- Le menu spécial pour l'enfant concerné ne contient pas d'allergènes ou d'aliments mal tolérés.
- Le menu spécial ressemble au menu servi à tous les autres enfants.
- Le menu spécial sans allergène est clairement indiqué.

Si cela n'est pas possible, il sera demandé aux parents d'amener le repas de leur enfant, qui pourra être réchauffé par vos soins. Cela s'applique aux enfants avec un certificat médical.

## G 3 Organisation

Qui de votre équipe est responsable pour tout ce qui concerne les allergies et les intolérances alimentaires ? Qui répond aux questions et donne des informations à ce propos ? Inscrivez le nom de la personne responsable à un endroit facile d'accès. Voir également le chapitre Organisation [page 14](#) et la Check-list [Organisation](#).

Echangez régulièrement avec les parents de l'enfant concerné. Voir également le chapitre « Partenaires » [page 69](#) et la Check-list [Partenaires](#).

### Recueil de recettes et informations sur les allergies et les intolérances

Utilisez un recueil avec des recettes compatibles pour tous les enfants. Identifiez les recettes susceptibles de contenir des allergènes et aliments mal tolérés et mentionnez leur présence.

Les collaboratrices et les collaborateurs de la cuisine ont accès au recueil des recettes.

### Formation des collaboratrices et collaborateurs

Les collaboratrices et collaborateurs doivent être bien informés sur les allergies et intolérances alimentaires.

- Celles et ceux de la cuisine
- Celles et ceux du service
- Le personnel encadrant
- Le nouveau personnel
- Les personnes auxiliaires et/ou temporaires

Il est préférable que l'ensemble du personnel soit formé. Si vous ne pouvez pas former l'ensemble du personnel, veillez à ce qu'au moins une personne formée soit toujours présente. Cette personne porte la responsabilité lors de la préparation du menu. Le principe des quatre yeux est également recommandé, par exemple pour le goûter.

### Coûts supplémentaires

Les coûts des repas pour un enfant présentant une allergie ou une intolérance sont généralement plus élevés, de par l'utilisation de produits spéciaux et la préparation qui nécessitent de cuisiner un repas séparément. Les coûts peuvent aussi augmenter pour le personnel. Si vous faites appel à un fournisseur de repas externe, les coûts augmentent environ de 10%.

Tous les enfants sont égaux et doivent avoir accès à la structure d'accueil. C'est pourquoi, il est important que les coûts supplémentaires pour la nourriture et le personnel soient compris dans le budget des repas de midi.

## Comment faire face aux erreurs

Même en étant minutieux dans la planification, les achats et la préparation, des erreurs peuvent malgré tout se produire. Parlez-en ouvertement au sein de l'équipe. Un enfant peut aussi manger un aliment dont il est allergique par mégarde. Il est important de connaître les dangers et de savoir ce qu'il faut faire en cas d'urgence.

Parlez ouvertement des erreurs et signalez-les immédiatement. Ne blâmez personne en cas d'erreur. Les collaboratrices et collaborateurs ne devraient pas avoir de craintes à signaler une erreur.

## Enfant souffrant d'allergie

En cas d'allergie sévère, il y a le risque que l'enfant n'arrive plus à respirer ou subisse un choc anaphylactique. Pour ces enfants il doit obligatoirement y avoir une procédure d'urgence.

Parlez de la procédure d'urgence avec les parents, la direction d'école et l'enseignant.e de l'enfant.

En cas d'allergie moins sévère, l'enfant peut souffrir d'autres symptômes, par exemple de démangeaisons dans la bouche, de rougeurs sur la peau et de gonflements.

Clarifiez en avance : est-ce que l'enfant a toujours un médicament sur lui ? Qui au sein de l'école devez-vous informer ? Qui devez-vous informer à la maison ?

## Enfant souffrant d'intolérances alimentaires

En cas d'intolérance au gluten (maladie cœliaque), l'enfant ne remarque souvent rien lors d'une erreur unique, mais l'intestin est endommagé de manière permanente. En cas d'intolérance à d'autres substances comme le lactose, le fructose ou l'histamine, l'enfant peut présenter des symptômes au niveau de l'estomac et de l'intestin, par exemple sous forme de crampes abdominales, de ballonnements, de diarrhées, de constipation ou de vomissements. Il se peut que l'enfant se sente ensuite malade et qu'il ne puisse pas retourner en classe durant l'après-midi.

Clarifiez en avance : qui au sein de l'école devez-vous informer ? Qui à la maison devez-vous informer ? Par qui l'enfant peut-être il être pris en charge durant l'après-midi si besoin ?

## Évitez les erreurs à l'avenir

- Posez-vous les questions suivantes : pourquoi est-ce que l'erreur s'est produite ? Que peut-on faire pour que l'erreur ne se reproduise plus ?
- Prévoyez des mesures pour améliorer les processus.
- Appliquez les mesures.
- Informez-en vos collaboratrices et collaborateurs, les parents et la direction d'école.
- Vous devez aussi éventuellement adapter le cahier des charges de votre structure.

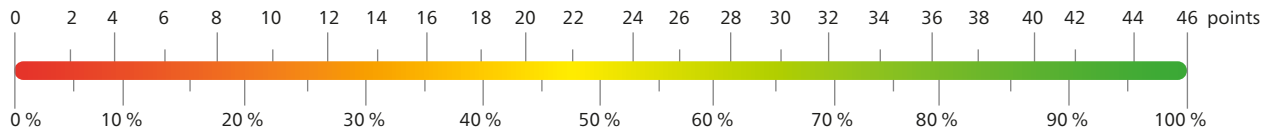
# G 4 Check-list Allergies et intolérances alimentaires

	Convient	Convient en partie	Ne convient pas
<b>Collaboration et attitude</b>			
Nous avons discuté en équipe des allergies et des intolérances. Nous avons convenu de la manière dont nous nous occupons de l'enfant concerné. Nous appliquons dans le quotidien les règles fixées. Par exemple : nous soutenons discrètement l'enfant lorsqu'il a besoin d'aide. Nous véhiculons auprès de tous les enfants le message selon lequel les différences font partie de la vie. Tous les enfants sont égaux et ont accès à la structure d'accueil.			
Au sein de la structure d'accueil, nous parlons avec les enfants des allergies et des intolérances et de leurs conséquences. Ou nous nous concertons avec la direction d'école et le personnel enseignant et le thème est abordé avec les enfants au sein de la classe.			
Un enfant n'est pas exclu ni embêté par les autres enfants à cause de son allergie ou de son intolérance.			
Tous les collaborateurs savent comment organiser la prise en charge d'un enfant concerné après le repas à l'après-midi, au cas où il aurait mangé quelque chose de mal et ne se sentirait pas bien.			
Si une erreur se produit nous en parlons ouvertement et nous la signalons. Personne n'est blâmé. Nous assumons ensemble la responsabilité de l'erreur, aussi vis-à-vis de l'extérieur. Les collaboratrices et les collaborateurs savent comment organiser la prise en charge de l'enfant durant l'après-midi.			
Il existe une procédure d'urgence pour les enfants allergiques. La procédure d'urgence est discutée avec la direction d'école, l'enseignante ou l'enseignant en charge de l'enfant, les parents et les collaboratrices et collaborateurs de la structure. Ces derniers connaissent la procédure d'urgence et savent où elle est.			
Nous prenons des mesures appropriées en cas d'erreurs, afin de mieux gérer les allergies et intolérances à l'avenir.			
<b>Organisation</b>			
La personne responsable pour les allergies et les intolérances et qui donne des informations sur ces questions est clairement identifiée. Remarque : voir à ce propos le chapitre « Organisation » <a href="#">page 14</a> et la Check-list <a href="#">Organisation</a> .			
Nous sommes régulièrement en contact avec les parents, ils nous informent de tout changement relatif à l'allergie et à la prise en charge. Remarque : voir à ce propos le chapitre « <a href="#">Entretiens avec les parents</a> » de la Check-list <a href="#">Partenaires</a> .			
Les collaboratrices et collaborateurs de la cuisine sont formé.e-s. Ils ont accès au recueil de recettes avec les informations sur les allergies et les intolérances.			
Les collaboratrices et collaborateurs du service et les personnes encadrantes sont informés et formés.			
<b>Choix des menus/ Planification</b>			
Tous les enfants reçoivent un menu identique. Par exemple, pour des pâtes, des pâtes sans gluten sont servies aux enfants avec une maladie cœliaque.			

	Convient	Convient en partie	Ne convient pas
Nous utilisons un recueil avec des recettes adaptées aux enfants présentant des allergies ou des intolérances.			
<b>Achats</b>			
Lorsque c'est possible, nous achetons des produits que tout le monde tolère. Par exemple : en cas de maladie cœliaque, nous achetons de la féculé de maïs au lieu de la farine de blé, afin de lier les sauces. En cas d'allergie au céleri, nous achetons des épices et des sauces prêtes à l'emploi sans céleri.			
Nous utilisons parfois des produits spéciaux, par exemple des pâtes à gâteau et des pâtes sans gluten, respectivement des variétés du fromage frais ou de la charcuterie sans lactose. Nous enrichissons ainsi le menu. Remarque : la majorité des produits peuvent être stockés (congelés ou séchés) et peuvent ainsi être préparés en portion.			
Les ingrédients des produits alimentaires peuvent changer. Nous lisons toujours la liste des ingrédients lorsque nous faisons des achats.			
Nous avons un accord écrit avec notre fournisseur de repas : il nous livre un repas similaire sans les ingrédients allergènes ou incompatibles. Le fournisseur de repas doit indiquer clairement ce repas.			
<b>Préparation</b>			
Nous notons les ingrédients allergènes et incompatibles dans nos recettes. Par exemple, pour les cornettes, nous notons : « Blé (gluten), œuf ». Nous le faisons également lorsque nous changeons les recettes. Lors de la préparation des menus, nous suivons les recettes.			
Nous lisons toujours la liste des ingrédients des produits avant la préparation. Parfois il y a des mélanges qui ne sont pas intentionnels. Il est alors indiqué par exemple « peut contenir des traces d'arachide ». Nous faisons également attention à cela.			
Si nous avons des incertitudes par rapport à un ingrédient, nous nous renseignons auprès du fabricant. Nous pouvons aussi demander l'avis d'une spécialiste (diététicienne, cuisinier en diététique) ou ne pas utiliser l'ingrédient en question par mesure de précaution.			
Lorsque nous cuisinons pour l'enfant allergique, nous utilisons en principe une planche à découper séparée que nous avons signalée. Nous l'avons minutieusement au préalable les couteaux, poêles et autres ustensiles de cuisine utilisés pour les autres repas.			
Il n'y a pas de contact entre les aliments normaux et les aliments spéciaux. Par exemple : nous ne mettons pas le pain sans gluten et le pain normal dans la même corbeille. Nous ne préparons pas les aliments panés et les frites dans la même huile.			
<b>Stockage</b>			
Nous stockons les provisions séparément dans des récipients fermés, par exemple la farine, les légumineuses, l'orge ou les noix hachées			
<b>Auto-évaluation</b>			
Vous pouvez à présent calculer votre nombre de points. Comptez 2 points pour chaque réponse « convient », 1 point pour chaque réponse « convient en partie » et 0 point chaque réponse « ne convient pas ».			
Nombre total de points			

# G 5 Baromètre de qualité – allergies et intolérances alimentaires

Pour procéder à l'auto-évaluation, reportez le nombre de points obtenus sur le baromètre de qualité



Le résultat répond-il à vos attentes ?	
Quand prévoyez-vous de faire la prochaine auto-évaluation ?	
Quel est votre objectif pour la prochaine auto-évaluation ?	

Complété le : \_\_\_\_\_ par : \_\_\_\_\_

## Commentaires



## G 6 Des chiffres aux actes – allergies et intolérances alimentaires

- Quels points forts pouvons-nous mettre en évidence ?
- Quels aspects pouvons-nous améliorer ?

	Objectif 1	Objectif 2
<b>Que souhaitons-nous changer ?</b> (Objectifs de qualité)		
<b>A quoi pouvons-nous observer les changements ?</b> (Indicateurs)		
<b>Comment souhaitons-nous réaliser les changements ?</b> (Mesures)		
<b>Quand et comment mesurons-nous les changements ?</b> (Évaluation)		

## Les 14 allergènes (référence: aha!)




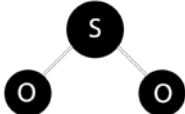


N°	Icône <sup>a</sup>	Allergène	Exemples de mots clefs	Sources cachées <sup>c</sup>
1		<b>Céréales contenant du gluten</b> <sup>b</sup> Blé (y.c. épeautre, Kamut, Khorasan, Triticale, blé vert), seigle, orge, (avoine)	Farine, flocons, boulghour, couscous, semoule, amidon de blé, croûton, panure, gruau, malt, gliadine, gluten, seitan	Pâtes, pain, pâtisseries, Sauce soja, glaces, soupes, mélanges d'épices, charcuteries, plats à base de pommes de terre, plats panés, huile de friture contaminée
2		<b>Lait</b> <sup>b</sup> y compris lactose	Poudre de lait maigre, yaourt, kéfir, caséine, lactalbumine, lactoglobuline, ghee, lait sans lactose, beurre, fromage	Pain, pâtisseries, charcuteries, mélanges d'épices, soupes, sauces, chocolats, Rivella®, purée de pommes de terre instantanée, arômes, boissons au café et au cacao
3		<b>Œufs</b> <sup>b</sup>	Jaune d'œuf, blanc d'œuf, lécithine d'œuf, œuf entier, lysosyme E1105, ovoalbumine, autres œufs comme œufs de caille	Grana Padano, pain, pâtisseries, gratins, plats pré-cuisinés, sauces, glaces, pâtes, plats panés, desserts, rémoulade
4		<b>Poisson</b> <sup>b</sup>	Cabillaud, saumon, maquereau, etc., fond de poisson, sauce de poisson, sushi, bouillabaisse, œufs de poisson, caviar	Pâte de curry, sauces à salade, plats asiatiques, paëlla, pâtes à tartiner, sauce Worcestershire, surimis
5		<b>Crustacés</b> <sup>b</sup>	Gambas, crevette, calamar, homard, langouste, crabe, écrevisse, sashimi	Produits pré-cuisinés, sauces à salades
6		<b>Soja</b> <sup>b</sup>	Edamame, isolat de soja, lécithine de soja (E322), sauce soja, shoyu, tempeh, tofu, miso, tamari, flocons de soja	Épices, bouillons, sauce Worcestershire, pains, pâtisseries, chocolat, plats pré-cuisinés, pâtes, pâtes à tartiner, charcuteries, produits véganes, sauces à salade
7		<b>Arachides</b> <sup>b</sup>	Beurre de cacahuète, huile d'arachide	Gâteaux, pâtisseries, chocolat, plats asiatiques, mélanges de noix, mélanges de mueslis, glaces
8		<b>Fruits à coque dure</b> <sup>b</sup> Amande, noisette, noix, noix de cajou, noix de pécan, noix du Brésil, pistache, noix de Macadamia, noix du Queensland	Farce avec des noix, pâte de noix, massepain	Pain, pâtisseries, gâteaux, croquants, chocolat, gianduja, nougat, mélanges de mueslis, houmous, falafel, sauce pesto, produits véganes, glaces, barres de céréales, « mélange étudiant », pistache utilisé en décoration pour les desserts ou pâtisserie

a Les icônes peuvent être téléchargées sur [blv.admin.ch/schweizerqualitaetsstandards](http://blv.admin.ch/schweizerqualitaetsstandards) sous « Downloads ».

Elles sont libres de droit, à condition de mentionner la source : OSAV 2023.

b et les produits dont ils sont dérivés

c Cette liste n'est pas exhaustive

N°	Icône <sup>a</sup>	Allergène <sup>b</sup>	Exemples de mots clefs	Sources cachées <sup>c</sup>
9		Sésame <sup>b</sup>	Huile de sésame, tahini, halva, sésame noir et brun	Mélanges d'épices, plats orientaux, houmous, pain, marinades, sushis, crackers
10		Céleri <sup>b</sup>	Céleri branche, céleri rave (céleri pomme)	Soupes, bouillons, conserves, salades, salade de pommes de terre, mirepoix, plats mijotés, charcuteries, mélanges d'épices, jus de légumes
11		Moutarde <sup>b</sup>	Grains de moutarde, moutarde, huile de moutarde, farine de moutarde, germes de moutarde	Condiments en pâte, mélanges d'épices, marinades, sauces à salade, plat de viande et de poisson, jambon, concombres épicés, sandwich, légumes marinés
12		Anhydride sulfureux et sulfites <sup>b</sup>	Disulfite de sodium, bisulfite de potassium, E220-224, E226-228	Conservateurs, vinaigre, vin, fruits secs, viande séchée
13		Lupin <sup>b</sup>	Farine de lupin, graines de lupin	Pâtisseries, produits sans gluten, produits véganes, condiments liquides, pâtes à tartiner, succédané de café
14		Mollusque <sup>b</sup>	Escargot, moule, poulpe, oursin	Sauce d'huitre (par ex dans les plats asiatiques)

a Les icônes peuvent être téléchargées sur [blv.admin.ch/schweizerqualitaetsstandards](http://blv.admin.ch/schweizerqualitaetsstandards) sous « Downloads ».

Elles sont libres de droit, à condition de mentionner la source : OSAV 2023.

b et les produits dont ils sont dérivés

c Cette liste n'est pas exhaustive

### **Auteurs**

Cornelia Conrad Zschaber, RADIX Gesunde Schulen

Josefin De Pietro, RADIX Écoles en santé

### **Soutien professionnel**

aha ! Centre d'Allergie Suisse

Association Romande de la Coeliakie

IG Zöliakie der deutschen Schweiz

Kibesuisse – Fédération suisse pour l'accueil de jour de l'enfant

Menuandmore

Test pratique dans plusieurs structures d'accueil de jour en Suisse alémanique et en Suisse romande

SV Group Suisse

### **Informations et soutien**

Il est judicieux de se renseigner pour savoir si les services cantonaux, communaux ou municipaux, des associations ou services spécialisés proposent un soutien. Par exemple :

aha! Centre d'Allergie Suisse, allergies et intolérances : [www.aha.ch](http://www.aha.ch)

Association Romande de la Coeliakie : [www.coeliakie.ch](http://www.coeliakie.ch)

### **Documents disponibles**

Guide d'utilisation des check-lists

Check-list [Organisation](#)

Check-list [Pédagogie](#)

Check-list [Offre alimentaire](#)

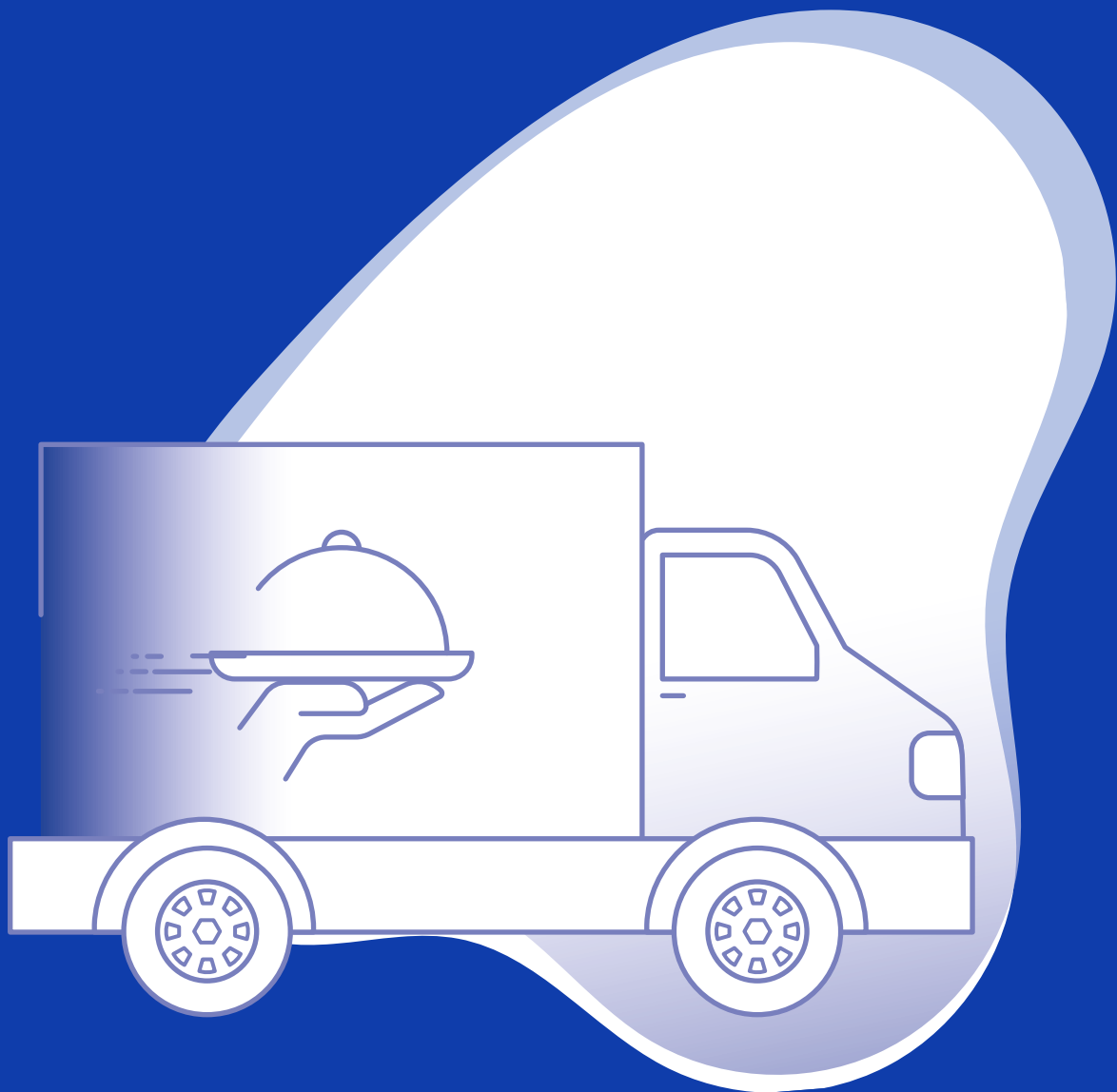
Check-list [Alimentation durable](#)

Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#)

Check-list [Collaboration avec les fournisseurs de repas](#)

Check-list [Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants](#)

# H Collaboration avec les fournisseurs de repas



# H 1 Un fournisseur de repas comme partenaire

Les fournisseurs de repas sont nombreux. On en trouve de toutes les tailles, des grandes sociétés de catering professionnelles jusqu'aux petites boucheries de village qui livrent aussi bien les établissements médico-sociaux (EMS) que les structures d'accueil pour enfants et adolescents ou les restaurants scolaires. Les interlocuteurs qu'on y rencontre possèdent donc différentes formations de base. Pourtant, toutes ces sociétés ont un point commun : elles reçoivent votre commande et doivent la respecter. En tant que client, vous payez les repas fournis et vous pouvez donc négocier les conditions. Une société qui cuisine pour un EMS, par exemple, doit avant tout se familiariser avec les besoins et les goûts des enfants et adolescents. Si vous n'êtes pas satisfait, prenez l'initiative d'organiser une discussion pour préciser vos exigences et les possibilités de la société.

Les fournisseurs de repas sont d'importants partenaires extérieurs, qui doivent connaître et comprendre les besoins de chaque groupe cible et les traduire dans la planification de leurs menus. Ce sont les responsables des structures et des restaurants qui doivent leur transmettre ces informations. À cette fin, recueillez les commentaires des enfants et adolescents qui fréquentent le restaurant à intervalles réguliers. Procédez également à des entretiens avec le fournisseur de repas à intervalles réguliers à l'aide de la [Check-list Collaboration avec les fournisseurs de repas](#). Vous pourrez ainsi concevoir des repas aussi équilibrés qu'appétissants et savoureux.

Gardez à l'esprit que vous achetez un service. Vous êtes donc en droit de définir un cahier des charges rigoureux et d'exiger son respect. Le fournisseur déploiera tous les efforts requis pour satisfaire vos besoins et vous garder parmi ses clients.

La check-list peut être utilisée pour les entretiens avec le fournisseur actuel ou de nouveaux candidats à la fourniture de ce service.

Nous présentons ci-après quelques scénarios typiques qu'on rencontre dans la collaboration avec un fournisseur de repas.

## H 2 Entretiens – préparation

Un large éventail d'intérêts différents doit être conciliés lors de la planification des menus. Les repas doivent être équilibrés, avoir bon goût et être adaptés aux besoins des enfants et adolescents.

Pour que l'entretien soit utile, vous devez vous y préparer correctement. Voici quelques conseils à cette fin :

- Recueillez les commentaires de votre équipe et des enfants et adolescents. Ils donneront davantage de poids à vos préoccupations.
- Définissez les sujets de discussion et les préoccupations en concertation avec votre équipe.
- Le cas échéant, organisez une assistance en vue de l'entretien.
- Envoyez la version actuelle de votre concept de restauration et les sujets de discussion prévus au fournisseur de repas avant l'entretien.
- Relisez attentivement l'offre de menus du restaurant et apportez à la réunion vos propres suggestions conformes à la Check-list [Offre alimentaire](#).

### Vous souhaitez faire appel à un fournisseur de repas pour la première fois

Le passage d'une cuisine indépendante à une société de restauration externe soulève de nombreuses questions. Définissez vos attentes et vos espérances, hiérarchisez vos priorités et formulez les exigences les plus importantes dans l'appel d'offres.

- Interrogez d'autres établissements qui recourent à un fournisseur de repas sur leurs expériences.
- Listez les avantages et les inconvénients du système de restauration à vos yeux : de quelles infrastructures avez-vous besoin et quelle charge de travail devez-vous assumer pour la livraison de repas froids ou chauds ? Il faut par exemple savoir que si les repas sont livrés chauds, la charge de travail sur place est moindre, mais qu'aucune adaptation individuelle n'est possible. S'ils sont livrés froids, par contre, le travail à fournir sur place est plus conséquent et un équipement de régénération est indispensable, mais vous pouvez agrémenter, varier et compléter les repas à votre convenance.
- Comparez non seulement le prix des menus et la qualité, mais aussi les coûts liés aux infrastructures requises, les frais de transports et logistiques et les tarifs des services complémentaires.

- N'hésitez pas à demander des informations, par exemple :
  - sur la planification des menus (à la lumière de la Check-list [Offre Alimentaire](#))
  - sur la provenance des denrées alimentaires transformées et les critères appliqués pour leur sélection
  - sur l'utilisation d'huiles et de matières grasses dans les plats
  - sur la charge de travail que cela représente pour vous et vos collaborateurs
  - sur l'identification des ingrédients et des allergènes.
- Lorsque vous comparez les prix, souvenez-vous qu'une qualité élevée a un prix. L'offre la moins chère ne répond pas nécessairement à tous vos besoins.
- Imposez les critères de la Check-list [Offre alimentaire](#) comme conditions de base pour l'offre et le contrat.
- Pensez à l'avenir : le fournisseur de repas a-t-il la capacité de fournir de grandes quantités ? Les processus de travail sont-ils standardisés ?

## Vous souhaitez proposer des plats végétariens

Conformément à la Check-list [Offre alimentaire](#), vous souhaiteriez proposer régulièrement un menu végétarien attrayant et adapté aux enfants et adolescents. Vous n'êtes toutefois pas certain qu'un repas sans viande ni poisson corresponde aux prescriptions d'une alimentation équilibrée et vous vous demandez comment les enfants et adolescents consommeront suffisamment de protéines.

- Les recommandations de la Société suisse de nutrition SSN sur l'alimentation des enfants et adolescents contiennent de nombreuses informations à ce sujet [Pyramide alimentaire pour les adolescents \(sge-ssn.ch\)](#).
- Examinez avec le fournisseur de repas comment un repas principal peut pourvoir aux besoins en protéines des enfants et adolescents.
- Demandez au fournisseur de repas de vous proposer des plats attrayants et adaptés aux enfants et adolescents.
- Consultez un diététicien BSc en nutrition et diététique [Liste des diététicien-ne-s indépendant-e-s \(svde-asdd.ch\)](#).

## Les enfants et adolescents trouvent la nourriture fade et refusent souvent de manger

Lors des repas de midi, le goût de la nourriture est souvent au cœur des conversations. Les enfants et adolescents réclament du sel ou des condiments salés parce que les aliments sont fades. Les collaborateurs ont également goûté et estiment que les repas n'ont pas de goût.

Les pistes suivantes peuvent vous aider à préparer l'entretien :

- Examinez ce que prévoit le concept de restauration du fournisseur de repas à propos de l'élaboration des menus, de la préparation et de l'assaisonnement.
- Notez les aliments ou les ingrédients qui suscitent le plus de réclamations.



- Rappelez-vous qu'un plan de menus diversifiés peut donner accès à des plats qui sortent de l'ordinaire des enfants et adolescents ainsi que du personnel. Cela nécessite toutefois une certaine dose de persévérance et de courage et une communication ciblée.
- Demandez régulièrement l'avis des enfants et adolescents sur les menus et discutez des résultats avec le fournisseur de repas.

Au cours de l'entretien proprement dit :

- Faites part de vos expériences.
- Demandez au fournisseur de repas d'autres propositions adaptées aux enfants et adolescents.

## Les collaborateurs du restaurant se plaignent que les quantités fournies par le fournisseur de repas sont inadéquates

Vous doutez des quantités à commander car, souvent, les quantités que les enfants et adolescents mangent varient considérablement. Dans un souci de durabilité, vous ne souhaitez pas non plus jeter trop de restes.

- Informez-vous sur les prescriptions légales de votre canton au sujet de l'hygiène et de la gestion des restes. Les inspecteurs cantonaux des denrées alimentaires (chimistes cantonaux) sont compétents en la matière.
- Réfléchissez avec votre équipe à la manière dont vous êtes autorisé à gérer les restes et dont vous souhaitez le faire. Une séance de réflexion commune peut amener des nouvelles idées.
- Discutez du système de commande avec le fournisseur de repas. Fixez conjointement le dernier délai pour communiquer un changement de quantité.
- Accordez un peu de temps au fournisseur de repas et à vous-même pour pouvoir bien évaluer les quantités avec un nouveau système de commande. L'expérience a montré qu'une période de mise en route d'une à deux semaines est inévitable.

## H 3 Déroulement de l'entretien

Pistes à suivre	Exemples de discussions
Précisez les objectifs que vous souhaitez atteindre.	« Nous avons des souhaits par rapport aux repas que vous nous livrez. Nous avons récolté une série de commentaires auprès des enfants et adolescents, des parents et de l'équipe. Nous voudrions améliorer les points suivants : ... »
Mentionnez les éléments positifs en guise d'introduction.	« Depuis que nous traitons avec vous, nos menus sont plus diversifiés et plus colorés. Les enfants et adolescents en sont également ravis. »
Mentionnez clairement les retours critiques que vous avez reçus et les personnes dont ils émanaient.	« Les enfants et adolescents disent souvent que la nourriture est fade et que les pâtes sont trop molles. Certains collaborateurs du restaurant ont fait part des mêmes remarques. »
Exprimez clairement vos souhaits, vos préoccupations et vos missions.	« Nos menus doivent comprendre un repas sans viande équilibré et varié au moins x fois par semaine. Quels plats végétariens adaptés aux enfants et adolescents pouvez-vous proposer ? »
Soumettez/demandez des propositions de solutions concrètes à votre interlocuteur.	« Nous aimerions que les repas répondent aux besoins des enfants et adolescents et, par conséquent, qu'ils se distinguent de ceux que vous livrez à la maison de repos/de soins. Que pouvez-vous nous proposer à ce sujet ? »
Veillez à définir des mesures claires à la fin de l'entretien.	« Nous avons discuté d'une série de points importants. Je voudrais maintenant définir comment nous pouvons appliquer tout cela à l'avenir. »
Fixez les intervalles auxquels vous souhaitez vous rencontrer pour analyser l'évolution de la situation.	« Je voudrais vous revoir dans x mois pour analyser ensemble comment les choses auront évolué. »

## H 4 Check-list Collaboration avec les fournisseurs de repas

	Vrai	Faux
Un interlocuteur compétent est à votre disposition au sein de la société fournissant les repas si vous souhaitez des informations, par exemple, sur les ingrédients, les allergènes ou les composants.		
Le fournisseur de repas met à disposition une déclaration écrite et exhaustive indiquant les contenus, les ingrédients, les allergènes et l'origine conformément à la loi sur les denrées alimentaires et à l'ordonnance sur l'étiquetage des denrées alimentaires.		
Le fournisseur de repas est disposé à s'adapter à vos préoccupations. Il prend dûment en considération les besoins particuliers des enfants et adolescents.		
Le fournisseur de repas offre un service qui permet la planification de menus hebdomadaires conformément à la Check-list Offre alimentaire.		
Le fournisseur de repas peut fournir sur simple demande des plats sans lactose et sans gluten et des menus attrayants sans viande.		
Le système de commande est simple et transparent et la taille des portions est adaptée aux catégories d'âge.		
Le fournisseur de repas soutient la formation des collaborateurs de la structure d'accueil ou du restaurant scolaire, par exemple, sur la technique de préparation des repas sur place.		
Le fournisseur de repas satisfait aux critères retenus. Par exemple, il présente des références, il prouve qu'il continuera de disposer durablement de capacités de prestations suffisantes ou il explique comment il traite les réclamations.		
Le fournisseur de repas satisfait aux normes de qualité. Par exemple, il est certifié et il décrit de façon compréhensible la façon dont il respecte la chaîne du froid et standardise ses processus de production.		

Complété le :                      par :

## **Auteurs**

Esther Jost/Charlotte Weidmann, Société suisse de nutrition SSN

Cornelia Conrad Zschaber, RADIX Fondation suisse pour la santé

Ute Bender, Haute école spécialisée de la Suisse du Nord-Ouest, Haute école pédagogique, Santé et économie familiale

Contact : Cornelia Conrad Zschaber, conrad@radix.ch

## **Soutien professionnel**

Education + santé réseau Suisse

Réseau éducation + accueil Suisse

Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV

Spécialistes actifs sur le terrain

FAPERT – Fédération des associations de parents d'élèves de la Suisse romande et du Tessin

Promotion Santé Suisse

KibeSuisse Fédération suisse pour l'accueil de jour de l'enfant

Fourchette verte Suisse

LCH Association faîtière des enseignants de Suisse alémanique

QuinTaS, Haute école pédagogique de Zürich

Responsables de structures d'accueil de jour, de la restauration/de l'alimentation, de l'environnement, des enfants et des familles dans plusieurs villes et cantons

VSLCH Association des chefs d'établissements de Suisse alémanique

## **Documents disponibles**

Guide d'utilisation des check-lists

Check-list [Organisation](#)

Check-list [Pédagogie](#)

Check-list [Offre alimentaire](#)

Check-list [Alimentation durable](#)

Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#)

Check-list [Collaboration avec les fournisseurs de repas](#)

Check-list [Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants](#)

# I Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants



# I 1 Discussions conjointes autour d'une table

Le repas de midi est le fruit d'un parcours commun avec les enfants et adolescents, les parents, les responsables d'établissements scolaires et les enseignants. Vous offrez un repas savoureux et adapté aux besoins dans une ambiance agréable. Comme dans tous les cas où plusieurs personnes ayant des motivations différentes s'associent, les discussions sont indispensables pour parvenir à s'entendre. Vous pouvez ainsi prévenir ou dissiper d'éventuels malentendus et vous accorder sur une stratégie d'action commune pour les repas de midi. Le cas échéant, vous pouvez également sensibiliser les parents, avec un peu de tact, à la possibilité de demander des conseils alimentaires.

Voici quelques situations d'entretiens typiques.

## Les parents pensent que leur enfant ne supporte pas tous les aliments

Dans le cadre de l'alimentation, de grandes incertitudes règnent chez les parents inquiets. Leur enfant souffrirait-il d'une allergie ? Ou d'une intolérance, notamment au lactose ou au gluten ?

Il faut sans conteste préciser avec les parents ce que les enfants peuvent manger ou non. En général, les adolescents sont capables de prendre soin d'eux-mêmes, mais pour eux également, une clarification s'impose. En tout état de cause, vous devez expliquer aux parents que vous avez besoin d'une prescription médicale spécifique pour prendre les mesures appropriées au niveau de la cuisine. Faites preuve de compréhension pour les préoccupations des parents et, si nécessaire, insistez malgré tout pour qu'ils vous fournissent une prescription médicale.

- Il peut être utile d'effectuer un « jeu de rôles » au sein de l'équipe préalablement à l'entretien.
- Avant l'entretien, prenez conseil auprès de spécialistes de l'alimentation.

## Les parents pratiquent un mode d'alimentation spécifique

L'alimentation est une affaire très personnelle. Certains parents adhèrent à un mode d'alimentation particulier, comme le véganisme, et sont convaincus qu'il serait nocif pour leur enfant de manger autre chose.

Lors d'un entretien avec les parents, il ne saurait être question d'essayer de leur faire renoncer à leurs convictions, mais pas non plus d'accepter une obligation de préparer des plats spéciaux pour leur enfant. Affirmez plutôt en termes clairs que votre restaurant fournit un repas savoureux et adapté aux besoins pour tous les enfants et adolescents, et qu'en même temps, vous n'obligez personne à manger. Si toutefois un enfant ou adolescent refuse constamment tous les aliments d'origine animale par exemple, il risque à long terme une carence en nutriments importants. Ce n'est certainement pas une solution.

- Restez concret.
- Expliquez clairement qu'un enfant ne peut continuer de fréquenter la structure ou le restaurant que si les parents souscrivent réellement à sa philosophie.
- Soyez attentif à avoir une conversation conviviale et informative et à fixer en même temps des limites claires.

## Un enfant mange trop ou trop peu ou il est trop sélectif quand l'équipe ne le surveille pas

Dans un premier temps, gardez votre calme si des enfants ne mangent que de petites quantités ou que des plats bien précis pendant une période donnée. Le plus souvent, ils reprennent spontanément de bonnes habitudes à un stade ultérieur.

De même, gardez votre calme si vous pensez qu'un enfant mange trop : vous ne savez pas quelles quantités il ingère le reste de la journée et quel est son niveau d'activité physique. Si, en plus, cet enfant ne fréquente pas régulièrement la structure ou le restaurant, vous ignorez dans une large mesure ses habitudes.

Souvent, les enfants reproduisent les habitudes alimentaires, les préférences et le dégoût de leurs parents. Soyez donc bien conscient que dans un tel entretien, vous parlez peut-être indirectement des parents, même si vous désignez l'enfant.

- Demandez aux parents ce qu'ils pensent du comportement alimentaire de leur enfant.
- Décrivez en détail vos observations concrètes et vos préoccupations. Expliquez comment vous avez géré le comportement alimentaire de l'enfant jusqu'à présent. Si les parents le souhaitent également, vous pouvez convenir avec eux d'une procédure déterminée. Cette dernière ne doit toutefois pas perturber l'ambiance générale des repas ou représenter un travail excessif pour vous.

## L'équipe a entendu des enseignants qui parlaient de la structure ou du restaurant dans des termes négatifs ou qui critiquaient les repas de midi entre eux ou devant les parents ou les enfants et adolescents

Renseignez-vous activement sur ces rumeurs et ne permettez pas que la réputation de votre structure ou restaurant soit entachée. Faites le premier pas en rassemblant les personnes concernées pour un entretien. Au préalable, demandez à ce qu'on vous désigne ou transmette les éventuels reproches concrets des enseignants.

- Montrez clairement aux enseignants et aux responsables d'établissement que vous accordez le plus grand sérieux aux bruits de ce type et aux critiques potentielles. Vérifiez impérativement si les reproches sont un tant soit peu fondés et si l'une ou l'autre amélioration doit être apportée.
- Invitez activement et à plusieurs reprises les enseignants, les responsables d'établissements, les représentants de la commune et d'autres parties prenantes au repas de midi. Une personne ne peut apprécier la qualité des repas de midi que si elle en a fait elle-même l'expérience.

## I 2 Préparation de l'entretien

En général, les enfants et les adolescents de la même tranche d'âge qui mangent ensemble n'adoptent pas la même attitude que dans leur cercle familial. Il peut donc arriver qu'un père ou une mère éprouve des difficultés à s'imaginer comment son fils ou sa fille se comporte pendant le repas de midi organisé par la structure d'accueil ou le restaurant scolaire.

Souvent, les responsables d'établissement et les enseignants ont à cœur que l'organisation du repas de midi soit harmonieuse. Parfois, ils s'intéressent également au concept de restauration et au concept pédagogique. Lors de la préparation des entretiens, il peut être utile de vous remémorer les concepts et d'autres réflexions à ce sujet.

Lorsque plusieurs personnes se rencontrent pour discuter, elles font couramment preuve de différents niveaux d'éloquence. Les collaborateurs de la structure d'accueil ou du restaurant scolaire peuvent faire comprendre leurs préoccupations plus facilement s'ils décrivent des observations concrètes. Idéalement, vous devriez recueillir ces observations avant l'entretien et les consigner par écrit. Vous devez en outre en parler avec vos collègues.



# I 3 Déroulement de l'entretien avec les parents

Pistes à suivre	Exemples de formulation
Prenez au sérieux le fait que les parents se soucient du bien-être de leur enfant.	« Je me réjouis que vous vous intéressiez à notre structure... »
Affirmez clairement que vous allez dans la même direction que les parents en ce qui concerne les repas de leur enfant.	« C'est avec plaisir que je réponds à vos questions. Nous voulons vous et moi que votre enfant se sente bien chez nous... »
Précisez votre rôle : vous fournissez à tous les enfants et adolescents un repas de midi savoureux et sain dans une ambiance agréable. Pas davantage, mais pas moins non plus !	« J'ai bien conscience que vous mangez macrobiotique chez vous et que c'est important à vos yeux. C'est votre choix personnel. Nous adhérons aux recommandations de la Société suisse de nutrition afin que tous les parents soient assurés que leur enfant bénéficie chez nous d'une alimentation équilibrée. »
Au cours de l'entretien, tenez-vous-en rigoureusement aux observations faites au cours des repas de midi.	« Pendant les repas, nous avons constaté, mes collègues et moi-même, que... »
Montrez aux parents que vous ne prétendez pas concurrencer les repas familiaux.	« Chez nous, le repas de midi est un repas partagé entre enfants et adolescents du même âge. Il ne peut pas remplacer le repas commun chez vous, à la maison, et n'a d'ailleurs pas vocation à le faire, mais il le complète. »
Justifiez les règles que vous imposez dans votre structure au moyen d'arguments concrets.	« Nous tenons particulièrement à ce que chaque enfant ne mange que la quantité qu'il souhaite. Les enfants apprennent ainsi à reconnaître la sensation de satiété. »
À éviter	Dites plutôt ...
Évitez les reproches si certains parents manifestent (trop) peu d'intérêt pour votre structure à vos yeux. Résumez simplement vos informations en conséquence.	« Si vous le permettez, je vais vous expliquer en quelques mots comment les repas communs se déroulent chez nous... »
N'essayez pas d'éduquer les parents, même si vous avez de fortes suspicions quant à leur comportement alimentaire. Parlez uniquement de l'enfant dans le cadre du repas de midi que vous organisez.	« Dans notre structure, nous servons toujours de la salade et des légumes comme entrée. Cela plaît beaucoup à votre enfant et nous en sommes très heureux. »
Ne vous laissez pas embarquer dans une discussion sur l'alimentation « correcte » ou « saine » sur un plan général.	« Je vois que vous avez étudié en détail les questions d'alimentation et de nutrition et que vous appliquez ces principes chez vous. Dans le cadre de notre structure, le bien-être des enfants est également un sujet de préoccupation essentiel et nous nous inspirons des recommandations formulées par la Société suisse de nutrition... »

# I 4 Déroulement de l'entretien avec les responsables d'établissement scolaire et les enseignants

Pistes à suivre	Exemples de formulation
Faites comprendre que vous poursuivez le même but ultime que les responsables d'établissement et les enseignants.	« Nous aimons que les choses se passent bien pour les enfants et adolescents. Ils doivent pouvoir manger et se détendre pendant la pause. Ils sont ensuite à nouveau en forme pour les cours... »
Soulignez que vous donnez volontiers des renseignements sur votre structure.	« Je me réjouis que vous vous intéressiez à notre structure en qualité de responsable d'établissement... »
Montrez que votre concept de restauration et votre concept pédagogique sont soigneusement réfléchis et défendez ces concepts au moyen d'arguments factuels.	« Le personnel de notre structure s'est accordé sur un concept commun... » Ou : « Il est important pour nous que la pause soit suffisamment longue pour que les enfants et adolescents puissent manger à leur rythme et ne soient pas pressés par le temps. »
Expliquez comment vous avez organisé le déroulement des repas.	« Notre structure est organisée de façon à éviter de longs délais d'attente pour les enfants et adolescents... »
Faites référence à vos observations concrètes, et non à des rumeurs. Recherchez des solutions conjointement avec le responsable d'établissement ou l'enseignant.	« Le jeudi, les enfants et adolescents de l'école X n'arrivent chez nous qu'à 13 heures. Nous ne comprenons pas pourquoi et nous aimerions en discuter avec vous... »
À éviter	Dites plutôt ...
Ne répétez jamais d'informations ou de rumeurs que vous avez apprises au cours des repas. Exemple : « Tel enfant ou adolescent ne cesse de me répéter combien il y a du bruit dans la classe de l'enseignant Y. »	« Nous attachons une grande importance à une bonne collaboration avec les directions d'établissement et les enseignants. Ce que les enfants et adolescents racontent pendant les repas n'est pas divulgué à l'extérieur. »
Ne vous immiscez pas dans le programme d'enseignement et abstenez-vous de commentaires critiques. Exemple : « Chez Madame X, au cours de mathématiques, les élèves doivent faire beaucoup d'efforts... »	« Si les enfants et adolescents parlent de certains enseignants pendant les repas, nous nous efforçons de rester en dehors de la conversation et nous ne commentons pas leurs propos. »

# I 3 Check-list Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants

La présente check-list et le chapitre « Entretiens » sont destinés à vous aider dans votre collaboration avec les parents, les responsables d'établissement et les enseignants.

Longtemps, le repas commun était considéré comme le point central de la vie familiale. C'est d'ailleurs toujours le cas dans de nombreuses familles et les parents regrettent fréquemment de ne pas pouvoir manger aux côtés de leurs enfants le midi. En conséquence, les parents accordent beaucoup d'importance au fait que leurs enfants se sentent bien durant le repas de midi. De plus, la structure d'accueil ou le restaurant scolaire est couramment intégré dans un milieu scolaire, de sorte que les entretiens avec les enseignants et les responsables d'établissement ont également leur raison d'être et favorisent une conception commune de repas plaisants et sains.

	Vrai	Faux
<b>Collaboration avec les parents</b>		
Le concept de restauration et le concept pédagogique sont expliqués aux parents de nouveaux élèves en présence de leur enfant.		
Les parents qui souhaitent se joindre au repas de midi sont les bienvenus moyennant leur inscription.		
Vous demandez aux parents des nouveaux élèves si leur enfant doit respecter un régime alimentaire prescrit par un médecin ou certaines obligations religieuses au niveau des repas.		
Pour les parents qui ne parlent pas votre langue, vous faites appel au besoin à un interprète (communautaire). Ne demandez pas aux enfants de traduire.		
Vous tenez un registre répertoriant les numéros de téléphone et les adresses électroniques des parents afin que tous les collaborateurs puissent les joindre rapidement.		
Un collaborateur de la structure d'accueil ou du restaurant scolaire reste joignable en dehors des heures de consultation fixes pour les cas d'urgence. Un accord protégeant la vie privée de cet interlocuteur a été conclu à ce sujet.		
Vous repérez les faits inhabituels liés aux repas (p. ex. enfant ou adolescent refusant de manger pendant une période prolongée ou ingérant de très grandes quantités). Vous en parlez avec votre équipe et vous envisagez les possibilités d'action avec les parents et l'enfant ou adolescent concerné.		
<b>Collaboration avec les responsables d'établissements et les enseignants</b>		
Vous avez régulièrement des entretiens avec la direction de l'établissement scolaire.		
Vous vous concertez avec la direction de l'établissement sur vos concepts (restauration et pédagogie). La manière dont les enseignants en sont informés est prévue.		
Les enseignants peuvent obtenir des renseignements plus détaillés sur les concepts du restaurant sur simple demande. Un interlocuteur est désigné à cette fin.		
Une fois par an, vous invitez les enseignants et les responsables d'établissement à exprimer leur avis sur les concepts.		
Vous veillez à ce que les autres collaborateurs de l'école, comme les enseignants spécialisés ou les assistants sociaux scolaires, soient informés sur vos concepts.		

Complété le : \_\_\_\_\_ par: \_\_\_\_\_

## **Auteurs**

Ute Bender, Haute école spécialisée de la Suisse du Nord-Ouest, Haute école pédagogique, Santé et économie familiale

Thea Rytz, Service PEP – Prévention concrète des troubles alimentaires

Cornelia Conrad Zschaber, RADIX Fondation suisse pour la santé

Esther Jost/Charlotte Weidmann, Société suisse de nutrition SSN

Contact : Cornelia Conrad Zschaber, conrad@radix.ch

## **Soutien professionnel**

Education + santé réseau Suisse

Réseau éducation + accueil Suisse

Office fédéral de la sécurité alimentaire et des affaires vétérinaires OSAV

Spécialistes actifs sur le terrain

FAPERT – Fédération des associations de parents d'élèves de la Suisse romande et du Tessin

Promotion Santé Suisse

KibeSuisse Fédération suisse pour l'accueil de jour de l'enfant

Fourchette verte Suisse

LCH Association faîtière des enseignants de Suisse alémanique

QuinTaS, Haute école pédagogique de Zürich

Responsables de structures d'accueil de jour, de la restauration/de l'alimentation, de l'environnement, des enfants et des familles dans plusieurs villes et cantons

VSLCH Association des chefs d'établissements de Suisse alémanique

## **Documents disponibles**

Guide d'utilisation des check-lists

Check-list [Organisation](#)

Check-list [Pédagogie](#)

Check-list [Offre alimentaire](#)

Check-list [Alimentation durable](#)

Check-list [Allergies et intolérances alimentaires](#)

Check-list [Collaboration avec les fournisseurs de repas](#)

Check-list [Entretiens avec les parents, la direction de l'école et les enseignants](#)