

# LA SANTE DANS L'ASSIETTE ?

**Agir ensemble pour la qualité de vie, le bien-être et la santé en Bretagne**

Oct. 2019

*Accompagnement documentaire de l'atelier*



L'alimentation d'un enfant d'âge scolaire est essentielle pour sa croissance, son développement psychomoteur et ses capacités d'apprentissage. Elle doit être équilibrée, variée et répartie au cours de la journée : par exemple 20 % du total énergétique le matin, 40 % au déjeuner de midi, 10 % à quatre heures et 30 % le soir<sup>1</sup>.

En France, plus d'un élève sur deux mange à la cantine<sup>2</sup>. La restauration scolaire est encadrée par une réglementation et des recommandations relatives à la qualité nutritionnelle des repas. Ces directives poursuivent un objectif nutritionnel de santé publique et visent à éduquer les enfants au goût et à la diversité alimentaire, tout en tenant compte de leurs habitudes alimentaires et des contraintes des professionnels du domaine. La composition des repas servis dans les cantines scolaires est encadrée par des critères nutritionnels (décret n°2011-1227 du 30 septembre 2011<sup>3</sup>). Ces critères fixent la fréquence de service des aliments : légumes, entrées grasses, poissons... Ainsi, à l'école, les repas comprennent quatre ou cinq plats (entrée, plat protidique, accompagnement, produit laitier, dessert) et doivent respecter une liste de 15 critères fréquentiels - par ex. les plats protidiques ayant un rapport protéines/lipides  $\leq 1$  ne doivent pas être servis plus de deux fois dans une série de 20 repas successifs. Par ailleurs, dans le cadre de la nouvelle lecture de la loi agriculture et alimentation, pendant deux ans, à titre d'essai, toutes les écoles devront « proposer, au moins une fois par semaine, un menu végétarien » comme le précise l'amendement voté en septembre 2018 à l'Assemblée nationale<sup>4</sup> et d'ici le 1er janvier 2022, 50 % de produits alimentaires durables de qualité dont au moins 20 % de produits issus de l'agriculture biologique.

## Bibliographie

- **Alimentation des 0-18 ans : Déterminants et interventions efficaces.** Calvez Morgan, Carles-Onno Flora. Pôle ressources en promotion de la santé, 2019, 100 p. En ligne : <https://cutt.ly/6wZBz6l>
- **Santé publique France présente les nouvelles recommandations sur l'alimentation, l'activité physique et la sédentarité.** Saint-Maurice : Santé publique France (SPF), 22/01/2019. En ligne : <https://bit.ly/2kFMeqA>
- **Décret n° 2019-351 du 23 avril 2019 relatif à la composition des repas servis dans les restaurants collectifs en application de l'article L. 230-5-1 du code rural et de la pêche maritime.** JORF, n°0096, 24/04/2019. En ligne : <https://bit.ly/2kGBQis>

<sup>1</sup> La restauration scolaire [dossier]. Ministère de l'éducation nationale et de la jeunesse, 05/2019. En ligne : <https://bit.ly/2mcxHDp>

<sup>2</sup> La cantine scolaire au service de la nutrition des enfants / VIEUX F., DUBOIS C., DUCHENE C., et al. I. Institut national de recherche agronomique (Inra), 19/02/2018. En ligne : <https://bit.ly/2Jausa>

<sup>3</sup> Qualité nutritionnelle des repas servis dans le cadre de la restauration scolaire. JORF, n°0229, p.16572, texte n°29, Décret 2011-1227 (30 septembre 2011). En ligne <https://bit.ly/2Le93KO>

<sup>4</sup> Loi n°2018-938 du 30 octobre 2018 pour l'équilibre des relations commerciales dans le secteur agricole et alimentaire et une alimentation saine, durable et accessible à tous. Legifrance, 02/11/2018. En ligne : <https://bit.ly/2IMRIjL>

- **Avis de l'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail relatif à l'actualisation des repères alimentaires du PNNS pour les enfants de 4 à 17 ans.** ANSES, 06/2019. En ligne <https://bit.ly/2kgJAYk>
- **Alimentation favorable à la santé. Avis 81.** CNA (Conseil nationale de l'alimentation), 10/2018. 66 p. En ligne <https://bit.ly/2IMyQRM>
- **Avis relatif à l'évolution des messages sanitaires apposés sur les actions de promotion des acteurs économiques dans le cadre du PNNS 4.** HCSP (Haut conseil de la santé publique), 03/07/2018. 11 p. En ligne <https://bit.ly/2BqpEdp>
- **Environnements favorables à une alimentation saine.** In : La Santé en action, n°444, 06/2018, pp. 8-43. En ligne : <https://bit.ly/2klzb7N>
- **Avis relatif aux objectifs quantifiés pour la politique nutritionnelle de santé publique (PNNS) 2018-2022.** HCSP (Haut Conseil de Santé Publique), 02/2018. En ligne : <https://bit.ly/2maZuE5>
- **Alimentation et territoires : comment garantir localement une alimentation de qualité et accessible à tous ? Dossier Ressources.** Fabrique Territoires Santé, 2018. En ligne : <https://bit.ly/2kivvtu>
- **Le repas à la cantine : une expérience forcément négative ?** DUBET F. In : Que manger ? Normes et pratiques alimentaires. Ed. La découverte, 2017, pp. 151 -159. En ligne : <https://bit.ly/2m5JD9M>
- **Réduire le gaspillage alimentaire en restauration collective.** GOUTHIERE L., VERNIER A. ADEME, 2017. En ligne : <https://bit.ly/2FDviYs>
- **Favoriser l'approvisionnement local et de qualité en restauration collective.** Ministère de l'Agriculture, de l'Agroalimentaire et de la Forêt, 02/2016. En ligne : <https://bit.ly/2kcMPQn>
- **GERCM et les nouvelles obligations nutritionnelles.** En ligne : <https://bit.ly/2m7WE2B>

---

### Pour en savoir plus sur les intervenants et leurs projets

- **Plan alimentaire durable de Rennes 2017-2020 : les ambitions, les propositions /** CADRAN Erwan (dir.). Ville de Rennes, Direction des Moyens et des achats, 2017. 31 p. En ligne : <https://bit.ly/2IRSbko>
- **Défi « Collèges à alimentation positive ».** Conseil départemental du Finistère, Direction des collèges, s.d. En ligne : <https://bit.ly/2IIGxsd>

**Rédaction :** Flora Carles-Onno - Documentaliste - IREPS Bretagne