



Réunion du 20 septembre 2016

## Adoption par le Conseil d'administration

CA 38/2016

### **Document étayant la politique en matière d'alimentation et mécanismes de mise en œuvre de l'APEEE**

#### **Introduction générale**

Ce document comporte un double objectif :

- définir les principes généraux applicables à l'organisation des menus, de même qu'à la préparation des repas de midi dans la cantine scolaire ; et
- mettre en place des mécanismes concrets visant à suivre la mise en œuvre de cette politique en matière d'alimentation et à évaluer la satisfaction des élèves ainsi que des enseignants.

Le but ultime de cette démarche consiste à s'assurer que la cantine scolaire proposée par l'APEEE permette aux élèves de bien manger et de consommer une nourriture saine.

Ce document compile les pratiques actuellement en vigueur au sein de la cantine de l'école, de même qu'il a pour objectif d'introduire des mesures concrètes et pratiques visant à répondre aux principales préoccupations émises par les parents et les élèves.

Les principes et les directives définis dans la présente politique concernant la cantine doivent être appliqués, le cas échéant, à la cafétéria de l'école de même qu'à toutes les collations offertes dans le cadre des garderies et des activités périscolaires.

**Contexte :** Lors de la réunion du 19 avril 2016, le Conseil d'administration de l'APEEE a investi son Groupe de travail responsable de la cantine d'un mandat direct visant à préparer une politique complète en matière d'alimentation proposée au sein de la cantine. Le Groupe de travail a soumis sa proposition initiale, laquelle a fait l'objet d'une consultation interne, et a intégré les commentaires émis par la nutritionniste de l'APEEE (Madame Thienpont) et les membres du Conseil de l'APEEE. La version finale de ce document a été revue et approuvée par le responsable de la cantine (Monsieur Delhoux).

#### **1ère Partie - politique en matière d'Alimentation de l'APEEE**

##### **1. Les repas de midi doivent être adaptés aux enfants**

*Le menu doit correspondre aux exigences propres à une cantine scolaire. Il doit proposer des repas adaptés et répondre aux besoins des enfants d'âges différents et de manière plus spécifique, à ceux des enfants en bas âge. Les repas ne doivent en aucun cas être perçus comme étant complexes, et les jeunes enfants doivent pouvoir identifier ce qu'ils mangent avec exactitude. Si les menus proposés doivent être suffisamment variés afin de refléter les différentes habitudes alimentaires de chaque enfant au sein d'une école internationale, ils doivent principalement contenir des aliments attractifs pour la majorité des élèves.*

#### **Lignes directrices :**

- Proposer des repas plus simples, et qui ne soient pas sophistiqués.
- Séparer les composants de chaque repas de midi. Il est préférable de séparer les ingrédients et de les placer à des endroits différents sur chaque plat (viande/pommes de terre/légumes). Cette démarche s'avère



particulièrement importante pour les enfants en bas âge (maternelle, école primaire). Cette recommandation n'exclut pas la possibilité de proposer occasionnellement des plats populaires appréciés par les enfants (par exemple, des carbonnades à la flamande).

- Encourager régulièrement les aliments ainsi que les recettes traditionnels représentant les différentes sections de l'école. Opter pour des recettes simples, également dans ce contexte.
- Éviter les plats « exotiques » et les mets aux saveurs intenses, lesquels sont trop épicés.
- Repérer les repas les plus prisés (devant être à la fois sains et populaires) et veiller à ce qu'ils figurent régulièrement au menu (au moins toutes les trois semaines).
- Surveiller quotidiennement le gaspillage alimentaire, si possible, sous la forme de statistiques, en vue de déterminer et de recenser les plats qui ne sont pas appréciés par les enfants (de même que la catégorie d'âge à laquelle correspondent ces plats). Le gaspillage alimentaire doit être utilisé comme un indicateur clé afin de mesurer la satisfaction du client ainsi que le bien-fondé des plats proposés.

## 2. Les repas de midi doivent être préparés sainement.

*Les repas ne doivent pas être particulièrement lourds. Il est conseillé d'éviter les aliments frits ainsi que les sauces épaisses (sauce béarnaise, à l'ail, tartare). L'utilisation de la margarine dans la préparation des repas, notamment la cuisson de légumes, doit être limitée.*

### Lignes directrices :

- Encourager l'utilisation de l'huile plutôt que la margarine de cuisson ou le beurre dans la préparation des repas. Utiliser la matière grasse insaturée, par exemple l'huile d'olive extra-vierge, dans la mesure du possible pour la cuisson ou les vinaigrettes.
- Favoriser l'achat d'aliments bios et organiques autant que possible.
- Limiter la présence d'aliments frits au menu à une fois toutes les deux semaines maximum (notamment, les frites).
- Les aliments doivent être préparés de manière à pouvoir réduire la quantité de graisse ajoutée : les modes de cuisson préférés doivent être la cuisson à la vapeur, au four, par ébullition.
- Éviter de servir des sauces épaisses avec le repas principal pour qu'il ne soit pas trop lourd et devienne moins sain. Si une sauce s'avère indispensable, elle doit être servie séparément, sur le côté plutôt que sur le repas proposé.
- Limiter la quantité de sel, selon les cas, que ce soit lors de la cuisson ou de la préparation des aliments. En effet, le pain ainsi que les aliments transformés en contiennent déjà. En cas de besoin, garder à l'esprit que les herbes aromatiques ainsi que les épices douces (par exemple, l'origan, le thym) permettent également de donner du goût aux aliments. Éviter le glutamate de sodium (MSG), un exhausteur de goût courant.
- Insister sur le rôle de la nutritionniste. Outre la préparation des menus, la nutritionniste doit également superviser occasionnellement le processus de préparation/de cuisson des repas. L'étape de cuisson des repas requiert occasionnellement la présence physique du nutritionniste et est considérée comme nécessaire (modification des obligations contractuelles si nécessaire).

## 3. Les repas de midi doivent être nourrissants et comprendre de nombreux légumes.

*Il est impératif de proposer un régime alimentaire bien équilibré, sain et adapté aux enfants, dans le respect des normes et des recommandations scientifiques qui s'y appliquent. Cela comprend la consommation de légumes la plus vaste possible. À cet effet, le repas de midi doit être préparé sur place, dans la cuisine de l'école.*

### Lignes directrices :



- Les plats préparés à base de viande ou de poisson achetés en magasin (par exemple, les saucisses, les fishsticks) et donc cuisinés en dehors de la cantine scolaire doivent être proposés comme plat principal maximum une fois par mois.
- Favoriser les légumes et les légumineuses secs (les lentilles, les haricots blancs, les fèves sèches, les haricots de Lima), lesquels constituent une option plus saine.
- Proposer au moins un plat végétarien par semaine.
- Favoriser les légumes saisonniers.
- Les légumes frais tranchés/coupés ne peuvent en aucun cas être servis le jour suivant.
- Le buffet salade doit comprendre un vaste choix de légumes, de légumes secs et d'accompagnements sains. Le choix proposé doit être revu et renouvelé chaque semaine, selon les exigences saisonnières, les préférences des élèves et la présentation occasionnelle d'aliments moins répandus. Le buffet salade est un complément et ne doit en aucun cas se substituer au repas principal proposé.

#### 4. Les repas de midi doivent être servis correctement et intelligemment.

L'heure des différents repas de même que la quantité de nourriture proposée revêtent une importance primordiale et doivent permettre aux enfants de manger agréablement dans le calme et sans aucune forme de stress inutile. Il convient de ne pas placer de baguette sur les tables avant le plat principal car cela coupe l'appétit des enfants qui e sont « rassasiés » qu'avec du pain. Il est préférable de leur présenter des légumes coupés en tranches.

##### Lignes directrices :

- Plutôt que de présenter du pain/des morceaux de baguette sur les tables, favoriser d'abord des crudités (ou légumes crus). Les légumes doivent être servis d'une manière visuellement attractive, en mélangeant les différentes couleurs ainsi que les formes variées. Une phase test pour les élèves plus jeunes (MAT, P1, P2) n'ayant pas accès au buffet salade doit être lancée très prochainement.
- Le pain/morceaux de baguette ne peuvent être servis qu'avec le repas principal, plutôt que d'être présentés sur les tables d'entrée de jeu. Utiliser de préférence du pain complet.
- Ne placer aucune salière sur les tables qui permettrait de saler les aliments après leur cuisson.
- Chaque composante du plat principal doit être servie sans délai. Il convient de servir d'abord des légumes aux plus jeunes élèves (MAT, P1, P2). Le dessert doit être servi à temps afin d'épargner tout stress aux élèves.
- La quantité de nourriture servie aux élèves (par exemple, MAT, P1-P2) doit correspondre à leurs besoins.

#### 5. Les repas de midi doivent comprendre des desserts sains.

*Le site Internet de l'APEEE doit fournir des informations détaillées quant aux desserts proposés avec les repas de midi, plutôt qu'une référence générale mentionnant « produit laitier » ou « dessert du jour ». Un choix plus important de fruits s'avère également incontournable. Un dessert sain fait partie intégrante de chaque repas servi par la cantine de l'école.*

##### Lignes directrices :

- Proposer des informations détaillées sur les desserts proposés. Le « vocabulaire culinaire » doit être davantage développé pour cette section.
- Limiter les desserts laitiers contenant des sucres ajoutés et d'autres additifs ainsi que l'achat de crème glacée à une fois par semaine maximum.
- Les autres jours, proposer des menus contenant des yaourts naturels ou des desserts à base de caillebotte. Leur valeur nutritionnelle est supérieure.



- Envisager la possibilité de préparer les desserts au sein de la cantine (des crèmes maison à faible teneur en sucre ou des desserts à base de caillebotte, des crèmes glacées, des gâteaux), plutôt que de tout acheter en magasin.
- Les desserts ne doivent contenir aucune sucrerie (bonbons).
- Proposer des fruits dans le menu au moins 3 fois par semaine. Vous pouvez proposer des fruits soit comme dessert principal ou comme alternatives à d'autres desserts. Opter pour des fruits mûrs et saisonniers dans la mesure du possible, et veiller à proposer du choix aux élèves.
- Les fruits doivent être présentés de manière visuellement attractive. Ils peuvent être préoccupés uniquement pour les plus jeunes enfants (MAT, P1, P2) si cela facilite leur consommation (par exemple, ce n'est pas le cas des bananes).

## 6. Une nouvelle approche quant aux allergènes

*La cantine scolaire ne peut proposer des repas spéciaux tenant compte des besoins alimentaires spécifiques, des allergies ou des intolérances de chaque élève. Nous ne pouvons satisfaire à ce type d'exigence. Néanmoins, tous les efforts seront déployés afin de présenter les allergènes de manière claire et détaillée, spécifiant le type d'allergène contenu dans chaque aliment. Ces informations permettent aux parents dont les enfants souffrent d'une intolérance à un allergène de les conseiller quant aux aliments à éviter. Nous veillerons à garantir une meilleure communication, plus opportune et directe sur ce point.*

### Lignes directrices :

- Améliorer la présentation des allergènes sur le site Internet de l'APEEE. Identifier le plus précisément possible les aliments contenant des allergènes.
- Distinguer les différents allergènes effectivement contenus dans le repas de midi ainsi que ceux qui sont enregistrés uniquement parce qu'ils représentent un risque de contamination (« traces de... »).
- Établir une liste d'e-mails des parents désireux d'obtenir des informations sur les allergènes, en vue d'optimiser la communication et de les renseigner également par courrier électronique sur l'existence de nouveaux allergènes (à savoir ce que l'on peut uniquement observer lorsque des produits alimentaires parviennent à l'école) dans le menu.
- Transmettre les informations concernant les nouveaux allergènes dans les plus brefs délais (de préférence le vendredi pour la semaine suivante).
- Examiner la faisabilité de proposer des repas exempts d'allergènes (même s'ils doivent être fournis par un tiers externe).

## 7. Information et enseignement

*Les enfants doivent apprendre à apprécier l'importance d'un régime alimentaire sain et nutritif, de même qu'ils doivent comprendre l'impact positif que ces aliments ont sur leur vie. La dimension éducative doit être renforcée par l'implication de l'école et des parents dans le processus.*

### Lignes directrices :

- Inclure des informations diététiques générales sur les différents composants des menus proposés et les communiquer de manière visible, tant aux élèves qu'aux parents (notamment en préparant des affiches d'information). Souligner la présence d'ingrédients à valeur nutritionnelle élevée dans le menu.
- Communiquer des informations intéressantes supplémentaires sur les aliments proposés ainsi que leur origine.
- Les élèves et les étudiants doivent être impliqués, le cas échéant, dans le dressage des tables, ainsi que dans le nettoyage.



- Par le biais des enseignants, encourager la communication sur les différents points touchant la cantine (par exemple, la quantité d'aliments gaspillés) à des fins d'enseignement.

## **2e Partie - Mécanismes de l'APEEE visant à surveiller la mise en œuvre de la politique en matière d'alimentation et évaluation de la satisfaction.**

- 1. Publication de la politique en matière d'alimentation sur le site Internet de l'APEEE.** Une fois la politique en matière d'alimentation approuvée par le Conseil, elle sera publiée sur le site Internet de l'APEEE et accessible à tous les élèves ainsi que les parents.
- 2. Les menus de la cantine doivent être revus par la nutritionniste ainsi que par le Groupe de travail de l'APEEE.** Les menus de la cantine seront connus par la nutritionniste, dont les commentaires seront transmis au responsable de la cantine ainsi qu'au Groupe de travail pertinent. Le Groupe de travail veillera également à ce que la politique en matière d'alimentation de l'APEEE soit dûment reflétée dans les menus proposés, et il peut suggérer des modifications à cet effet. Toute modification proposée par la nutritionniste et le Groupe de travail de la cantine devra d'abord être discutée avec le responsable de la cantine et présentée dans les menus revus, à moins que des motifs sérieusement fondés en empêchent la mise en œuvre.
- 3. Analyse d'un échantillon des recettes par le nutritionniste.** Le responsable de la cantine conserve une liste des recettes servant à la préparation des repas de midi proposés aux étudiants. Tous les trimestres, le Groupe de travail de la cantine sélectionne un échantillon des recettes de qu'il envoie ensuite à la nutritionniste à des fins d'analyse et de suggestions. Un rapport trimestriel doit être préparé par la nutritionniste et contenir également les informations concernant les recettes utilisées ainsi que la préparation des repas.
- 4. Visite de la cantine par la nutritionniste ou des membres du Groupe de travail de la cantine.** En coopération avec le Groupe de travail de la cantine, la nutritionniste organisera des visites annoncées ou aléatoires (au moins trois visites au cours de l'année scolaire). Ces visites ont pour objectif de surveiller la mise en œuvre de la politique en matière d'alimentation, notamment les recettes ainsi que les recommandations spécifiques à la préparation des repas de midi. Un rapport sera rédigé après chaque visite et il peut inclure des recommandations visant à améliorer les repas. Le Groupe de travail se chargera du suivi de ces mesures.
- 5. Vérification des factures relatives aux produits achetés** – au moins deux fois au cours de l'année scolaire, le Groupe de travail de la cantine examinera les factures relatives aux produits achetés pour la cantine dans le but de vérifier la mise en œuvre de la politique en matière d'alimentation.

### **Mécanisme permettant d'évaluer la satisfaction**

- 1. Retour d'information des enseignants** – Conformément à la description de fonction du Superviseur de la cantine scolaire, les superviseurs feront part de leur avis concernant la qualité des aliments aux représentants de l'APEEE. En coopération avec les représentants de l'école, le Groupe de travail de la cantine élaborera une procédure formelle sur la manière de compiler ce retour d'information. Le cas échéant, en collaboration avec le responsable de la cantine, et sur base de ce retour d'information, le Groupe de travail de la cantine conviendra des mesures à prendre en vue d'optimiser le fonctionnement de la cantine. Le suivi de ces mesures sera effectué par le Groupe de travail de la cantine.
- 2. Retour d'information des parents** Une boîte aux lettres fonctionnelle sera mise à la disposition des parents souhaitant faire part de leur opinion. Les suggestions ainsi que les plaintes seront évaluées et une réponse sera d'emblée transmise. Si les limitations actuelles concernant l'accès des parents à l'école sont plus souples, ceux qui rejoignent occasionnellement leur enfant à la cantine seront invités à répondre à un bref questionnaire.



3. **Retour d'information des élèves** – Plusieurs options informatiques permettant de collecter quotidiennement le retour d'information des élèves doivent être exploitées, notamment la possibilité d'installer des dispositifs de satisfaction, « Content, Pas content », pour une période spécifique. Les élèves sont les clients de la cantine de l'école et nous devons prêter une attention particulière à leurs remarques ainsi qu'à leur avis général.
4. **Enquête de satisfaction globale** – Tous les 2 ans, le Groupe de travail organisera une enquête de satisfaction globale concernant tous les domaines du secteur HORECA au sein de l'école (cantine des étudiants, cafétéria, cantine des enseignants, distributeurs, etc.). Les résultats de cette enquête, notamment les propositions visant à prendre des mesures, seront soumis au Conseil d'administration pour approbation 2 mois après la clôture de l'enquête.
5. **Évaluation du retour d'information par la nutritionniste** – La nutritionniste doit être impliquée dans l'évaluation du retour d'informations collectées via les différents canaux et mécanismes mis en place. Les résultats de cette évaluation, notamment la position quant à certaines plaintes spécifiques reçues, doivent être communiqués sous forme d'un rapport au Groupe de travail de la cantine.

-----

<p><b>Évaluation de la politique en matière d'alimentation de l'APEEE.</b> Une vérification de la mise en œuvre de la nouvelle politique en matière d'alimentation de l'APEEE doit avoir lieu fin mars 2017.</p>
--