

*Guide  
de l'alimentation  
en accueil collectif de mineurs*





# Préface

---



L'alimentation revêt une importance fondamentale dans la vie de chacun et elle conditionne le bien être, l'équilibre physique et psychologique de tout individu.

Le guide de l'alimentation en accueil collectifs de mineurs (ACM) précise les bonnes pratiques d'hygiène applicables et propose une aide pour la mise en place d'un système de maîtrise des dangers.

Généralement ce sont les jeunes animateurs et directeurs qui assurent les activités pédagogiques dont la préparation des repas avec la participation des enfants. Lors des sorties à la journée, pendant les mini camps et les camps itinérants ou lors des camps de scoutisme, la plupart des repas ont lieu en plein air.

Conçu pour aider les personnes intervenant dans la préparation des repas ce document n'est pas prescripteur mais constitue un outil de réflexion pour faciliter l'organisation des repas et garantir l'hygiène et la sécurité des aliments proposés en A.C.M. Pour que manger reste un plaisir en soi, ces derniers sont les lieux privilégiés pour y développer une éducation au goût et permettre d'apprendre aux enfants les bienfaits d'une alimentation équilibrée.

L'éducation nutritionnelle est aussi une opportunité pour faire passer un message de prévention, à la fois ludique et pédagogique. C'est un véritable enjeu que de séduire les enfants et les adolescents avec un thème parfois difficile à aborder. Réduire un sujet si vaste en quelques pages est une gageure, mais "Eure animation" donne des pistes de travail, des idées et des ressources pour investir quotidiennement ce thème.

**Thierry COUDERT**  
**Préfet de l'Eure**



# Préface

---



Le sujet de l'éducation nutritionnelle s'inscrit plus largement dans l'éducation à la santé. La définition de la santé par l'OMS précise qu'il s'agit "un état de complet de bien-être physique, mental et social et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité".

L'enjeu est de vivre en bonne santé tout au long de sa vie. L'éducation à la santé est ainsi l'affaire de tous les parents et l'ensemble des acteurs éducatifs, dans une logique de parcours de vie des individus. Elle relève tout à la fois d'une responsabilité individuelle, mais aussi collective.

L'éducation nutritionnelle est essentielle en termes de prévention et d'alimentation fait souvent l'objet de débats au sein des familles.

Le rapport à l'alimentation est un sujet sensible chargé culturellement et socialement. Il suppose à la fois des connaissances sur le lien entre la nutrition et la santé, sur le fonctionnement de notre corps, sur l'hygiène de vie en général ..., des savoirs faire liés au statut de consommateurs des enfants et des jeunes, sur le choix et la préparation des produits alimentaires, des savoirs-être liés à l'image de soi corrélée à la nécessité d'entretenir son corps notamment par la pratique d'une activité physique régulière.

Les ALSH en tant que tiers lieux éducatifs sont des espaces / temps privilégiés pour la mise en pratique de cette nécessaire sensibilisation avec les enfants et les jeunes tout en impliquant les familles.

Cependant leur action ne peut être isolée, elle doit faire l'objet d'une réflexion et d'un engagement collectif, s'inscrire dans le cadre d'un projet éducatif pensé, à l'échelle du territoire de vie des enfants, des jeunes et de leurs familles. Ceci, afin que tous les lieux d'éducation inscrivent cet objectif éducatif dans leurs projets et agissent en synergie.

La contribution des ALSH à l'éducation nutritionnelle et donc à la promotion de la santé, de l'alimentation durable en font un des acteurs potentiels de la transformation sociale et sociétale et participe à leur reconnaissance vis à vis des autres acteurs de l'action éducative.

**Philippe CHARPIN**  
**Président de la CAF de l'Eure**



# Sommaire



<b>Les règles d'hygiène</b> .....	<b>P 8</b>
→ Les denrées .....	P 8
→ Les formes de produits alimentaires .....	P 9
→ Les produits de la ferme .....	P 10
→ L'agriculture biologique .....	P 10
→ Le personnel .....	P 11
→ Les locaux .....	P 12
<b>Le pique-nique et la randonnée</b> .....	<b>P 13</b>
<b>L'alimentation de plein air</b> .....	<b>P 14</b>
→ L'installation .....	P 14
→ Le lavage des mains .....	P 14
→ La gestion de l'eau .....	P 15
→ L'approvisionnement .....	P 16
→ La traçabilité .....	P 17
→ L'équipement et l'hygiène des locaux et du matériel .....	P 17
→ Les aliments sensibles .....	P 18
→ La cuisson au bain marie .....	P 18
→ La distribution des repas .....	P 18
→ Les conditions de stockage .....	P 19
→ La nature des matériaux de cuisine .....	P 20
→ Les poubelles .....	P 20
<b>L'importance du repas</b> .....	<b>P 21</b>
→ Le rythme .....	P 21
→ L'éducation nutritionnelle .....	P 22
→ La relation sociale .....	P 23
→ Les jeunes enfants .....	P 24
→ Les adolescents .....	P 24
<b>L'animation cuisine</b> .....	<b>P 25</b>
→ La commission repas .....	P 25
→ L'atelier cuisine .....	P 26
→ L'activité périscolaire .....	P 26
→ L'accueil des enfants allergiques .....	P 27
<b>Les points de réglementation</b> .....	<b>P 28</b>
→ La démarche HACCP .....	P 28
→ Les toxi-infections alimentaires .....	P 28
<b>Adresses utiles</b> .....	<b>P 29</b>

# Les règles d'hygiène

## Les denrées

### Stockage

*Surgelés et congelés : - 10°*

*Glaces : - 20°*

*Poisson frais : 0 à 3°*

*Beurre, œuf fromage : 3 à 6°*

*Légumes et fruits : 8 à 10 °*

*Conserves, épicerie : 12°*

*Les produits d'entretien ne sont jamais conservés à proximité de la nourriture mais dans un local ou un placard fermé à clef.*

*La conservation des repas test : c'est entre 80 et 100g d'un plat préparé, conservé cinq jours entre 0° et 3° dans un sac de congélation ou une boîte, que l'on oublie pas de dater.*

Lorsque l'on a plusieurs convives à nourrir, parfois en peu de temps, voire à transporter des repas, il convient de porter une attention aux causes d'apparition des intoxications alimentaires. Aussi il faut éviter les apports de micro organismes nuisibles en veillant à l'hygiène des denrées, des manipulations, du personnel, des locaux, du matériel.

Dès la réception des denrées il faut bien en contrôler la quantité et la qualité ; le résultat sera consigné sur le bon de livraison et une fiche de non-conformité sera établie si besoin. Le camion frigorifique doit fonctionner correctement.

Si vous avez à cuisiner vous-même, faites en sorte que la préparation soit la plus rapprochée possible de la consommation. Si la cuisine est éloignée du lieu de consommation deux techniques de distribution des plats chauds existent : la liaison chaude et la liaison froide.

Vous devez vous assurer qu'il n'y a pas eu de rupture de chaîne : en **liaison chaude** le plat doit toujours rester au dessus de + 65° ; en **liaison froide** de transport on doit respecter 0° à 7° pour la liaison réfrigérée et - 10° pour la liaison surgelée. Les plats chauds doivent arriver à + 65° dans l'assiette des convives.

Pour les **plats froids** (entrée, desserts, fromages, pâtisserie) moins d'une heure doit séparer la fin du stockage de la consommation. La préparation et la consommation sont effectuées dans la même journée.

En aucun cas ne conservez les excédents !

Tout produit entamé, non transformé, doit être remis dans les conditions de stockage prévues dans un emballage refermable avec l'emballage d'origine, sinon l'étiquette soigneusement découpée. Sur le sac on notera de manière indélébile la date d'ouverture et le numéro du lot.



## Les formes de produits alimentaires

Un fruit importé hors saison consomme 10 à 20 fois plus de pétrole pour son transport que le même fruit produit localement, et il faut ajouter l'énergie nécessaire à la culture sous serres chauffées. La France a une très grande diversité de production agricole qui permet de composer des menus variés à tout moment de l'année. Si elle est un peu oubliée, la **saisonnalité des aliments** est à redécouvrir par les activités pédagogiques.

Une **alimentation équilibrée** est une alimentation variée, puisée chaque jour dans les groupes d'éléments suivants :

- viandes, œufs et poissons
- laits et produits laitiers
- légumes et fruits crus
- légumes et fruits cuits
- matières grasses
- pains, céréales, féculents et légumes secs

Les menus sont à établir en fonction des activités de la journée. La seule boisson indispensable est l'eau : il est recommandé que les jeunes boivent au minimum un litre d'eau en dehors de ce qu'ils boivent lors des repas. Dans une journée, il faut donc retrouver dans les menus :

- un apport protidique principal : viande, œufs ou poisson
- un apport protidique complémentaire
- un apport de légumes verts cuits principal
- un apport de cuidités complémentaire : légumes ou fruits cuits
- un apport glucidique principal : féculents
- deux apports glucidiques complémentaires : pâtes à tartes, gâteaux, céréales

- trois apports de produits laitiers minimum
- deux apports de crudités : légumes et fruits crus
- deux apports de matières grasses : beurre cru du petit déjeuner ou assaisonnement de la cuisine plus l'huile de cuisson.



*Certains accueils de loisirs ne fournissent pas le **déjeuner qui est apporté par les enfants**... Il faut attirer l'attention sur le contenu du repas, sa conservation, et le rôle des animateurs qui n'ont pas à faire passer des dizaines de repas au micro onde...*





## Repères de consommation :

Fruits et légumes	Au moins 7 par jour	A chaque repas. Crus, cuits, nature ou préparés Frais, surgelés ou en conserve
Pains, céréales, pommes de terre et légumes secs	A chaque repas, selon l'appétit et selon l'activité réalisée	Favoriser si possible les éléments céréaliers complets et privilégier la variété
Laits et produits laitiers : yaourts, fromages	3 ou 4 par jour	Privilégier les fromages les plus riches en calcium, les moins gras et les moins salés et privilégier la variété
Viandes et volailles, produits de la pêche et œufs	1 à 2 fois par jour	En quantité inférieure à l'accompagnement Viandes : privilégier la variété des espèces et les morceaux les moins gras Poisson : au moins deux fois par semaine, dont un poisson gras
Matières grasses	Limiter la consommation	Privilégier les matières grasses végétales (huile d'olive ou de colza) Favoriser la variété Limiter les graisses d'origine animale
Produits sucrés	Limiter la consommation	Attention aux boissons sucrées Attentions aux aliments à la fois gras et sucrés
Boissons	De l'eau à volonté	Au cours et en dehors des repas Limiter les boissons sucrées
Sel	Limiter la consommation	Ne pas ajouter de sel avant de goûter Réduire l'ajout de sel dans les eaux de cuisson

## Les produits de la ferme

Une ferme comporte potentiellement des risques matériels et sanitaires à prendre en considération.

Le responsable de la ferme doit se rapprocher des services vétérinaires départementaux pour garantir son établissement au regard de la brucellose, de la tuberculose et autres maladies contagieuses transmissibles à l'homme.

La dégustation de **lait cru** de vache n'est possible que si la marque de salubrité nationale "lait cru" prévue par la réglementation a été attribuée à la ferme.

Attention à bien faire bouillir le lait cru.

La dégustation de lait cru de chèvre ou de brebis est fortement déconseillée. La consommation d'**œufs crus** n'est possible que sur avis favorable des services vétérinaires.

## L'agriculture biologique

C'est une forme d'agriculture qui exclut l'utilisation de produits chimiques, pesticides et antibiotiques, ayant un impact fort sur la santé et l'environnement. Des techniques plus naturelles sont utilisées pour lutter contre

les maladies et, même si les variétés cultivées ont une productivité plus faible, elles sont souvent plus rustiques avec un meilleur goût.

Il est préférable de privilégier les produits locaux et de saison. En les achetant directement au producteur, à la ferme ou sur le marché, vous payerez moins cher et vous soutiendrez l'économie locale. Pourquoi ne pas profiter de l'occasion pour prévoir une visite de l'exploitation ?

En animation, l'utilisation des nombreuses variétés de légumes permet de créer des assiettes de crudités multicolores. Si la production est biologique, la peau des légumes, lavés, peut même être consommée.

## Le personnel

La personne chargée de la cuisine doit avoir passé une **visite médicale** dans l'année. Elle n'a pas à intervenir dans la préparation des repas en cas d'infection cutanée, d'infection respiratoire (rhume, bronchite, grippe...) ou d'infection intestinale. Les personnes malades doivent être évincées. Les blessures aux mains protégées.

Elle doit porter un **tablier de protection**, des chaussures adaptées anti dérapantes, une blouse à manches longues, de teinte claire, en coton. Les cheveux doivent être attachés et le personnel doit porter une coiffe. Les bagues, bracelets et autres bijoux sont proscrits.

Elle doit pouvoir **se laver les mains régulièrement** dans un espace dédié à un lave-mains à commande non manuelle fournissant de l'eau mitigée et équipée d'un distributeur de savon liquide, d'un distributeur d'essuie-mains individuel à usage unique et d'une poubelle avec couvercle.

A l'occasion des camps, les animateurs ou les jeunes participants eux mêmes à la confection des repas doivent être sensibilisés aux règles relatives à la santé et à l'hygiène des cuisiniers et aussi à la maîtrise de la chaîne

du froid. Le lavage régulier des mains et avant bras doit être approfondi et répété.

S'il ne peut s'agir de formation de type professionnel il existe des sessions d'approfondissement au BAFA sur le thème de l'hygiène et de la sécurité en mini camps. Des documents de bonnes pratiques, de forme ludique, peuvent être conçus pour les enfants et les jeunes, voire des jeux sur l'hygiène, l'équilibre alimentaire, des tableaux d'affichage, ...





## Les locaux

### La cuisine

Les différents postes doivent être séparés dans l'espace ou dans le temps en respectant le principe de la marche en avant des denrées.

On doit d'abord assurer les préparations froides que l'on stocke tout de suite en frigo puis les préparations chaudes.

### L'entretien

Tous les jours les matériaux, ustensiles, plans de travail, sols doivent être lavés, désinfectés, rincés et séchés. Les filtres à graisse de la hotte aspirante doivent être nettoyés chaque mois.

La cuisine n'est pas une salle à manger.

*Les animaux de compagnie, les rongeurs, les insectes, mais aussi les plantes vertes sont à proscrire en cuisine !*

### La salle à manger

Les repas étant des **moments de détente**, il faut pouvoir associer calme et repas tout en permettant la communication et l'échange. Il est indispensable de maintenir le niveau sonore en dessous d'un seuil acceptable, et donc la salle à manger doit être un espace isolé des bruits extérieurs et protégé des bruits intérieurs que sont les cris des enfants, le choc des couverts, les conversations, les appareils d'équipement comme la ventilation.

Il convient de procéder à un traitement acoustique des locaux, notamment par la mise en place de matériaux absorbants. Attention cependant à ce que le choix des **matériaux** respecte les contraintes des règles d'hygiène spécifiques à la restauration.

Il n'est pas interdit de décorer les murs par autres chose que les affiches des fournisseurs.



### Quelques dispositions :

- préférer des volumes restreints
- abaisser le plafond
- disposer des cloisons, sans compromettre le nettoyage des locaux
- utiliser du mobilier adapté : chaises à embouts...
- limiter le nombre de convives par table



# Le pique-nique et la randonnée



Lorsque les **pique-niques** sont préparés à la maison il est bon de donner des consignes simples aux parents sur la possibilité de conservation au froid des aliments, et qu'ils soient en adéquation avec l'activité.

Il convient d'emporter suffisamment d'**eau potable** et de surveiller la localisation des points d'eau potable d'approvisionnement.

**Des lingettes nettoyantes et désinfectantes** ou du gel peuvent à l'occasion remplacer l'utilisation de l'eau et du savon.

En randonnée vérifier les possibilités d'approvisionnement avant d'établir les menus, en tenant compte des activités.

Lors d'un pique-nique, les repas sont constitués de produits stables à la chaleur qui peuvent attendre d'être consommés (pain, fromages à pâte cuite, pâtés en boîte, légumes crus épluchés et lavés, saucisson sec, fruits, fruits secs...). Toutes les préparations à base d'œufs sont à éviter, à l'exception des œufs durs conservés dans leurs coquilles.



Le **conteneur isotherme** maintient des produits à une température proche de leur température d'origine pendant une durée limitée :

- son bon état notamment d'étanchéité doit être vérifié régulièrement.
- un thermomètre indiquant les températures négatives doit y être placé.
- les plaques eutectiques permettent de conserver des aliments réfrigérés dans les conteneurs isothermes.

Si le transport en glacière n'est pas possible, le pique-nique doit privilégier les produits non altérables se conservant à température ambiante :

- légumes crus préalablement lavés
- conserves : pâtés, entremets, salades composées
- produits secs : chips, gâteaux secs
- charcuteries stables : saucisson sec
- fruits ou compotes

Les **sacs isotherme** sont utiles pour le transport entre le lieu d'achat et le lieu de consommation mais ne peuvent assurer la conservation. En revanche existent des **sacs à dos glacière**. Dans les glaciers bien mettre les produits à risque au plus près du frais.



# L'alimentation de plein air

L'activité de restauration collective de plein air est essentiellement mise en place par des **non professionnels**, il s'agit cependant pour eux d'avoir une démarche d'analyse et de maîtrises des dangers afin d'assurer la **salubrité** et la **sécurité** des aliments proposés.

Il convient d'éviter toute toxico-infection alimentaire collective (TIAC) en prévenant les dangers :

- biologiques : maintenir la chaîne du froid, avoir une vigilance sur l'eau, bien se laver les mains.
- chimiques : éviter la cueillette (baies, champignons...) laver les fruits et légumes, bien rincer le matériel de cuisine après lavage, n'utiliser que des ustensiles et récipients de qualité alimentaire.
- physiques : surveiller les feux utilisés pour la cuisson, ainsi que tous débris extérieurs tels végétation, insectes...
- allergiques : être attentif aux produits contenant des allergènes.

## L'installation

Les lieux, tentes, abris, périmètres spécifiques en plein air, sont aménagés pour une durée comprise entre une journée et plusieurs semaines. Il faut éviter les poussières, les débris végétaux, les pollutions chimiques, les insectes et ravageurs donc éviter les lieux de passage, les espaces consacrés à l'hygiène, les vents dominants....poser une toile de tente ou une bâche, enfermer les aliments dans des contenants bien secs. Ne jamais stocker à même le sol.

La préparation de cuisine doit pouvoir être assurée debout, sur un plan de travail lisse et stable et aisément lavable.

Avant de faire du feu prendre connaissance de la réglementation locale et de ses éventuelles interdictions et s'assurer d'avoir l'accord du propriétaire du terrain.

Le coin vaisselle doit être bien séparé de l'espace préparation, avec un système d'évacuation des eaux usées éloigné.

## Le lavage des mains

Un dispositif doit être installé pour les personnes qui préparent le repas avec point d'eau potable, essuie main à usage unique ; le lavage des mains doit être effectué à plusieurs reprises lors de la préparation des repas.



## La gestion de l'eau

L'eau peut être contaminée par des micro organismes aussi il convient de n'utiliser que de celle provenant d'une source en eau potable dûment autorisée, ne la stocker que dans des récipients adaptés, nettoyés, et réservés à un seul usage, à l'abri de la chaleur et de la lumière, et loin des produits d'entretien.

- Il convient de s'assurer de la présence obligatoire d'un **certificat de potabilité de l'eau** fourni par un laboratoire agréé si la source de l'eau n'est pas l'adduction publique.
- **Le stockage de l'eau** est effectué dans des récipients adaptés au contact alimentaire, à l'abri de la chaleur et de la lumière. Ces récipients sont exclusivement réservés au stockage de l'eau ils sont reconnaissables par ce symbole : 
- Le stockage des jerricans fermés se fait en hauteur et à l'ombre.
- **La désinfection régulière** des jerricans est effectuée à l'eau de Javel ainsi que les gourdes

des jeunes : pour cela il faut nettoyer l'extérieur et l'intérieur, verser 1 verre (150ml) de Javel pour 5L d'eau, laisser 15 minutes, vider et rincer abondamment à l'eau potable, faire de même avant avec les robinets.

- Si l'eau est conduite sur le lieu de camp par l'intermédiaire d'un tuyau de jardin il convient de favoriser au maximum le remplissage des bidons directement au robinet. Si c'est impossible il faut faire couler l'eau pour vider la totalité du tuyau avant de remplir les jerricans, dans le but de vidanger l'eau stagnante. De plus il est recommandé d'utiliser un pistolet pour éviter l'intrusion de bêtes ou de salissures dans le tuyau et ne pas hésiter à utiliser un tuyau spécial pour le camp et pas celui déjà présent sur le lieu.
- L'eau doit être **potable** pour tous les usages domestiques : alimentation, lavage des mains, vaisselle, cuisine, toilette, lessive.



Dans les **organisations scouts**, les menus sont prévus dans le dossier de camp. Ils sont soumis à l'approbation du responsable de groupe, du responsable territorial et communiqués dans le dossier de camp. Ils sont affichés sur le panneau prévu à cet effet à l'entrée du camp. Ils tiennent compte des plannings d'activité, de la saison, de la zone géographique, des possibilités d'approvisionnement et des régimes spécifiques des jeunes : allergies, croyances religieuses...

En cas d'impossibilité de stockage au froid les courses sont à effectuer quotidiennement.



## L'approvisionnement

Il vaut mieux avoir préparé les menus avant le séjour. Simples, ils doivent nécessiter un minimum de préparation et de manipulation. Le choix des denrées tient compte des conditions d'approvisionnement, de transport, de stockage, de climat...

Lors du choix du lieu de camp ou de week-end, la question du mode d'approvisionnement doit entrer en ligne de compte. Parcourir 50 km par jour pour faire les courses n'est ni écologique, ni économique. Il vaut mieux opter pour la superette du village que pour le supermarché lointain. La possibilité d'avoir accès à un réfrigérateur aura un impact sur les menus et la fréquence des déplacements. Voici aussi quelques idées à exploiter :

- de nombreux villages sont visités par des **commerçants ambulants**, leur jour de passage et leurs coordonnées sont connus à la mairie.
- pour les fruits et légumes, se renseigner pour connaître l'adresse d'un **maraîcher**,

prendre contact avec lui en amont pour adapter les menus à sa production. Les légumes pourront se conserver plusieurs jours dans un endroit frais.

- pour les achats alimentaires, mais aussi pour les produits d'entretien... il est courant de pouvoir **négoier**.
- pour limiter la production de déchets, il faut éviter les emballages, en bannissant la portion individuelle et en achetant du vrac et préférer les **boîtes hermétiques réutilisables**... aux sacs plastiques !

Si le supermarché du coin a mis en place un **drive**, cette option est à privilégier pour la gestion des approvisionnements et le respect de la chaîne du froid.

*Exigences communiquées par les animateurs aux jeunes*

- mettre en place un lieu pour favoriser le lavage des mains avant de passer à table
- ne pas boire à la bouteille commune
- ne pas goûter avec les doigts pendant la préparation
- ne pas lécher la cuillère de service
- ne pas remettre sa cuillère utilisée dans le pot commun.
- ne pas manipuler de denrées alimentaires en cas d'infections ou de plaies sur les mains





conservé cinq jours entre 0 et 3°, de manière individuelle et clairement identifiée. Il est bon de les rapporter sur le lieu de départ du séjour, à condition de ne pas rompre la chaîne du froid.

## La traçabilité

C'est l'obligation réglementaire qui permet de pouvoir suivre l'aliment de la production jusqu'à l'assiette. Pour cela il faut :

- conserver les étiquettes des produits réfrigérés, surgelés et des œufs avec photos possibles si elles sont présentables facilement en cas d'inspection.
- conserver le support contenant les étiquettes et numéro de lots pendant au moins 6 mois : cahier d'intendance, de comptabilité, preuves d'achats, fiche de suivi de la traçabilité.
- conserver les menus servis.
- prévoir des plats témoins : 80 à 100 g de chaque plat

## L'équipement et l'hygiène des locaux et du matériel

- **L'emplacement** est à l'écart des lieux de passage, si possible ombragé.
- **Les surfaces** sont lisses et lavables, non poreuses et imputrescibles (pas de bois brut) pour le lieu de préparation des aliments. Il est possible d'utiliser une toile cirée.
- **Deux bacs** pour le lavage et le rinçage de la vaisselle qui doivent être propres avant chaque usage.
- Il faut prévoir des bacs distincts pour la **vaisselle** et d'autres pour le lavage des fruits et légumes : mettre en place un marquage précis permettant la différenciation.
- **Les animaux** ne doivent pas venir dans les espaces de préparation et de consommation des repas.
- La séparation des secteurs **propres** (préparation, manipulation des plats, cuisson) et **sales** (vaisselle, poubelles, nettoyage) permet de respecter la "**marche en avant**" : le propre ne doit jamais croiser le sale (lieu de stockage des denrées, lieu de préparation, lieu de cuisson, lieu de repas, vaisselle, évacuation des eaux sales et des déchets).
- **Lavage et stockage** de l'ensemble du matériel sont effectués après chaque utilisation.
- L'emploi de **produits détergents désinfectants** lors du lavage fréquent des mains permet d'éliminer l'ensemble des microbes et germes.
- Le nettoyage et la désinfection des **glacières** et **jerricans** sont quotidiens.
- Le dispositif d'élimination des **eaux usées** (trou à eaux grasses) est suffisamment éloigné du lieu de préparation et de prise des repas avec un système de filtrage.



## Aliments sensibles

- Il faut bien conserver les codes figurant sur les coquilles des **œufs** (le numéro suit le format suivant : 1-FR-AAA-01 ) et l'étiquette d'emballage des œufs qui doit être conservée 7 jours.
- Les œufs doivent être conservés à température ambiante ou au frais (une fois mis au frais, c'est le mode de conservation qui doit être conservé) et toujours cuits à cœur.
- Il ne faut pas acheter ou utiliser des œufs dont la coquille est fêlée, la coquille doit toujours être propre et intacte.
- Il ne faut pas nettoyer les œufs avant usage.
- Les omelettes doivent être servies cuites, non baveuses.
- La consommation en collectivité de produits dits "non cuits à cœur" peut présenter des risques (mayonnaise maison, œufs brouillés, œufs au plat, mousse au chocolat maison).
- Les **steaks hachés** doivent être cuits à cœur (plus de sang visible).

- De façon générale il est fortement recommandé une cuisson à cœur des viandes.
- Le lait cru peut être consommé uniquement s'il a été bouilli pendant 10 minutes puis refroidi le plus rapidement possible. Il est à noter que les conditions en cuisine de plein air ne sont pas idéales pour une telle pratique : cela n'est donc pas recommandé.

- Il y a obligation de jeter toute brique réchauffée et non consommée, même non ouverte.
- Il ne faut jamais réutiliser l'eau à des fins alimentaires (repas ou vaisselle) car elle contient des résidus de colles et de colorants toxiques pour la santé.

## Cuisson au bain marie

- Le chauffage des briques "tetra pak" au bain-marie pour préparer des aliments chauds (soupes, lait ...) est autorisé.

## Distribution des repas

- En camp, les repas sont préparés au plus près du moment de consommation.





## Conditions de stockage

- Le lieu de stockage du matériel et des denrées alimentaires doit être un lieu clos à l'abri de la chaleur et de l'humidité, sans contact direct avec le sol, avec un sol facile à nettoyer. Malles et containers peuvent être posés sur des palettes en bois.
- Le stockage des produits alimentaires est séparé de celui des produits d'entretien.
- Il faut bien respecter les températures de stockage indiquées sur chaque produit.
- Le stockage du matériel de cuisine totalement sec est effectué dans des malles/cantines fermées sans contact direct avec le sol.
- Le stockage des aliments "secs" est prévu dans des contenants hermétiques, qui sont stockés hors du sol.
- Si un réfrigérateur ou congélateur a été mis à disposition il faut vérifier son bon état de propreté avant le séjour et l'étanchéité des joints. La mise en marche est effectuée douze heures avant d'y déposer les premières denrées et un thermomètre doit y être mis. Les produits doivent être isolés par des boîtes ou des pellicules plastiques. Il ne faut pas installer un réfrigérateur en plein soleil.

## Préconisations

*Éviter les viandes crues (steaks tartare, carpaccio), les poissons crus, les fruits de mer crus, les préparations à base d'œufs crus (mousse au chocolat mayonnaise..) les steaks hachés.*

*En camp ne pas hésiter à jeter la bouteille de lait, le tube de mayonnaise... lorsqu'ils sont entamés, et pour cela préférer l'achat de petits contenants.*

*Vérification régulière et respect des dates limites de consommation (DLC) et dates limites d'utilisation optimale (DLUO).*

*Des aménagements simples peuvent permettre la cuisson en plein air :*

- un foyer au sol
- la table à feu aménagée avec piquets et perches
- le four encastré dans un talus.

*L'après repas est aussi à gérer : la vaisselle est aussi un temps éducatif qui peut être convivial. Il convient de bien vérifier toujours après chaque repas que l'endroit est laissé propre.*

*Lorsque l'organisateur a ouvert pour le séjour un compte dans un magasin bien s'assurer de ses jours d'ouverture....*



*Respect de la chaîne du froid pour les denrées alimentaires qui ne peuvent pas être entreposées à température ambiante : vérifier les températures de transport sur les thermomètres des glacières, les glacières doivent être équipées de plaques eutectiques (pains de glace).*



## Nature des matériaux de cuisine

- Les ustensiles de cuisine doivent être en inox ou tout autre matériaux inoxydable (plastique...) mais pas en bois. La cuisson papillote ne présente aucun danger. S'il y a une volonté de doubler la feuille d'aluminium, choisir du papier sulfurisé. La feuille de papier enveloppe la nourriture et celle d'aluminium protège du feu.
- Le plastique alimentaire est reconnaissable par un logo avec une fourchette et un verre.

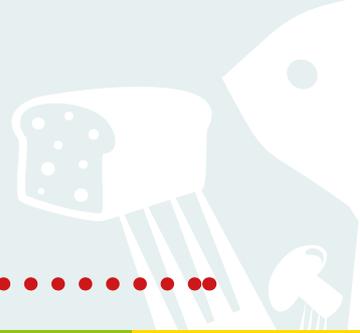


## Poubelles

- Les poubelles disposent de couvercles ou d'une méthode de fermeture, lavées et désinfectées régulièrement.
- Les sacs étanches et solides sont hermétiquement clos, à l'ombre, dans un lieu éloigné de la cuisine, protégés des animaux.
- Il convient de prendre en compte les consignes de tri propres à chaque commune.
- L'évacuation des déchets à l'extérieur doit être faite aussi souvent que possible, au minimum une fois par jour.



# L'importance des repas



## Le rythme

Les temps de repas sont déterminants dans le rythme d'une journée aussi il est préférable qu'ils soient pris **régulièrement**.

La durée doit pouvoir être suffisamment longue, soit environ **45 minutes** pour les deux repas principaux, tout en laissant à chacun le loisir de pouvoir s'alimenter à son rythme.

Le repas est le lieu notamment de l'éducation nutritionnelle et

donc l'occasion de faire appel à des **préparations nouvelles**, pour certaines à base de légumes, de poissons,... ou à la sensibilisation à l'excès de graisses, de sucre soluble.

Le choix du **self-service** présente un intérêt pédagogique pour l'apprentissage à l'autonomie et favorise les choix personnels d'aliments. La vigilance d'un adulte doit pouvoir accompagner l'enfant vers un équilibre du repas.

Pour occuper une attente entre les plats il est parfois bon de rechercher des **effets de sur-**

**prise** : proposer un quizz calme par table ou la présentation d'un légume que les enfants ne connaissent pas, parcourir une carte de France avec mention des fromages peu connus, arrivée d'un **musicien**...

Les enfants qui ont fini de manger peuvent quitter la table avec un accompagnateur, laissant finir à leur rythme ceux qui n'ont pas terminé.

Les adultes doivent tous avoir le respect de l'enfant. Il peut être opportun d'associer ATSEM et animateurs sur le temps du repas et qu'ils puissent tourner.



### Un petit déjeuner équilibré c'est :

- une boisson : eau et sels minéraux
- un produit laitier pour le calcium
- des céréales pour l'énergie
- des fruits pour les vitamines.

Le **goûter** doit être pensé et adapté à la saison. Un choix peut être parfois proposé. C'est parfois le temps de l'expérimentation. C'est aussi l'occasion de rassembler les fratries. Le temps et l'espace du goûter sont à prévoir pour le plaisir des enfants et non pour le confort des animateurs.



## L'éducation nutritionnelle

Le devoir de l'animateur est de contribuer aux actions de **prévention** notamment sur les phénomènes de **surpoids**, et d'**obésité**. Même si c'est un thème difficile à aborder, il importe d'intégrer des animations préventives en accueil de loisirs ou en séjours avec hébergement.

Les activités telles découvertes de saveurs nouvelles, atelier culinaire, sont à insérer dans un projet à visée informative sans toutefois devenir une corvée indigeste. Cependant le rappel discret de l'intérêt de l'équilibre alimentaire, du respect des règles de vie doit précéder les

propositions d'activités adaptables au public :

- l'organisation d'un **débat** autour de l'éducation nutritionnelle n'aura d'effet que s'il est suivi d'actions marquantes. Il ne faut pas **stigmatiser** les habitudes alimentaires mais faire comprendre la **nécessité de l'équilibre**.
- expliquer le rôle des protéines, glucides et lipides, les besoins nutritionnels et comparer les étiquettes des emballages d'aliments. Avec les adolescents la discussion peut s'élargir avec la notion de **commerce équitable** et de **développement durable**.
- lister les campagnes nationales de lutte contre le **surpoids**, enregistrer des publicités alimentaires pour les analyser
- travailler sur le sucre, les graisses visibles et celles cachées, les groupes alimentaires.



- faire composer un pique-nique par les enfants et adolescents
- faire goûter et découvrir de **nouvelles saveurs** en incitant à la modification des habitudes alimentaires.
- inviter évidemment les enfants et adolescents à faire découvrir les **plats typiques** de leur région à leur camarade.
- soigner le **plaisir des yeux** : dans la préparation de toasts, dans le décor de table
- rappeler le besoin d'une **activité physique**.

*Attention à ne pas stigmatiser s'il y a des enfants ou adolescents sujets à surpoids. La diplomatie est indispensable et surtout n'interdire aucun aliment.*

*Une collectivité a fait le choix de proposer une fois par mois un menu végétarien.*



## La relation sociale

Le repas doit pouvoir être pris dans une ambiance calme, agréable et détendue. La salle et le mobilier doivent pouvoir être adaptés pour réduire les nuisances sonores. La taille des tables doit favoriser la convivialité : quatre à six convives sont suffisants.

Lorsqu'il s'agit de la même salle pour la restauration scolaire pourquoi ne pas changer l'emplacement des tables ou le nombre de convives par table ?

**La présence d'un adulte à table** relève du choix pédagogique de l'organisateur. Il peut permettre l'apprentissage des goûts nouveaux, de gestes adéquats, d'accession à l'autonomie, de la conversation. Il est préférable que l'enfant ait la possibilité de choisir les personnes avec qui il va se mettre à table.

Le temps de repas en accueils collectifs de mineurs pouvant être moins contraint, c'est aussi la possibilité de permettre à l'enfant de participer à quelques tâches comme aller chercher de l'eau, regarnir la corbeille à pain, porter un plat, aider au débarrassage.

Le temps du repas est un lieu d'échange entre jeunes ou avec les animateurs, de découverte des gestes simples de la vie quotidienne qui souvent ne sont pas transmis au sein des familles, un lieu de réconciliation avec certains aliments que les enfants n'ont pas appris à aimer. Il faut être vigilant :

→ aux budgets d'activités. Il est possible de proposer des activités accessibles avec un budget permettant d'acheter des aliments de qualité.

Equilibrer son budget c'est aussi savoir laisser une place importante à l'intendance.

→ à l'organisation de la journée qui doit permettre de ménager le temps de préparation des repas.

L'ambiance des repas est à soigner :

→ l'équipe de cuisine pourra soigner l'**esthétique des plats** et appréciera de faire une présentation du menu du jour.

→ la **grille des repas** affichée pourra être rédigée en termes dignes de grands restaurants, suscitant l'imagination sans en dévoiler plus que nécessaire...

→ attention aux tables branlantes ou trop exiguës, aux atmosphères survoltées.

## Les jeunes enfants

Les changements d'habitude, la découverte de mets inconnus peuvent amener les jeunes enfants à manifester des difficultés d'adaptation.

Il vaut mieux éviter tout conflit et encourager les enfants à goûter au moins chaque plat.

La présentation soignée des plats contribuera à leur acceptation.

*Si un enfant refuse de manger quelque chose prendre le temps de lui demander pourquoi.*



*La quantité des portions ne peut pas être la même pour un jeune enfant et un adolescent ou un animateur. Il faut pouvoir l'adapter au public.*



## Les adolescents

Leur restauration est parfois difficile et les menus ne correspondent pas toujours à ce qu'ils souhaitent. Certains sites d'accueils de loisirs ont fait le choix lorsqu'ils ne sont pas nombreux

de leur laisser préparer eux-mêmes les repas. Lorsqu'elle est possible cette solution est peut-être préférable à celle qui les laisse rentrer déjeuner seuls chez eux.

# L'animation cuisine

## La commission repas

Afficher comme objectif de permettre aux enfants d'être auteurs de leurs vacances peut amener à associer les enfants ou adolescents à la composition des menus voire à leur préparation. Si cette situation est plus difficile lorsque l'organisateur d'un séjour opte pour des prestations sous traitées, lorsque le directeur du séjour a pu recruter le cuisinier et l'équipe technique il n'est pas inconcevable d'organiser une commission repas.

Souvent née d'un constat de gaspillage alimentaire, cette organisation doit pouvoir associer les enfants qui souhaitent s'investir, un animateur, le cuisinier. L'animateur guide les enfants pour les rendre autonomes dans leurs propositions, notamment avec un **jeu** qui présente les approches nutritives au quotidien. Au-delà de l'élaboration du menu, ce **temps d'échange** entre enfants est celui de la proposition, de l'écoute, du compromis.

Un tel fonctionnement nécessite de l'organisation, des capacités d'adaptations et de travail notamment de la part du cuisinier lorsqu'il s'agit d'avoir prise sur le repas du lendemain.

La fierté des enfants qui justifient leurs choix de menu à leurs camarades de table, leurs questionnements sur leur appréciation n'ont d'égale que l'émulation à motiver les copains à participer à leur tour à la commission repas.

### Les idées **fausses** :

- "l'accès des cuisines est interdit aux enfants..."
- "on n'a pas le droit de confectionner une mayonnaise, ni une mousse au chocolat..."  
en réalité il suffit de bien surveiller la provenance des œufs.



Des idées pour éviter le gaspillage :

- instaurer un protocole de réservation ou d'inscription qui permet de connaître le nombre de repas le plus près de la réalité
- prévoir des assiettes petites ou grandes en fonction de la faim
- préparer des assiettes aux quantités moyennes en laissant la possibilité de se resservir.

Bien expliquer :

- le tri sélectif
- le compost, qui ne doit pas contenir de produits d'origine animale !

“Stop au gaspi TAP et ACM” est un dispositif pédagogique qui a pour ambition de lutter contre le gaspillage alimentaire. Une trame pédagogique et une boîte à outils sont mises à disposition des structures gratuitement sur le site de GRAINE Normandie.

## L'atelier cuisine

La préparation d'un repas avec les enfants permet l'apprentissage de l'**hygiène** et du **goût**. L'activité cuisine doit permettre de découvrir des saveurs, et inviter à varier les habitudes alimentaires.

L'activité cuisine passe par le respect de certaines règles : il est préférable que les créations

de l'activité cuisine soient au final mangées, ceci afin de ne pas gaspiller la nourriture.

Le respect des règles d'hygiène est primordial : lavage des mains, remise des aliments au frais.

Les approches sont à adapter à l'âge des enfants, à leurs attentes et à l'environnement quotidien.

## L'activité périscolaire

La cuisine répond actuellement à un véritable phénomène de société, mais les ateliers cuisine répondent aussi à une opportunité d'**apprentissage du goût** et du **manger mieux**. C'est l'occasion de la transmission des techniques de cuisine mais aussi la possibilité d'initier au jeu des textures, des saveurs et des couleurs, notamment par la découverte d'appareils de découpe des aliments en différentes formes, des astuces pour colorer le sucre... et aussi l'occasion de voir des aliments crus telles betteraves ou pommes de terre. Un accueil de loisirs a

par exemple mis en place des animations autour de la soupe. Les ateliers sont aussi l'occasion d'aborder les notions d'hygiène et de sécurité. Les tous petits y sont très réceptifs, notamment sur les actions de prévention et d'éducation nutritionnelle.



## L'accueil des enfants allergiques

Il s'agit d'une démarche qui doit être prise très au sérieux. Les principales allergies alimentaires sont relatives au lait de vache, à l'œuf, aux arachides mais aussi aux fruits à coque, aux crustacés, aux poissons, au gluten. Souvent les enfants souffrent d'allergies croisées et la moindre quantité d'aliment peut provoquer des **troubles sévères** de nature respiratoire, digestive, dermatologique (urticaire, eczéma).

Des collectivités décident de prolonger sur les temps péri et extra scolaires le projet d'accueil individualisé (**PAI**), document concerté entre famille et médecin qui présente les prescriptions médicales et les protocoles d'urgence. Sans aller jusqu'au PAI, l'**information** de l'équipe d'animation et de cuisine est nécessaire afin notam-

ment qu'économiste et cuisinier puissent adapter les repas.

Les parents peuvent fournir une liste précise des aliments de substitution pour permettre l'adaptation individuelle du repas collectif. Une possibilité est aussi que les parents des enfants très allergiques fournissent un panier repas spécifique.

Cette situation est envisageable en accueil de loisirs, mais elle peut aussi être prévue par la restauration collective en séjours de vacances.

### Conseils :

- Identifier par un objet les enfants en bas âge porteurs d'allergie lorsqu'ils sont nombreux, tel un bracelet.
- Communiquer à tous les animateurs le lieu de rangement de la trousse de secours spécifique à l'enfant allergique.
- Surtout ne pas isoler les enfants allergiques lors des repas.

*Un repas apporté par l'enfant doit être identifié, fermé, et conservé dans le bas du réfrigérateur.*



# Les points de réglementation

## La démarche - HACCP

La sécurité alimentaire et la prévention des toxi-infections alimentaires collectives (TIAC) sont prioritaires. Quelles que soient les conditions d'effectif et de type de restauration il convient d'anticiper les dangers possibles et prévoir les réponses à apporter.

La **méthode HACCP** (Hazard Analysis and Critical Control Point) qui analyse des dangers et maîtrise des points critiques, est recommandée pour réduire les risques :

- fixer un objectif
- dresser un diagnostic

- définir des moyens et méthodes
- déterminer des indicateurs d'évaluation
- arrêter des actions correctives.

## Les toxi-infections alimentaires

La survenue de **deux cas groupés de symptômes** tels diarrhées ou vomissements qui pourraient relever d'une origine alimentaire, peut constituer une toxi-infection alimentaire collective (TIAC) et donc doit être immédiatement signalée aux services vétérinaires de la D.D.P.P.

Une **enquête** reposera notamment sur les étiquettes des denrées et les échantillons témoins des matières premières.



# Adresses utiles



## Direction Départementale de la Cohésion Sociale :

Cité Administrative  
Boulevard Georges Chauvin  
27023 EVREUX CEDEX  
02.32.24.86.01 ou 02.32.24.86.18  
ddcs@eure.gouv.fr

## Direction Départementale de la Protection des Populations :

32, rue Politzer  
27000 EVREUX  
02.32.39.83.00  
ddpp@eure.gouv.fr

## Agence Régionale de Santé :

Espace Claude Monet  
2, place Jean Nouzille  
CS 55035 - 14050 CAEN CEDEX 4  
02.31.70.96.96  
ars-normandie-contact@ars.sante.fr

## Direction Départementale de l'Agence Régionale de Santé :

Cité Administrative  
Boulevard Georges Chauvin  
27000 EVREUX CEDEX  
02.32.24.87.94  
ars-normandie-dd27@ars.sante.fr

### A lire :

- "Restauration collective de plein air des accueils collectifs de mineurs" édition du journal officiel – 2011 – la documentation française.fr
- Circulaire interministérielle n° 2003-136 du 8 septembre 2003 sur l'accueil en collectivité des enfants et des adolescents atteints de troubles de la santé évoluant sur une longue période.

### Lien utiles :

- <http://www.mangerbouger.fr/PNNS>
- <http://inpes.santepubliquefrance.fr/10000/themes/nutrition/index.asp>
- <http://www.graine-normandie.net>



→ **Production** : D.D.C.S. 27 en partenariat avec la C.A.F.

→ **Directrice de publication** : Ghislaine BORGALLI-LASNE

→ **Composition rédaction** :

Bruno LEONARDUZZI, Frédéric HEYBERGER

→ **Comité de rédaction** :

Julie BERNARD, Romaric DELALANDRE,  
Chantal DIARD (D.D.P.P.), Thierry GILBERT, Frédéric HEYBERGER,  
Bruno LEONARDUZZI, Corinne SAUVEGRAIN, Bernadette VAREA

→ **Secrétariat de rédaction** : Corinne BELLEMERE

→ **Photographies** :

Bruno LEONARDUZZI (D.D.C.S.),  
Frédéric HEYBERGER (D.D.C.S.),  
Franck PETIJON (D.D.C.S.), A.C.M "Le Petit Prince" à Gaillon  
Martine VREL à Saint-Aubin-du-Thenney

**Les photographies qui illustrent ce document  
ont été prises dans l'Eure, aux accueils de  
loisirs et séjours de vacances de :**

Le-Bec-Hellouin (chantier de jeunes),  
Bourgtheroulde, Broglie, Corneville, Gaillon,  
Le-Gros-Theil, Hondouville, Pont-Audemer,  
Rugles, Le-Thil-en-Vexin, Val-de-Reuil et sur les séjours  
organisés par les Scouts Unitaires de France, les Guides  
et Scouts d'Europe et les Scouts et Guides de France

[201707.0025] Imprimerie Gabel 02 32 82 39 36



