

Les fiches techniques d'Un Plus Bio - juillet /août 2015

Pendant les vacances, sortons de la logique « chips et sandwiches » !

La pause scolaire estivale est l'occasion pour les colonies de vacances et les centres de loisirs de prendre le relais de la restauration collective habituelle. Les sorties sont nombreuses, la vie en plein air domine... Mais qu'en est-il de la continuité alimentaire dans les assiettes ou, plutôt, dans les sacs à dos et les boîtes à pique-niques ? Hygiène, température, équilibre alimentaire, diversité, organisation, emballages : comment mieux faire ? Allez hop, Un Plus Bio vous emmène en randonnée pour vous dégourdir les idées et oser de nouvelles recettes.



CE QUE DIT LA LOI :

Les repas pris en dehors des salles de restauration collective dédiées obéissent à un cadre réglementaire précis, notamment en ce qui concerne le respect des normes d'hygiène et des températures. Un centre aéré, comme toute structure proposant une restauration collective, sera ainsi tenu pour responsable en cas de toxi-infection alimentaire collective (Tiac) et doit donc mettre en oeuvre les moyens de les éviter. Cependant, l'application stricte des textes de référence de la restauration collective aux camps de vacances soulève des difficultés. Ce type d'accueil présente en effet des caractéristiques différentes de celles d'un établissement classique par le fait notamment qu'il ne dispose pas de cuisine fixe dans ses locaux. Comme le pique-nique constitue une pratique de plus en plus fréquemment proposée aux enfants dans le cadre des centres de vacances, il faut savoir s'adapter. Pour ce faire, une [instruction interministérielle](#) n° 02-124 JS du 9 juillet 2002 reconduite par l'instruction n° 04-093 JS du 16 juin 2004 a été publiée, qui fixe les conditions de préparation de repas sous tente et en plein air. Le cas du pique-nique occasionnel n'est pas exactement mentionné mais on peut s'en inspirer. Autre solution : acheter le guide bonnes pratiques de 72 pages édité par la [Documentation française](#).

L'AVIS D'UN PLUS BIO :



Ne renoncez pas à assurer une bonne continuité alimentaire dans le cadre des sorties malgré la présence de préconisations réglementaires relativement contraignantes. Parce qu'il est plus facile d'aller au plus simple, la préparation des repas se résume majoritairement sur les territoires à la confection de sandwiches, éventuellement assortis d'un sachet de chips et d'un fruit cru. Cette démarche culturelle est ancrée, éventuellement populaire. Elle n'est pas forcément la moins-disante sur le plan du plaisir et du partage.

Pourtant elle pose le problème de la répétition en cas de sorties multiples et d'un manque de variété nutritionnelle, tout autant qu'elle est susceptible de générer un important volume de déchets, notamment si les sandwiches sont préparés à l'unité à l'avance et non directement au moment du déjeuner. À nos yeux, il est possible de faire évoluer simplement les pratiques à condition de rassembler les bonnes énergies.

QUELQUES EXEMPLES DE BONNES IDÉES

> DANS LE GARD, DES REPAS FROIDS ÉQUILIBRÉS EMBARQUÉS DANS DES GLACIÈRES.

Le centre de séjours scolaires du Cart (réseau Ethic-Etapes) de Sommières accueille de nombreux séjours scolaires tout au long de l'année. Soucieux de proposer une offre alimentaire variée, équilibrée, faisant appel aux produits bio et aux fournisseurs locaux, la direction du centre a opté pour des sorties où il devient possible de reproduire la démarche engagée en salle de restauration classique. « *Nous avons traduit dans la pratique le principe de repas froids préparés dans nos cuisines et emportés dans des glacières*, explique Marylène Badoux, directrice du Cart. *Il s'agit de salades composées à base de riz, de pâtes, de tomates, de courgettes, avec de la viande froide également. Nous nous assurons du respect de la chaîne du froid jusqu'à la pause méridienne, les assiettes utilisées sont composées de plastique réutilisable comme les barquettes contenant les salades : nous visons le zéro déchet même si on ne peut se passer de sacs poubelle et de certains contenants jetables.* » Lorsque les conditions ne s'y prêtent pas, comme une sortie en via ferrata (itinéraire sportif sur paroi rocheuse) ou une randonnée à vélo, le centre se rabat sur la solution du pan bagnat avec du thon qui présente un apport nutritionnel équilibré tout en restant dans les clous de la réglementation.

> PIQUE-NIQUES ZÉRO DÉCHET EN PYRÉNÉES-ATLANTIQUES

Les sorties scolaires des collégiens, en Pyrénées-Atlantiques, sont l'objet d'une attention particulière. « *C'est sûr que la formule sandwich sous atmosphère protégée, comme le sandwich « triangle », présente des avantages*, confie Karine le Calvar, responsable de la qualité alimentaire dans les collèges.

Mais ce type de repas, assorti d'une compote ou d'un fruit, génère de nombreux déchets et représente un surcoût, nous montons facilement à 4,50 € par convive au lieu des 2 € pour un repas classique, or un cycle d'une ou deux sorties par classe dans l'année a vite fait d'être équivalent à un service départemental complet. On apporte donc des variantes comme au collège la Hourkie de Mornas où le pique-nique zéro déchet est expérimenté. On propose des fougasses, qui sont des produits locaux et se conservent à température ambiante. Il peut aussi y avoir des chocolatinnes qui supportent le transport.



En revanche dans ce cas, on doit faire abstraction de la qualité alimentaire, au moins momentanément ! On propose aussi dans certains collèges que le sandwich soit réalisé directement au moment du repas quand cela est possible afin de limiter les emballages et les quantités de produits conservés au froid : quelques tranches de jambon et de fromage plutôt que des sandwiches entiers. » Le résultat est meilleur sur le plan gustatif et le collège économise pas moins de 300 mètres de papier aluminium. Quant à l'eau, elle est le plus souvent distribuée dans les gourdes individuelles pour éviter le recours à des bouteilles plastique et les compotes peuvent être emmenées dans des contenants réutilisables.

> À MARTIGUES, DES REPAS LIVRÉS SUR PLACE

Les chips ne sont pas toujours l'ennemi du bien... quand elles ne sont pas au cœur d'une politique alimentaire ! La Ville de Martigues (Bouches-du-Rhône) y recourt donc exceptionnellement et s'efforce d'offrir le meilleur aux jeunes convives qui fréquentent ses centres de loisirs et jardins d'enfants. Les pique-niques proposés sont composés à base de tomates, de fruits, de pâté de volaille, de fromages, ou de formules salades individuelles en barquette. « *Depuis un ou deux ans*, explique la diététicienne Céline Druart-de-Lattre, *il arrive souvent qu'on livre également des repas froids sur place à partir de la cuisine centrale lorsque les enfants séjournent dans un centre à Martigues.* » •

À lire aussi : un [document sur les pique-niques collectifs](#) de la Ligue de l'enseignement (novembre 2010).



UN PLUS BIO, ASSOCIATION DE CONSEIL, DE MISE EN PLACE ET DE SUIVI EN RESTAURATION COLLECTIVE DE QUALITÉ.

68 BIS AVENUE JEAN-JAURÈS, 30 900 NÎMES

WWW.UNPLUSBIO.ORG