

MANUEL
DES
BONNES PRATIQUES
EN CUISINE SATELLITE



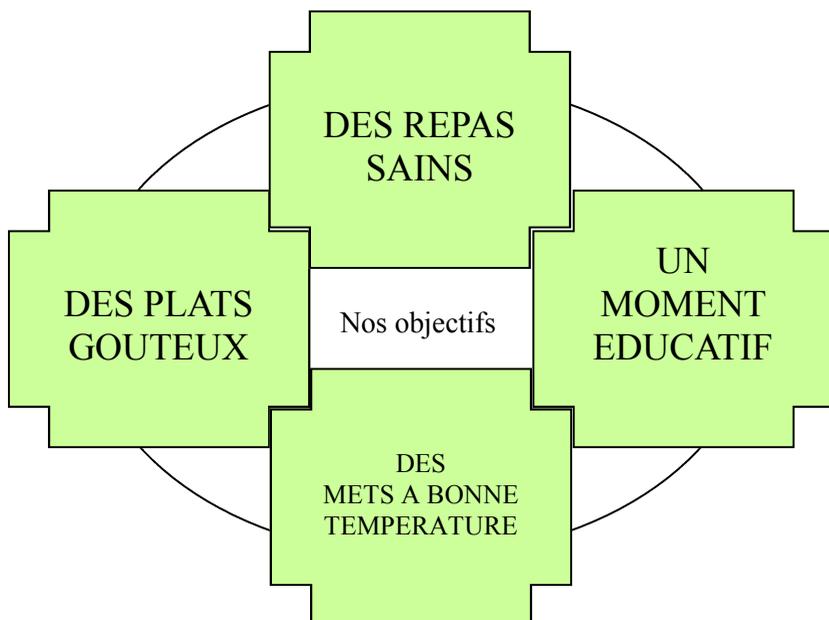
SOMMAIRE

LES OBJECTIFS.....	3
SECURITE ALIMENTAIRE - HYGIENE	4
La législation	5
Notions de base.....	6
Consignes générales.....	8
La réception des repas.....	10
Le stockage des repas.....	11
La remise en température.....	12
Les plats témoins.....	14
LES ALLERGIES ALIMENTAIRES.....	16
LE ROLE EDUCATIF DU REPAS.....	18
LA NUTRITION.....	22
NOTES PERSONNELLES	26

LES OBJECTIFS

La santé vient en mangeant est un concept qui a fait ses preuves tant au niveau nutritionnel que sanitaire.

Le rôle éducatif du repas est trop souvent négligé.



SECURITE ALIMENTAIRE - HYGIENE



La cuisine satellite est un lieu conçu pour recevoir, stocker ou présenter sur place des repas préparés dans une cuisine centrale.

Des opérations d'assemblage et de déconditionnement y sont réalisées.

Le SIVURS garantit la qualité des plats livrés.

Les restaurants scolaires sont aussi soumis à la réglementation en matière d'hygiène.

Les agents de service des communes doivent obligatoirement bénéficier d'une formation continue en matière d'hygiène. Ces formations sont dispensées par le CNFPT.

La Diététicienne/Qualificatrice du SIVURS peut aussi se rendre dans les restaurants scolaires sur demande de la mairie.

La législation

La réglementation : Le paquet hygiène

Notre mission est de fournir des repas dont la confection et la livraison sont conformes à la réglementation sanitaire en vigueur: **le Paquet Hygiène**.

Ces textes ont été adoptés entre 2002 et 2006 et sont applicables dans toute l'Europe. Ils réglementent **l'hygiène des aliments de la fourche** (c'est-à-dire la production primaire: agriculture, pêche...) **à la fourchette** (notamment la distribution des repas en restaurant scolaire).

Le SIVURS est un maillon de cette chaîne. La cuisine satellite au sein du restaurant scolaire est un autre maillon de la chaîne. Les repas doivent être traités dans des conditions d'hygiène irréprochables.

La cuisine satellite peut être visitée par les services vétérinaires.



Il est nécessaire d'écrire ce que l'on fait

La méthode HACCP, mais qu'est ce que c'est?

En anglais, HACCP signifie: Hazard Analysis Critical Control Point.

Il s'agit d'un **système d'analyse des dangers et des points critiques afin d'en assurer leur maîtrise**.

C'est une méthode de maîtrise de la sécurité sanitaire des denrées alimentaires née aux Etats-Unis. L'objectif est la prévention de tout danger biologique (lié aux bactéries, virus...) , physique (présence de corps étranger comme un morceau de plastique...) et chimique (par des produits d'entretien par exemple)..

Cet outil est désormais imposée par La réglementation. Nous nous sommes basés sur cette méthode pour élaborer les prescriptions en hygiène contenues dans ce livret.

Notions de base

Les bactéries sont des microorganismes que l'on retrouve partout dans notre milieu de vie : dans l'eau, dans l'air, dans la terre, sur l'homme et l'animal.

Certaines nous sont utiles comme par exemple les bactéries réalisant la fermentation des yaourts.

D'autres peuvent nous rendre malades si elles ne sont pas détruites. Par exemple:

- E.coli rendue malheureusement célèbre par sa présence dans des steaks hachés
- Salmonelles que l'on peut retrouver sur le poulet cru, les œufs...

La **Toxi-infection alimentaire ou TIAC.**

C'est une maladie plus ou moins grave due à des microbes présents dans un aliment que l'on a consommé.

Elle peut provoquer des vomissements, des troubles digestifs, des maux de tête...

En bref, on doit tout faire pour l'éviter!

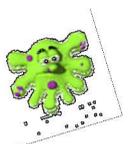
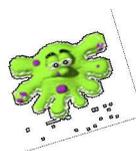
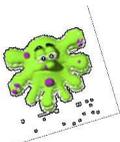
L'objectif est alors:

- D'éviter de contaminer avec des bactéries les plats livrés
- De limiter leur multiplication
- De les détruire s'il sont présents

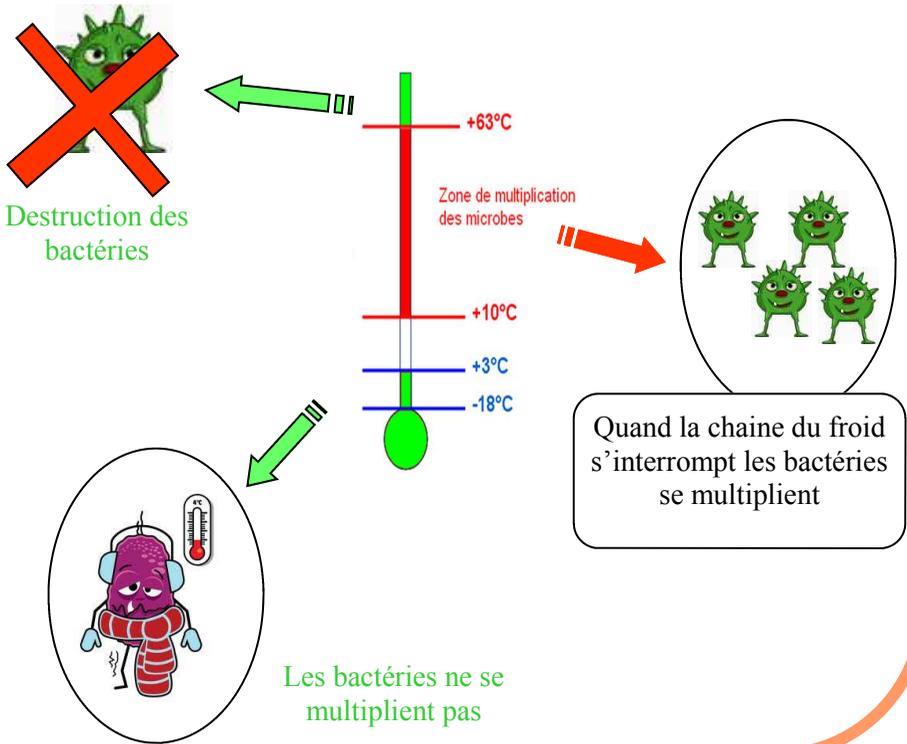
Pour se multiplier et exister, les bactéries ont besoin:

- D'une température qui leur convient: elles se multiplient entre +10°C et +63°C
- De temps: le nombre de bactéries double en 20 minutes à température ambiante!!
- D'air
- De nourriture
- D'humidité

Alors ne leur donnons pas ce qu'elles aiment!



L'action de la température



En pratique les bons réflexes!

- Je stocke les repas à une température de 3°C maximum depuis leur réception jusqu'à leur remise en température.
- Je n'entrepose pas les repas à température ambiante
- Je sers des plats chauds à plus de 63°C pour éliminer les bactéries
- Je remets en température en moins d'1 heure les plats devant être consommés chauds
- Je nettoie correctement mes mains, les locaux et le matériel pour servir des repas non contaminés par l'environnement de la cuisine satellite.

Consignes générales

La tenue =



+



+



- Une tenue de couleur claire. Elle doit recouvrir les manches des vêtements civils
- Des chaussures réservées au travail
- Une charlotte qui recouvre totalement les cheveux

Le lavage des mains

Comment?

- Avec un produit bactéricide en frottant pendant 20 secondes minimum
- Sécher avec un papier à usage unique
- Le lavabo utilisé doit être à commande non manuelle

Quand?

- Lors de la prise de poste, après chaque pause
- Après chaque changement de tâche
- En sortant des toilettes
- Après manipulation de produits contaminants (emballage, poubelle)
- Après avoir touché des objets (poignée de porte, téléphone...)
- Après avoir toussé, s'être mouché



Le port des gants jetables

On les utilise pour manipuler les aliments: ouverture de barquettes, découpe des fruits et du fromage.

Le port de gants ne dispense pas d'un lavage des mains régulier. Il faut les **changer régulièrement et après chaque action contaminante**.

Cas particuliers:

En cas de blessure et de plaie: désinfectez la plaie et protégez-la avec un pansement et un gant.

En cas de maladie: Informer le responsable

- En cas de rhume ou d'état grippal, lavez-vous bien les mains et porter un masque adapté
- En cas de gastro-entérite ou d'hépatite, ne pas travailler au sein du service restauration.

Le nettoyage et la désinfection du matériel et des locaux

Le nettoyage s'effectue avec des produits d'entretien destinés au contact alimentaire. Un nettoyage et une désinfection doivent être réalisés. Des produits 2 en 1 existent.

Un plan de nettoyage et désinfection doit exister afin de maintenir les locaux dans un parfait état de propreté

Le plan de nettoyage et de désinfection indique :

- les zones à nettoyer
- Qui nettoie quoi?
- Le produit à utiliser et sa concentration
- la méthode
- la fréquence de nettoyage et de désinfection
- Le temps de contact nécessaire au produit pour être efficace
- La température d'action

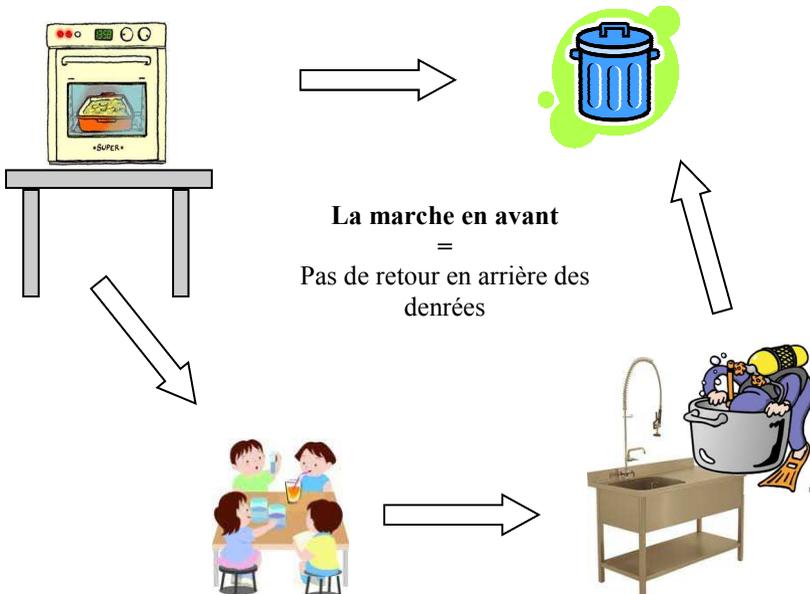
L'eau de javel est un désinfectant mais ne dégraisse pas.

Elle ne s'utilise pas avec de l'eau chaude sous peine de brûler les poumons!



A noter:

Ce qui a été nettoyé et par qui sur le plan de nettoyage



La réception des repas

Les repas sont livrés le jour de leur consommation.

Un agent de la commune doit réceptionner la livraison afin de vérifier sa conformité.

En cas de non-conformité appeler immédiatement au SIVURS qui corrigera le problème le plus vite possible.

Cette étape doit être la plus courte possible afin de ne pas rompre la chaîne du froid!

Les bons réflexes!

 Je contrôle:		Que faire en cas de non conformité
Le nombre de repas (Quantité de barquettes, de pain, de desserts...)	Ils doivent être conformes à la quantité commandée et au bon de livraison	Sur le bon de livraison par exemple Contacter le SIVURS
La DLC* apposée sur l'étiquette des plats	Elle ne doit pas être dépassée	
L'état des barquettes et des desserts	La barquette est bien fermée et non cabossée Les fruits ne sont pas moisissés, ni écrasés...	
La température des repas	Je la contrôle avec une sonde désinfectée. Elle doit être inférieure à 3°C	

*DLC: date limite de conservation au-delà de laquelle le plat ne doit pas être consommé

Le stockage des repas

Organiser le stockage:

Les plats sont stockés à une température maximale de 3°C dans le réfrigérateur de la « cuisine » jusqu'à leur remise en température .

On organise le stockage en fonction de l'état de « souillure » des aliments et de la répartition du froid dans l'armoire froide:

- **Les laitages et les plats: ils sont stockés dans la partie haute** et doivent être maintenus dans le réfrigérateur jusqu'au service.

- **Les fruits entiers** non lavés doivent être stockés en bas de l'armoire froide.

Ils peuvent être sortis du réfrigérateur avant le service.

En revanche, des fruits préparés (fraises coupées, pommes épluchées, etc.) doivent être stockés dans le réfrigéra-



Températures de conservation:
 +1 à 3°C pour les repas
 - 18°C pour les glaces

Pas de denrée nue! Toujours un film de protection sur les denrées pour éviter la contamination des aliments.

Les bons réflexes!

	Je contrôle:		Que faire en cas de non conformité
Température du réfrigérateur	Elle doit être comprise entre 0 et 3°C	Noter la température en arrivant le matin et en quittant son poste	Appeler le service technique de la mairie
Propreté du réfrigérateur	Il doit être propre et désinfecté	Remplir le plan de nettoyage et de désinfection	Nettoyer le réfrigérateur

La remise en température des repas



Les fours sont mis à disposition par le SIVURS. Ils sont réservés à la remise en température des plats livrés par le SIVURS. Contactez-nous en cas de problème (capacité insuffisante, panne...)

Les consignes de remise en température des plats

Les consignes de remise en température sont indiquées sur l'étiquette de chaque plat.

Elles comportent 2 informations :

- **Le temps de chauffe :**

- CODE 1 = 40 mn DE CHAUFFE (programme 1 du four)
- CODE 2 = 20 mn DE CHAUFFE (programme 2)
- CODE 3 = 10 mn DE CHAUFFE (programme 3)

- **La présence ou pas d'opercule pendant la remise en température :**

- LETTRE O (ouvert) : l'opercule doit être enlevé
- LETTRE F (fermé) : l'opercule doit rester en place
- LETTRE P (percé) : l'opercule est percé de plusieurs coups de fourchette.

Les conditions de remise à température sont données à titre indicatif. Les besoins de remise en température peuvent varier légèrement d'une commune à l'autre (durée surtout). Vous pouvez les modifier en vous basant sur vos expériences quotidiennes.

Merci de nous faire part des éventuelles adaptations que vous réalisez dans vos structures. Nous améliorerons ainsi la qualité de la remise en température des plats.



Les frites

Pour obtenir des frites plus croustillantes, il est conseillé de les remuer au bout de 20 minutes.



Pas de viande saignante

Vous ne pouvez pas servir de viande saignante. La cuisson saignante n'atteint pas les 63°C, par conséquent les éventuels microbes présents ne seraient pas détruits. *On mange un bon steak saignant à la maison seulement!*

La remise en température des plats est un maillon essentiel de la chaîne. Vous participez à part entière à la qualité des repas servis

Exemple de remise en température sur 3 plats

Vous devez remettre en température les plats suivants:

- Pizza : 2 .O
- Rôti de porc : 1.F
- Haricots verts au jus : 1 .F

Comment s'y prendre?

- Tout d'abord, mettez dans le four les plats de haricots verts et de rôti de porc sur le programme 1 en laissant l'opercule.
 - Après 20 minutes, placez les barquettes de pizzas dans le four après avoir retiré l'opercule.
- Total de la remise en température : 40 minutes.

L'essentiel!



Je contrôle:



Que faire en cas de non conformité

La Température des plats en sortie de four

Elle doit être supérieure à 63°C

Fiche sortie de four

Remettre les plats au four 10 min de plus pour atteindre une température de 63°C minimum

La Durée de remise en température

Inférieure à 1h

Fiche sortie de four

Contactez le SIVURS

Les plats témoins

La plat témoin, mode d'emploi:

1 Un plat témoin par type d'aliment et par jour. *C'est à dire que je prélève par jour:*

un plat témoin pour l'entrée
+
1 plat témoin pour le plat protidique (viande, poisson ou œuf)
+
1 plat témoin pour l'accompagnement (légumes, accompagnements)
+
1 plat témoin pour les desserts

2 Réaliser le plat témoin dans **des conditions de service** (après la chauffe) en se servant dans une barquette collective

3 **Le grammage du plat témoin:** entre 80 et 100g

4 **Un conditionnement** étanche et identifié: date de consommation, nom du plat, visa de l'agent.

Il peut être réalisé dans des « sachets type congélations » qui seront jetés avec le plat témoin.

5 **Conservation:** pendant 7 jours au réfrigérateur entre 0 et

Il est **obligatoire** de réaliser un échantillon témoin de chaque plat. Il est **à la disposition des services vétérinaires** en cas de Toxi-infection alimentaire.

Quels plats?

Je réalise un plat témoin des plats suivants:

- Entrées
- Plats principaux (plat protidique et accompagnement)
- Le plat des maternelles s'il est différent de celui des primaires
- Les fruits coupés en morceaux sur place pour les enfants de Maternelle par exemple.
- Les fromages coupés sur place (camembert entier à couper en 8 portions)

Je ne réalise pas de plat témoin pour:

- les fruits servis entiers.
- les laitages pré-emballés en portions individuelles: yaourts, crèmes desserts, fromages...
- Les biscuits secs pré-emballés

Nous conseillons de commander une ration supplémentaire pour réaliser le plat témoin



LES ALLERGIES ALIMENTAIRES

En cas d'allergie alimentaire signalée par les parents, un **PAI (Protocole d'Accueil Individualisé)** est alors rédigé.

Certaines allergies alimentaires peuvent être prises en compte par le SIVURS s'il y a un PAI.



L'allergie alimentaire, qu'est ce que c'est?

Certains aliments peuvent entraîner **une réaction anormale** quand ils ne sont pas ou mal tolérés par l'organisme d'un enfant suite à un processus immunologique.

Ces aliments sont considérés comme des corps étrangers (allergènes) par l'organisme et entraînent la fabrication d'anticorps.

La réaction allergique peut se traduire par:

- des troubles digestifs
- de l'asthme
- de l'urticaire, de l'eczéma
- un gonflement de la peau (œdème de Quincke), un gonflement des lèvres...
- dans les cas les plus graves, la réaction peut provoquer un choc anaphylactique qui est une réaction violente à l'allergène. Cela peut entraîner la mort de l'enfant sans traitement.

De nombreux aliments peuvent entraîner une allergie: les poissons, crustacés, les fruits à coque (arachide, noisette, etc.), les œufs, les fruits, le céleri, le soja, la moutarde, etc.

Seul un médecin peut poser un **diagnostic d'allergie** alimentaire après avoir réalisé des tests sanguins et cutanés.

Le PAI:une prise en charge individualisée:

Il est rédigé à la demande des parents pour des raisons médicales.

Il est fait à partir d'une prescription médicale rédigée par un allergologue

Il est signé au cours d'une réunion prévue à cet effet par le médecin scolaire, les enseignants, les agents de service et la diététicienne du SIVURS.

L'enfant bénéficiera alors d'un **accueil spécifique**.

3 cas possibles:

1 La prise en charge par le SIVURS.

Dans quel cas? Lors de la rédaction du PAI, le médecin scolaire et la diététicienne du SIVURS ont jugé qu'il était possible de fournir à l'enfant allergique un repas adapté en réalisant quelques modifications du menu prévu initialement.

Alors, un **plat de remplacement** sera fourni par le SIVURS. Le plat est individuel et identifié.

2 Le panier repas

Dans quel cas? L'allergie est multiple ou engendre des modifications très importantes des menus.

Dans ce cas, les parents de l'enfant apportent à la cantine un panier repas confectionné à la maison. Seul ce repas sera consommé par l'enfant.

Le panier repas est bien identifié au nom de l'enfant. Il doit être transporté dans un contenant isotherme avec un bloc de glace et mis rapidement dans le réfrigérateur à part des repas livrés par le SIVURS. Il sera **remis en température à part** des autres repas (four micro-onde)

3 L'enfant est hypersensible à un ou plusieurs allergènes. L'allergologue juge qu'il ne peut pas être accueilli en restauration scolaire. *Ce cas est très rare.*

LE ROLE EDUCATIF DU REPAS



Le temps du repas en milieu scolaire est un temps particulier dans la vie de l'enfant. Il dure moins de deux heures et représente une coupure dans le rythme du travail scolaire.

Le milieu d'une journée est synonyme de fatigabilité et de vulnérabilité pour l'enfant. Il correspond à un creux d'énergie. Ce temps doit offrir de bonnes conditions de calme et de convivialité pour remplir son rôle réparateur.

Ce moment de la journée est aussi pour les enfants un temps de vie sociale où ils ont ensemble des relations et côtoient des adultes. Ce moment de vie collective participe à la formation du futur citoyen respectueux de l'autre dans ses différences sociales et culturelles.

Il est nécessaire d'avoir un rôle éducatif auprès des enfants. Cette fonction est remplie par les agents de service qui encadrent le repas et par les animateurs d'un ALAE lorsqu'il est présent sur la commune.

Le temps de repas respecte des règles établies avec les enfants.



Le restaurant scolaire, des enjeux multiples

Le restaurant scolaire est un lieu :

- où l'on satisfait les **besoins nutritionnels** des enfants
- où l'on se fait **plaisir** car Manger fait en effet partie des plaisirs de la vie.
- **de communication**: Le temps du repas constitue un moment privilégié de convivialité
- d'apprentissage et de participation à **la vie en collectivité**
- **d'éducation** à la santé, à l'hygiène et à la nutrition.
- de responsabilisation individuelle et collective **avec des règles** élaborées ensemble
- d'écoute, d'aide et de respect des autres (enfants et adultes)
- **un lieu convivial** où l'enfant prend plaisir à venir. Le plaisir de se mettre à table est quelque chose qui doit être cultivé et le temps du repas doit être valorisé

Le temps du repas en lui-même doit être
de 30 minutes minimum

Les missions de l'équipe du restaurant scolaire

L'équipe d'encadrement de la restauration scolaire souhaite durant la pause repas :

- Répondre aux **besoins physiologiques** des enfants
- **Favoriser une vie collective de qualité**
- **Développer l'autonomie des enfants**. On peut les laisser se servir seul par exemple.
- **Favoriser la responsabilisation des enfants**. On peut par exemple les charger de débarrasser la table.
- **Favoriser la convivialité** et les relations à table
- Développer et **favoriser les échanges** entre les enfants et les adultes
- Permettre aux enfants de vivre un **temps de détente** dans le calme
- **Développer une éducation nutritionnelle** grâce à une nourriture équilibrée, variée et identifiée par les enfants. Ils aiment en effet connaître le menu du jour et ainsi être informés sur ce qu'ils ont dans leur assiette.
La présentation des plats dans l'assiette joue aussi un rôle important dans la consommation du repas.
- **Montrer l'exemple**. Les enfants aiment en effet imiter les plus grands et les adultes. Ils reproduiront souvent leurs comportements et d'autant plus face à un aliment moins connu. Donc une attitude positive de l'adulte aura des répercussions positives sur l'enfant.

Les règles de vie

Pour que les enfants puissent trouver leur place et comprendre le fonctionnement du temps de la pause repas, il est important de mettre en place des règles de vie qui précisent les droits et les devoirs de chacun



LA NUTRITION



Les repas servis dans le cadre du déjeuner permettent de couvrir les besoins nutritionnels des enfants et de lutter contre l'obésité.

Les objectifs fixés par le PNNS (Plan National Nutrition Santé) sont les suivants:

- Couvrir les besoins des enfants en protéines, Calcium, fibres, vitamines et Fer pour bien grandir.
- Limiter les matières grasses et les sucres simples.

Les repas en cantine soumis à réglementation

Les menus sont élaborés conformément à la réglementation en vigueur (*Arrêté du 30 septembre 2011 relatif aux repas servis dans le cadre de la restauration scolaire*) par la diététicienne du SIVURS.

Ainsi le repas comporte au moins:

- Un plat protidique (viande, poisson ou œuf)
- Un produit laitier
- Des féculents
- Une crudité (crudité en entrée ou fruit cru en dessert)
- Sans oublier l'eau et du pain

L'équilibre alimentaire s'inscrit aussi sur la durée:

Les menus sont respectueux de fréquences règlementaires de présentation des plats. Ces fréquences sont calculées sur 20 repas successifs et visent à couvrir les besoins nutritionnels des enfants.

Par exemple: sur 20 repas successifs on présentera

- 4 plats principaux maximum contenant plus de 15% de lipides (saucisse par ex)
- 10 légumes verts en accompagnement du plat principal (soit un repas sur deux)
- 8 fruits crus minimum en dessert

Des produits de saison

Les produits de saison doivent être mis en évidence sur les menus. Ils sont donc notés en caractère gras.

Les recommandations du GEMRCN

Il s'agit de recommandations en nutrition par catégorie d'âge (de l'enfant en crèche jusqu'à la personne âgée). Elles ont été rédigées en 2007 et mises à jour en 2011.

Ces recommandations ont servi de base à la réglementation nouvellement parue en 2011. Elles prévoyaient en effet déjà les notions de fréquence d'apparition des plats et présentent des recommandations très précises en matière de grammage en fonction de l'âge du consommateur.

Ce texte complète ainsi la réglementation en vigueur.

Des portions adaptées

Depuis mars 2012, le SIVURS sert des repas **adaptés à l'âge des enfants**. C'est pourquoi la taille des portions est différente pour les enfants en école Maternelle et pour ceux en école Primaire.

Parfois, le **plat peut aussi être différent** afin de répondre aux besoins spécifiques des enfants de Maternelle. Par exemple, le haut de cuisse de poulet rôti sera remplacé par un émincé de poulet qui est plus facile à manger.

Des portions adultes peuvent être commandées pour le personnel d'encadrement. Pour en bénéficier, contactez la mairie de votre commune.



	à 5 ans	à 10 ans
Tomate en salade	60	80
Betteraves	60	80
Boulettes de bœuf	2	3
Rôtis	50g	70g
Viandes en sauce	60g	80g
Poissons	50g	70g
Légumes cuits	100g	100g
Pâtes	120g	150g
Riz	120g	150g
Lentilles	120g	150g
Yaourt	1	1
Fromage portion	1	1
Compote	100g	100g
Crème dessert	100g	100g
Pâtisseries fraîches	60g	60g
Pain	40g	50g

Grammages servis

par le SIVURS conformément à la réglementation et aux recommandations du GEMRCN

Notre regard d'adulte peut parfois être trompeur sur les quantités servies aux enfants.

Ces portions sont adaptées à leur âge.

Les commissions de menus

Elles sont organisées régulièrement au sein de la cuisine centrale. Le planning des commissions est disponible dans les mairies de chaque commune.

Qui peut y participer:

- les agents de service des restaurants scolaires
- des représentants élus des parents d'élève

Elles réunissent le Président du SIVURS, des conseillers municipaux, le responsable de la cuisine centrale, le chef de production, la diététicienne, des agents de service et des représentants des parents d'élève de différentes communes livrées par le SIVURS.

Ces commissions permettent d'échanger sur les menus consommés les semaines précédentes et de valider les menus suivants.

Elles nous sont indispensables dans un souci constant d'amélioration de notre prestation.

Les enfants ont la parole !!!

Les enfants ont la possibilité sur demande de proposer des menus ... équilibrés bien sûr!! Voici la démarche à suivre:

1 Tout d'abord, les enfants doivent commencer par élaborer un menu équilibré avec les instituteurs ou le personnel encadrant le temps du repas.

2 Contacter la diététicienne pour lui soumettre le menu

3 Cette dernière viendra sur le temps périscolaire pour aborder de façon ludique la nutrition et pour valider ou corriger avec les enfants le menu proposé.

4 Le menu et le nom de la commune qui l'a réalisé apparaitront sur le menu du mois du SIVURS. Il sera ensuite préparé par les cuisiniers

En cas de questions ou de problème n'hésitez pas à nous contacter.



SIVURS

Bien manger, ça s'apprend

SIVURS

43 rue des Pas sages - 31 320 PECHABOU

Tel: 05 61 81 79 73