

# RÉFÉRENTIEL RESTAURATION ET SERVICES AAPEI EPANOU



Sept 2023



**sodexo**  
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE

# Le référentiel restauration, qu'est-ce que c'est ?

Le temps du repas est un **moment fort de la journée**. Il est synonyme de plaisir, de partage et convivialité. Il doit donc être appréhendé en ayant pour objectif d'atteindre une harmonie entre plaisir de la table et équilibre alimentaire en toute sécurité sanitaire et environnementale.

- Si l'alimentation est facteur de bonne ou de mauvaise santé, elle l'est tout autant pour les personnes qui, du fait de pathologies variées, ont besoin de textures ou alimentations adaptées.

Partant de ces constats, Sodexo souhaite, en partenariat avec l'association AAPEI Epanou et sur la base du projet d'établissement, établir **une charte des bonnes pratiques** qui place la personne en situation de handicap au cœur d'une démarche inclusive. Ce projet s'inscrit dans une démarche **d'amélioration continue**.

- Les engagements pris vis-à-vis des personnes en situations de handicap font l'objet des différents points de références détaillés dans ce référentiel.



# Quels sont les objectifs de ce référentiel ?

La restauration collective des établissements médico-sociaux est à la croisée des chemins.

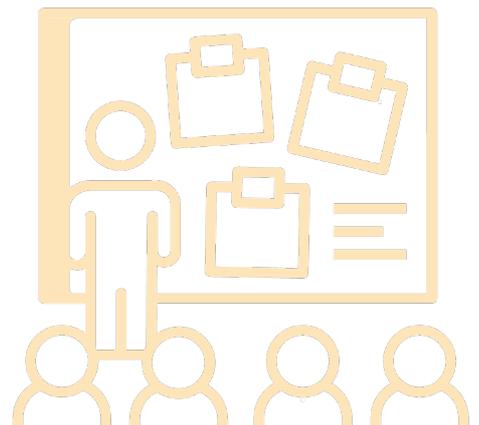
En effet, l'alimentation y présente deux aspects complémentaires :

- **Un aspect "plaisir"**, c'est-à-dire une fonction de confort, d'accueil et d'éducation autour des notions de sociabilité, convivialité, bien-être...
- **Un aspect "nutrition"**, c'est-à-dire une fonction médicale et thérapeutique contribuant directement à la santé des personnes accompagnées.

Longtemps traitée comme une restauration collective standardisée, la prise en charge alimentaire des personnes en situation de handicap doit désormais être **abordée de manière spécifique**, en tenant compte de ces deux aspects de manière équilibrée.

Pour répondre aux différents enjeux que cela implique, L'association AAPEI Epanou et Sodexo ont souhaité réaliser un référentiel restauration spécifique. Ce document vise à **formaliser et faire évoluer**, de manière régulière, **les critères inhérents** à la prestation d'une cuisine diversifiée, responsable et sécurisée mais également adaptée aux spécificités nutritionnelles et aux capacités de chaque personne accueillie.

Cette démarche concerne l'ensemble des professionnels (salariés AAPEI Epanou et Sodexo) chargés de concevoir, fabriquer et distribuer les repas pour les convives et qui, à travers leurs fonctions, participent à la qualité et à la sécurité des prestations.



# SOMMAIRE

<b>Un référentiel, qu'est-ce que c'est ?</b>	<b>2</b>
<b>Les objectifs de ce référentiel</b>	<b>3</b>
<b>L'offre alimentaire pour AAPEI Epanou</b>	<b>5</b>
O1: Les essentiels pour bien manger	6-7
O2: Nutrition et menus	8-11
O3: Petit-déjeuner et goûter	12
O4: Alimentations thérapeutiques	13-14
O5: Textures adaptées	15
<b>Achats et approvisionnements</b>	<b>16</b>
A1: Approvisionnements responsables	17-19
A2: Production de notre Région	20
A2: Les marqueurs pour AAPEI Epanou	21-22
<b>Qualité, hygiène et développement durable</b>	<b>23</b>
Q1: Votre offre d'accompagnement	24-25
Q2: L'hygiène	26
Q2: Formation continue des usagers	27
Q3: Mesure de la satisfaction	28-29
Q4: Développement durable	30-31
<b>Standards du partenariat</b>	<b>32</b>
S1: Les repas sur AAPEI Epanou	33
S2: Communication	34-35
S3: Echanges et reporting	36



# L'OFFRE ALIMENTAIRE POUR L'AAPEI EPANOU



# 01: Les essentiels pour bien manger

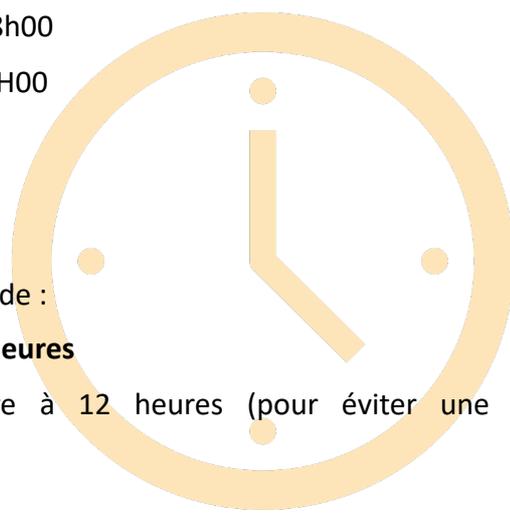
## Le rythme

Le CNA (Conseil National de l'Alimentation) conseille les durées optimales de services suivantes:

- **30 minutes pour le petit déjeuner**, pas après 8h00
- **1 heure pour le déjeuner**, aux alentours de 12H00
- **20 minutes pour le goûter**, pas après 15H30
- **45 minutes pour le dîner**, pas avant 18h00

Le PNNS (Plan National Nutrition Santé) recommande :

- Un temps minimum entre chaque repas **de 3 heures**
- Une période de jeûne nocturne inférieure à 12 heures (pour éviter une hypoglycémie trop marquée au réveil)



## La variété

On appelle variété alimentaire, la consommation journalière, hebdomadaire et saisonnière **d'aliments différents** au sein d'une même catégorie.

- Pour chaque plat, il est préconisé de varier les catégories d'aliments. Exemples de variété en entrée : charcuteries, crudités, cuisinés, etc.
- Pour chaque catégorie d'aliments, il est nécessaire de varier le produit principal. Exemples de variété dans les crudités : varier salades, carottes, tomates, etc.

# 01: Les essentiels pour bien manger

## L'équilibre

L'équilibre alimentaire **s'établit sur la semaine** (donnée du PNNS4).

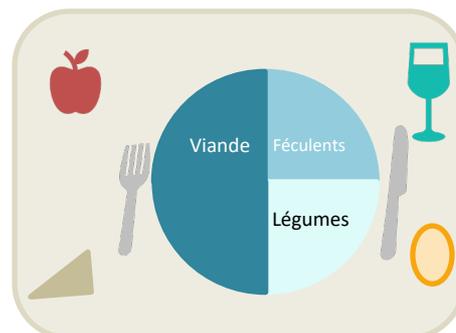
- Nous proposons des repas équilibrés chaque jour.

Le plateau représentatif de cet équilibre serait le suivant :

La cuisine produit un seul grammage (E), c'est au moment de la répartition dans l'assiette que l'on adapte les quantités en fonction du convive.

**Les grammages servis doivent être adaptés** à la population accueillie et à ses besoins, en général :

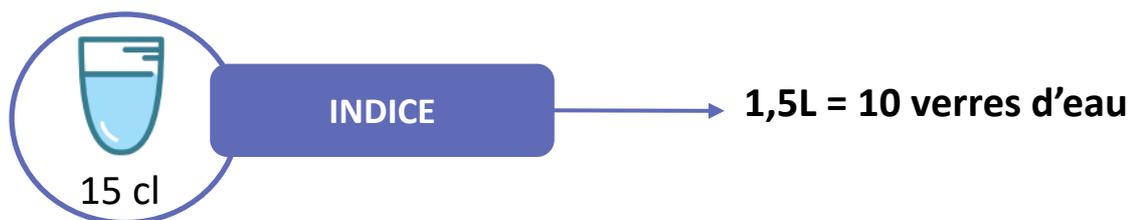
- **B:** Les enfants et adultes vieillissants
- **C:** Les adultes inactifs
- **D:** Les adultes actifs et adolescents
- **E:** Les adultes au travail



## L'hydratation

L'eau est essentielle à la vie, il faut boire avant d'avoir soif !

Il est recommandé de consommer au moins **1,5L d'eau par jour** (2L par jour en cas de fièvre ou de canicule).



## L'activité physique

Depuis 2019, le PNNS 4 énonce clairement le lien entre l'alimentation et l'activité physique pour garantir une bonne santé. C'est ainsi qu'il recommande de pratiquer au **moins 30 minutes d'activités dynamiques** par jour pour les adultes.

**Le saviez vous :** Activité physique ≠ sport

L'activité physique c'est tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques qui entraîne une dépense énergétique.



## 02 : Nutrition et menus

### Objectifs

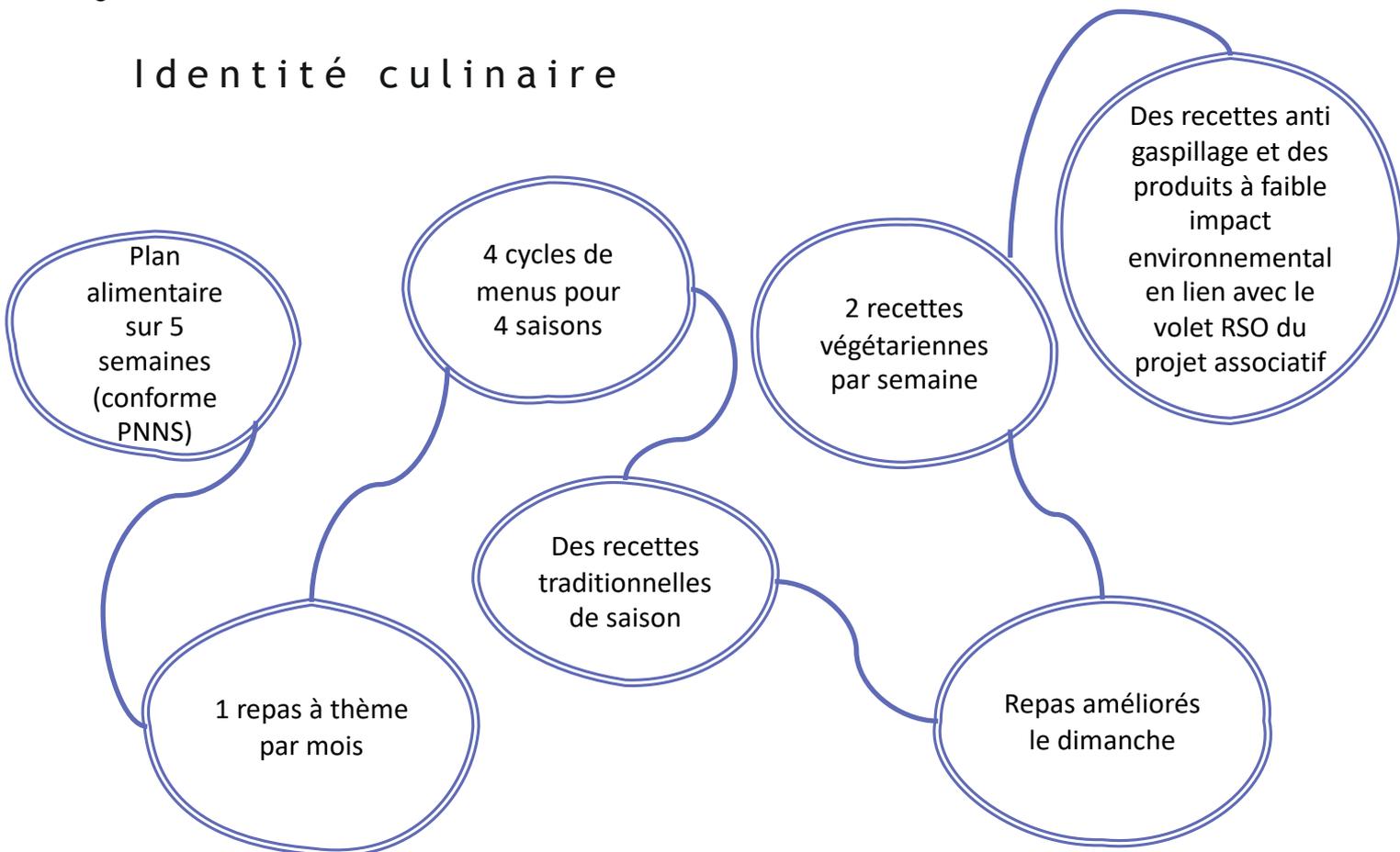
- Allier plaisir de la table et équilibre alimentaire
- Adapter les menus aux préférences alimentaires des personnes accueillies
- Favoriser le fait maison et les produits bruts, frais, locaux et qualitatifs
- Respecter les recommandations nationales

#### À noter :



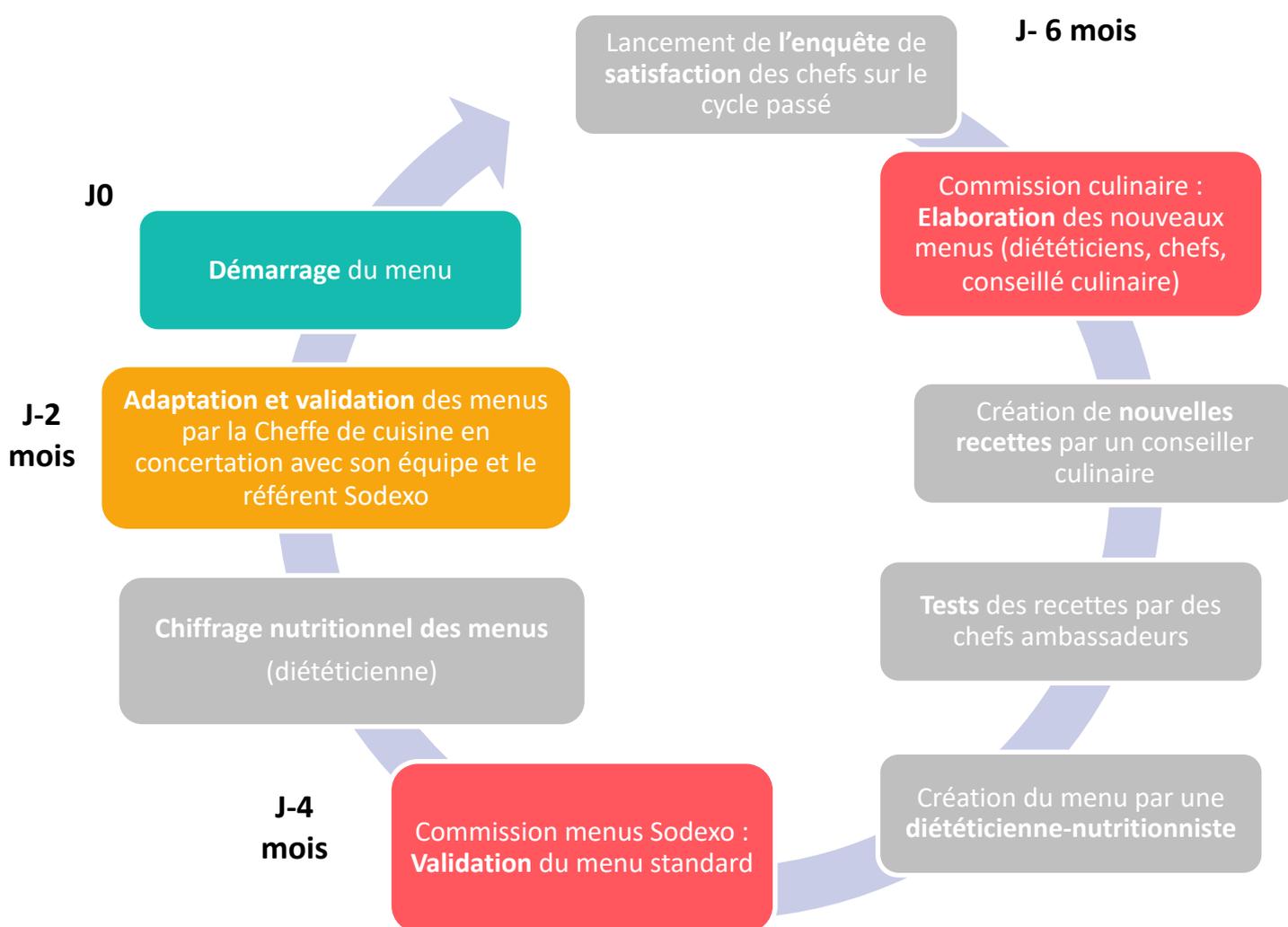
L'équilibre alimentaire est défini en quantité et en qualité par le PNNS et l'ANSES.

### Identité culinaire



## 02 : Nutrition et menus

Comment sont créés les menus ?



## 02 : Nutrition et menus

Un exemple de menus automne

## 02: Nutrition et menus

### Animations en lien avec le repas

Celles-ci sont l'occasion pour la personne accueillie de partager un **moment convivial** avec le reste des résidents et le personnel de l'AAPEI Epanou, tout en favorisant l'autonomie.

Un **programme personnalisé de 4 repas à thème choisi par an**.

Il est déterminé en fonction des retours de commissions menus et restauration.

Les équipes éducatives s'impliquent dans ce projet.



### Un menu festif par trimestre.



#### L'importance de la communication :

Les repas à thème sont communiqués un mois à l'avance aux structures.



## 03 : Petit-déjeuner et goûter

### Petit-déjeuner recommandé

Il représente idéalement **20% de l'apport énergétique journalier**.

Un petit déjeuner **recommandé** se compose généralement de :

- Une **boisson chaude** plus ou moins sucrée ou édulcorée (café, thé, lait ou chocolat)
- Un **féculent** (pain, biscotte ou équivalent)
- Un laitage ou fromage
- Un fruit cru ou cuit
- Un **produit sucré : beurre et confiture** ou miel

#### Et si on ne petit-déjeune pas ?

On grignote en journée. On manque de concentration, d'énergie, de compréhension mais aussi la tête qui tourne, de la fatigue et des vertiges

#### L'intérêt du petit-déjeuner :



La nuit, le corps utilise toute l'énergie disponible pour les fonctions vitales mais aussi rêver et bouger.

Le petit déjeuner est essentiel pour apporter l'énergie nécessaire aux activités de la journée: marcher, réfléchir, parler, bouger, travailler.

### Goûter recommandé

Le goûter peut représenter **5 à 10%** de l'apport énergétique total. Il est totalement **facultatif** pour les adultes et peut-être vu comme une pause hydratation.

Une boisson chaude ou froide.

- +/- au choix un biscuit, compote, laitage, fruit....



#### À retenir :



Tous les produits du petit déjeuner et du goûter sont distribués par la cuisine centrale, vous pouvez les commander .

# 04: Alimentations thérapeutiques

## Diabétique

La **prescription médicale** de l'alimentation thérapeutique du diabétique a évolué.

Une alimentation équilibrée, basée sur les recommandations du PNNS4 suffit à maintenir la glycémie = **PROPOSITION DES MENUS « NORMAUX » EQUILIBRES**

+

**Contrôle des quantités de sucre** sans l'exclure et un apport de glucides régulier et à heures fixes

+

**Association d'un légume et féculent** à chaque repas

+/-

**Diminution des quantités** servies en cas d'objectif de perte ou stabilisation du poids



## Hypocalorique

Cette alimentation thérapeutique, mise en place **sous prescription médicale** se base sur une diminution des apports caloriques. La restriction stricte en lipides n'étant recommandée que dans certains cas (Hypertriglycéridémie majeure, épanchement chyleux et NASH), son application se fera de la manière suivante :

- Les repas seront les mêmes que les menus normaux, mais les **grammages seront inférieurs et à adapter sur les établissements.**

Ceci afin d'éviter la frustration et la dénutrition.



## D'autres alimentations thérapeutiques

### SANS GLUTEN :



- En cas de maladie cœliaque
- Pour but anti-inflammatoire
- Régime d'exclusion et donc peut se trouver être restrictif

### SANS SEL :



- En cas de problèmes rénaux
- Ne pas aller en dessous de 5g de sel par jour

### PAUVRE EN FIBRES :



- Permet de préserver le confort digestif
- 15 à 20 g/j
- Mise en place provisoire

### RICHE EN FIBRES :



- Permet de préserver le confort digestif
- Les menus apportent déjà une quantité suffisante de fibres, possibilité de compléments

## 04: Alimentations thérapeutiques

### Les troubles digestifs, quelques astuces

En cas de **constipation** nous pouvons mettre en place une **alimentation riche en fibres** :

- Proposer **fruits et légumes à chaque repas**
- Rajouter une **collation riche en fibres** ( avec de la compote de fruit type pruneau, du pain complet...)
- Veiller à une bonne **hydratation** du résident (viser les 1,5L d'eau par jour) voir utiliser de l'eau d'Hépar

À l'inverse, en cas de **diarrhée**, l'**alimentation pauvre en fibres** sera recommandée :

- **Limiter les fruits et les légumes** pendant 2 ou 3 jours, ainsi que les **produits complets**
- Garantir une **bonne hydratation** (pour contrer la perte d'eau due à la diarrhée)

### Les non-goûts

Il faut noter que les non-goûts ne peuvent pas être pris en compte par la cuisine. Que ce soit d'un point de vue de mise en œuvre ou d'organisation.



#### Important :

Les alimentations thérapeutiques sont réalisées uniquement sur prescription médicale, à renouveler régulièrement.



#### À savoir :

L'activité physique est un bon moyen de stabiliser son transit.  
D'ailleurs, d'autres indicateurs peuvent influencer le transit tels que les traitements médicaux, les épaisissants, ou le stress...

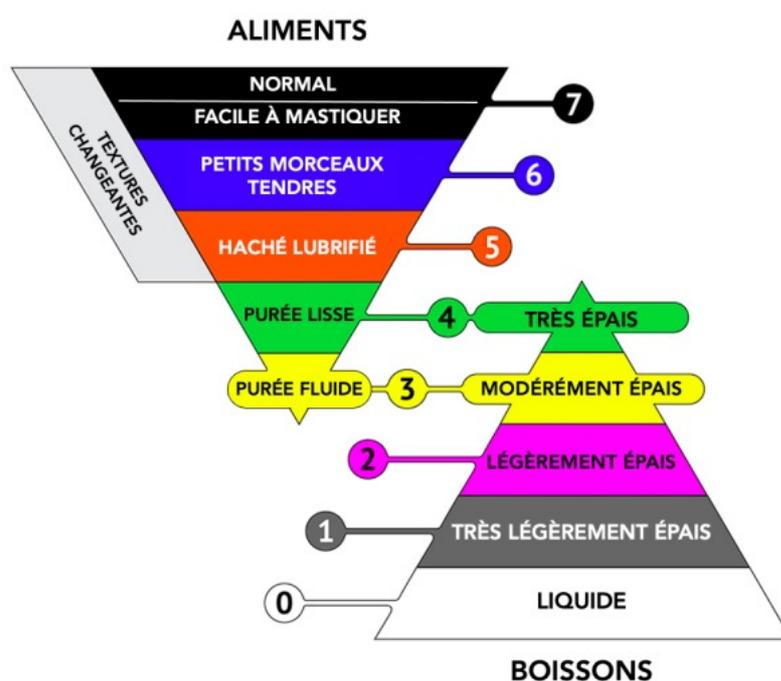
## 05: Textures adaptées

### DESCRIPTION

Chaque convive, quel que soit son niveau d'autonomie, doit pouvoir manger de tout dans des quantités suffisantes et adaptées. Les repas en textures adaptées doivent être de **qualité et de quantité équivalentes** aux résidents bénéficiant d'un repas dit à texture « normale ».

Le guide de **L'IDDSI** est le document de référence en matières de textures.

Il permet d'uniformiser le discours et d'obtenir des textures qualitatives, adaptées aux capacités des usagers et surtout sans risques pour celui-ci.



Le choix d'une texture se fait de manière **pluridisciplinaire**. Une **prescription médicale** est même nécessaire pour la mise en place des **textures mixées et de l'eau gélifiée**.

La **formation** à ces textures adaptées est nécessaire pour l'équipe, et ce à chaque mise à jour des pratiques et nouvelles embauches.

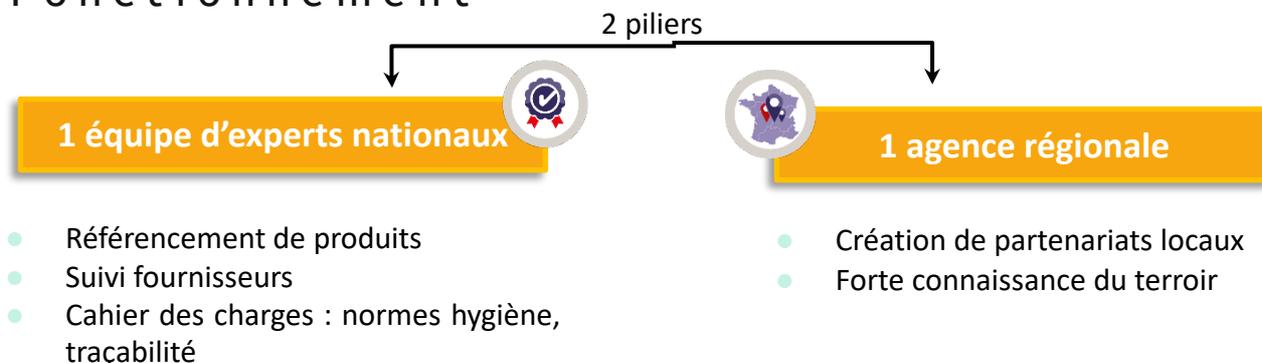


# APPROVISIONNEMENTS ET ACHATS



# A1: Les approvisionnements responsables

## Fonctionnement



## Les Incontournables

- 100% des fournisseurs ont signé la charte de bien-être animal
- Engagement dans la pêche responsable (label MSC)
- Traçabilité de 100% des produits
- Les crudités sont réalisées uniquement avec des légumes bruts, frais
- Desserts operculés et produits de 4<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> gammes limités

## Les Interdits

- Aucune espèce de poisson menacée dans nos menus
- Pas d'OGM, pas de desserts en poudre, pas de pommes de terre sous vide, de potage en brique ou de vinaigrette industrielle
- Les fruits et légumes en contre saison
- Les pâtisseries salées ou sucrées prêtes à l'emploi

## Les saisons

Pour servir des produits en pleine maturité, il est important de respecter les périodes de production des fruits et légumes frais. Suivre ces périodes permettent d'obtenir des produits avec une **qualité nutritionnelle optimum**.

S'appuyant sur le PNNS 4, l'action Manger Bouger du gouvernement propose des calendrier de saison.

# A1: Les approvisionnements responsables

PRIVILÉGER LES PRODUITS DE SAISON COMPORTE CERTAINS AVANTAGES COMME DES PRIX SOUVENT PLUS ATTRACTIFS, DES QUALITÉS GUSTATIVES MEILLEURES...

Avec ce tableau du printemps, vous pourrez privilégier dans vos menus, des fruits, légumes, fromages et poissons de saison !

## MES PRODUITS DE PRINTEMPS



### LÉGUMES

Artichaut, Asperge, Aubergine, Betterave, Carotte, Céleri, Chou-fleur, Chou rouge, Concombre, Courgette, Cresson, Épinard, Fève, Lentille, Navet, Oignon, Oseille, Petit pois, Poireau, Pois gourmand, Poivron, Radis, Salade frisée, laitue ou romaine, Tomate.

### POISSONS ET FRUITS DE MER

Brochet, Chinchard, Coquille Saint-Jacques, Dorade grise, Églefin, Hareng, Homard, Langoustine, Lieu jaune, Lieu noir, Maquereau, Merlan, Saint-Pierre, Sardine, Thon blanc, Tourteau.

### FROMAGES

Bleu d'Auvergne, Bleu de Gex, Bleu des Causses, Boulettes d'Avesnes, Brie de Meaux, Brie de Melun, Broccio, Cabécou, Camembert, Cancoillotte, Coulommiers, Emmental, Epoisses, Féta, Fourme d'Ambert, Gorgonzola, Langres, Livarot, Maroilles, Mascarpone, Mimolette, Morbier, Mozzarella, Munster, Neufchâtel, Parmigiano Reggiano, Pont-l'Évêque, Pouligny-Saint-Pierre, Reblochon, Ricotta, Saint-Nectaire, Tomme de Savoie.

### FRUITS

Abricot, Amande fraîche, Banane, Cassis, Cerise, Fraise, Fraise des bois, Framboise, Melon, Mûre, Pomme, Prune, Rhubarbe.

### BON A SAVOIR :

Une envie hors saison ? Des besoins pour une recette ? Pensez aux surgelés et conserves, pratiques et aux qualités nutritionnelles proches des produits frais. Et pour les viandes ? Il n'y a pas de saisonnalité pour les viandes de boucherie : on en trouve maintenant tout au long de l'année.

Pour partager vos idées, faire le plein d'astuces et de recettes, rendez-vous sur [mangerbouger.fr](http://mangerbouger.fr) ou Facebook.



PRIVILÉGER LES PRODUITS DE SAISON COMPORTE CERTAINS AVANTAGES COMME DES PRIX SOUVENT PLUS ATTRACTIFS, DES QUALITÉS GUSTATIVES MEILLEURES...

Avec ce tableau de l'été, vous pourrez privilégier dans vos menus, des fruits, légumes, fromages et poissons de saison !

## MES PRODUITS D'ÉTÉ



### LÉGUMES

Ail, Artichaut, Aubergine, Batavia, Betterave rouge, Blette, Brocoli, Carotte, Chou de Bruxelles, Chou-fleur, Chou rouge, Concombre, Cornichon, Courge, Courgette, Cresson, Épinard, Fenouil, Fève, Haricot vert, Laitue, Lentille, Maïs, Mesclun, Navet, Oignon, Oseille, Pâtisson, Poireau, Poivron, Radis, Salade, Salsifis, Tomate.

### POISSONS ET FRUITS DE MER

Anchois de Méditerranée, Calmar, Colin, Coque, Dorade grise, Églefin, Grondin rouge, Hareng, Homard, Langoustine, Lieu jaune, Lieu noir, Maquereau, Merlan, Moule de bouchot, Rouget, Rouget-barbet, Saint-Pierre, Sardine, Tataud, Thon blanc ou Germôn, Tourteau, Tourteau breton.

### FROMAGES

Abondance, Beaufort, Bleu d'Auvergne, Bleu de Bresse, Bleu des Causses, Boulette d'Avesnes, Brie de Meaux, Brie de Melun, Brillat-Savarin, Broccio, Camembert, Cancoillotte, Cantal, Chabichou, Comté, Crottin de Chavignol, Emmental, Epoisses, Féta, Fourme d'Ambert, Gorgonzola, Gruyère, Laguiole, Langres, Livarot, Maroilles, Mascarpone, Mimolette, Mont d'Or, Morbier, Mozzarella, Munster, Neufchâtel, Ossau-Iraty, Parmigiano Reggiano, Pont-l'Évêque, Pouligny-Saint-Pierre, Reblochon, Ricotta, Rocamadour, Roquefort, Saint-Félicien, Saint-Nectaire, Sainte-Maure, Salers, Selles-sur-Cher, Tomme de Savoie, Vacherin-Mont d'Or, Valancay.

### FRUITS

Abricot, Amande, Banane, Brugnon, Cassis, Cerise, Figue, Fraise, Fraise des bois, Framboise, Groseille, Melon, Mirabelle, Mûre, Myrtille, Nectarine, Pastèque, Pêche, Poire, Pomme, Prune, Quetsche, Raisin, Reine-claude.

### BON A SAVOIR :

Une envie hors saison ? Des besoins pour une recette ? Pensez aux surgelés et conserves, pratiques et aux qualités nutritionnelles proches des produits frais. Et pour les viandes ? Il n'y a pas de saisonnalité pour les viandes de boucherie : on en trouve maintenant tout au long de l'année.

Pour partager vos idées, faire le plein d'astuces et de recettes, rendez-vous sur [mangerbouger.fr](http://mangerbouger.fr) ou Facebook.



# A1: Les approvisionnements responsables

PRIVILÉGIER LES PRODUITS DE SAISON COMPORTE CERTAINS AVANTAGES COMME DES PRIX SOUVENT PLUS ATTRACTIFS, DES QUALITÉS GUSTATIVES MEILLEURES...  
Avec ce tableau de l'automne, vous pourrez privilégier dans vos menus, des fruits, légumes, fromages et poissons de saison !

## MES PRODUITS D'AUTOMNE

**FROMAGES**

Abondance, Brillat-Savarin, Broccio, Cancoillotte, Cantal, Chaource, Comté, Emmental, Époisses, Fêta, Fourme d'Ambert, Gruyère, Mascarpone, Morbier, Mozzarella, Munster, Ossau-Iraty, Parmigiano Reggiano, Pouligny Saint-Pierre, Roquefort, Saint-Nectaire, Salers, Vacherin-Mont d'Or.

**LÉGUMES**

Betterave rouge, Blette, Bolet, Brocoli, Carotte, Céleri, Cèpe, Chou chinois, Chou de Bruxelles, Chou-fleur, Coprin chevelu, Courge, Cresson, Endive, Épinard, Fenouil, Laitue, Mâche, Maïs, Navet, Oignon, Panais, Pied de mouton, Pleurote, Poireau, Potiron, Radis, Rosée des prés, Salade, Salsifis, Topinambour, Trompette de la mort.

**POISSONS ET FRUITS DE MER**

Anchois de Méditerranée, Bar de ligne, Bulot, Calmar, Colin, Congre, Coquille Saint-Jacques, Dorade grise de ligne, Églefin, Grondin rouge, Haddock, Hareng, Huître, Langoustine, Lieu jaune, Lieu noir, Maquereau, Merlan, Moule, Palourde, Rouget barbet, Sardine, Tacaud.

**FRUITS**

Banane, Châtaigne, Clémentine, Coing, Figue, Kiwi, Mandarine, Myrtille, Noix, Olive, Orange, Pêche de vigne, Poire, Pomme, Prune, Quetsche, Raisin.

**BON A SAVOIR :**

Une envie hors saison ? Des besoins pour une recette ? Pensez aux surgelés et conserves, pratiques et aux qualités nutritionnelles proches des produits frais.  
Et pour les viandes ? Il n'y a pas de saisonnalité pour les viandes de boucherie : on en trouve maintenant tout au long de l'année.



Pour partager vos idées, faire le plein d'astuces et de recettes, rendez-vous sur [mangerbouger.fr](http://mangerbouger.fr) ou Facebook.

PRIVILÉGIER LES PRODUITS DE SAISON COMPORTE CERTAINS AVANTAGES COMME DES PRIX SOUVENT PLUS ATTRACTIFS, DES QUALITÉS GUSTATIVES MEILLEURES...  
Avec ce tableau de l'hiver, vous pourrez privilégier dans vos menus, des fruits, légumes, fromages et poissons de saison !

## MES PRODUITS D'HIVER

**FROMAGES**

Beaufort, Brie de Meaux, Brie de Melun, Broccio, Chèvre frais, Comté, Crottin de Chavignol, Époisses, Gruyère, Laguiole, Langres, Livarot, Maroilles, Munster, Neufchâtel, Pont-l'Évêque, Rocamadour, Roquefort, Salers, Vacherin Mont-d'Or.

**LÉGUMES**

Betterave, Brocoli, Cardon, Carotte, Céleri, Chou, Chou de Bruxelles, Chou-fleur, Courge, Cresson, Crosne, Endive, Épinard, Mâche, Navet, Oignon, Oseille, Panais, Pissenlit, Poireau, Potiron, Radis, Salsifis, Topinambour.

**POISSONS ET FRUITS DE MER**

Bar de ligne, Brochet, Chinchard, Congre, Coque, Coquille Saint-Jacques, Dorade grise, Églefin, Grondin rouge, Hareng, Huître, Langoustine, Lieu jaune, Lieu noir, Maquereau, Merlan, Poulpe, Sardine, Sole, Tacaud.

**FRUITS**

Ananas, Avocat, Banane, Citron, Clémentine, Fruit de la passion, Goyave, Grenade, Kaki, Kiwi, Litchi, Mandarine, Mangue, Pamplemousse, Papaye, Poire, Pomelo, Pomme, Orange, Orange sanguine.

**BON A SAVOIR :**

Une envie hors saison ? Des besoins pour une recette ? Pensez aux surgelés et conserves, pratiques et aux qualités nutritionnelles proches des produits frais.  
Et pour les viandes ? Il n'y a pas de saisonnalité pour les viandes de boucherie : on en trouve maintenant tout au long de l'année.

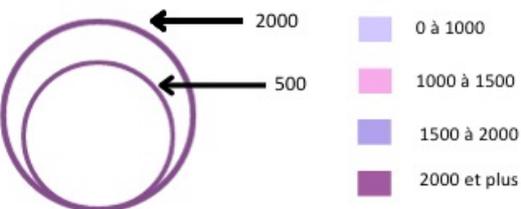


Pour partager vos idées, faire le plein d'astuces et de recettes, rendez-vous sur [mangerbouger.fr](http://mangerbouger.fr) ou Facebook.

# A2: Productions de notre Région



Nombre d'opérateur habilités



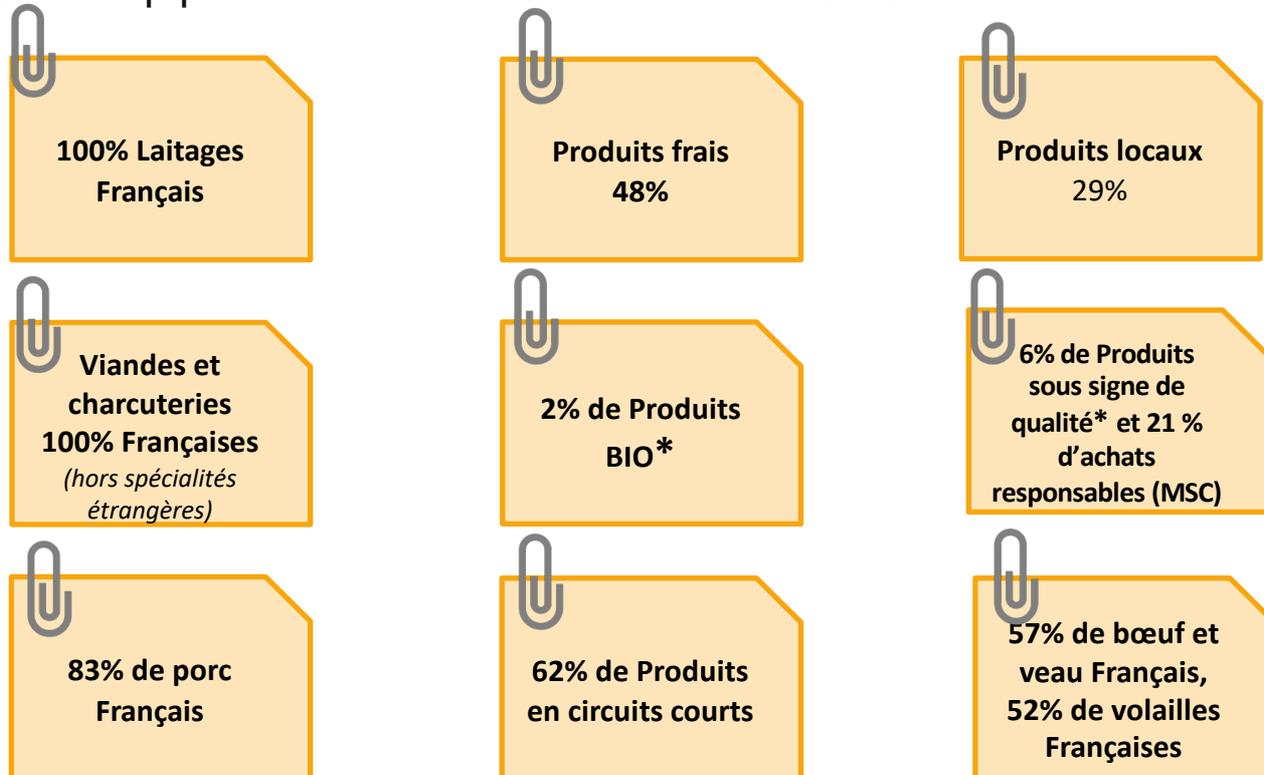
Répartition des opérateurs par filières



Source : INAOFranceAgrimer - Traitement DRAAF

## A2: Les marqueurs pour AAPEI Epanou

### Les approvisionnements en 2023



Les établissements s'inscrivent petit à petit dans le projet Egalim. Ce projet consiste à proposer aux consommateurs progressivement :

- 30% des matières premières **labélisées** (AOP, AOC, LR)
- 20% des matières premières **BIO**

### Déploiement EGALIM à venir en 2024

Objectifs	Labels	Bio	Quand
20% EGALIM	7%	5%	2024

#### Le saviez vous :

**LOCAL** = produit dont le lieu de production est situé dans la Région administrative de l'établissement.  
**CIRCUIT COURT** = Quand il y a un seul intermédiaire entre le point de production et le point de consommation.

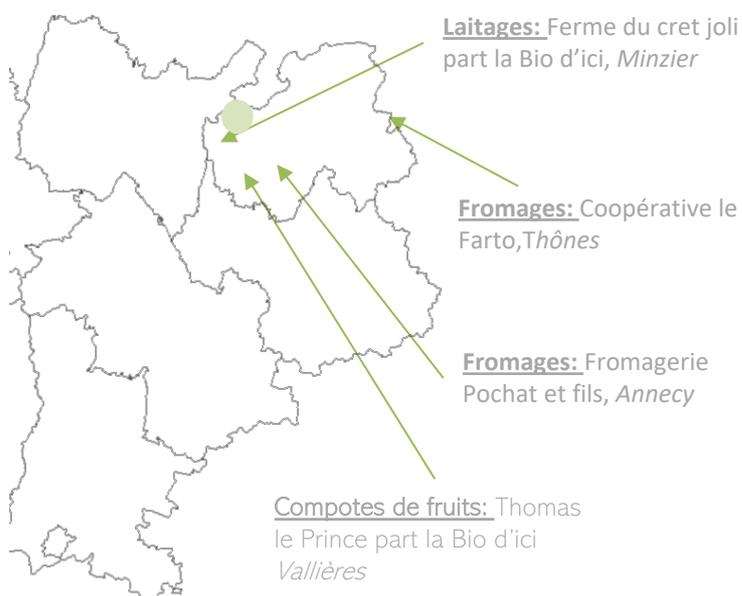


## A2: Les marqueurs pour AAPEI Epanou

### Provenance des produits sous signes de qualité

#### Produits laitiers :

- Yaourts natures BIO et locaux
- Fromages AOP régionaux : Reblochon, Tomme, Beaufort, Abondance



#### Viandes:

- Viandes Régionales
- Pêche durable interdisant les espèces menacées

#### Pain local bio frais

#### Fruits et légumes:

- Fruits et légumes frais de saisons
- Compotes BIO
- Les légumes locaux en saison

Projection  
2024



#### Le saviez vous :

Vous pouvez extraire le taux de vos achats locaux, bio et sous signes de qualité de manière mensuelle.





# Qualité, hygiène et développement durable



# Q1: Votre offre d'accompagnement

Qui travaille en cuisine pour vous restaurer?

1

## Achat des produits



2

## Livraison et stockage



3

## Préparation des plats froids



4

## Cuisson des plats chauds et refroidissement



5

## Conditionnement en barquettes ou en bacs



# Q1: Votre offre d'accompagnement

1

## Cheffe de cuisine

Elle est responsable du bon fonctionnement de la cuisine centrale : elle gère les équipes et la production des repas pour tous les sites de l'AAPEI Epanou.

Elle veille également au respect des règles d'hygiène et de sécurité alimentaire à toutes les étapes de préparation des repas.



2

## Référent Sodexo

Un professionnel de Sodexo aide l'association à gérer la cuisine centrale. Il garantit le bon fonctionnement et la sécurité alimentaire de la cuisine centrale.

Il s'occupe d'adapter et valider les menus avec la cheffe de la cuisine centrale. Il assure également l'achat des matières premières en privilégiant les produits locaux et de saison.

Il peut remplacer la cheffe de cuisine si besoin.



3

## Cuisiniers et moniteurs d'atelier

Ce sont des cuisiniers professionnels qui produisent les 850 repas par jours distribués sur les différents sites de l'AAPEI Epanou.

Certains cuisiniers sont des moniteurs d'atelier.

Ils accompagnent les ouvriers d'ESAT dans la réalisation des différentes tâches de la cuisine centrale : déboitage, préparation des plats chauds et froids, conditionnement et étiquetage, remise en température, dressage et service, nettoyage et rangement.



4

## Agents de restauration polyvalent

Ils participent à toutes les tâches nécessaires pour produire les repas de la cuisine centrale de la réception des matières premières à la livraison.

Ils assurent l'entretien et la propreté de la cuisine centrale et des équipements de cuisine.



5

## Chauffeur livreur

Il est responsable de la livraison et du respect de la sécurité alimentaires des repas pendant le transport dans les différents sites de l'AAPEI Epanou (Annecy, Rumilly, La Balme de Sillingy, Chaumont et Cruseilles...).



6

## Ouvriers ESAT

Ils participent à toutes les tâches nécessaires pour produire les repas de la cuisine centrale de la réception des matières premières à la livraison.

Ils assurent l'entretien et la propreté de la cuisine centrale et des équipements de cuisine.



## Frederic Broisin

En assistance technique  
3,5 jours par semaine

- Il aide à l'**amélioration continue** du niveau d'hygiène sur la cuisine centrale et les sites satellites
- Il conseille sur la loi **EGALIM**
- Il aide à la **communication** sur la cuisine centrale
- Accompagnement sur la **sécurité**

Et en équipe avec le service technique

- **Formation** des équipes clients sur les outils
- Evolution du **catalogue produits**
- Suivre les **indicateurs** de performance
- Facturation et traitement des **non conformités** qualitatives et quantitatives
- **Alertes alimentaires**

## Q2: Hygiène

### Quelles bonnes pratiques?

#### Formation des équipes

**Les équipes** sur les cuisines satellites et sur la cuisine centrale sont formées 1 fois par an aux bonnes pratiques d'hygiène en cuisine.

Les équipes sur la cuisine centrale sont formées 1 fois par mois sous forme de **5 minutes qualité**.

#### Les supports

**Le Plan de maîtrise sanitaire** détermine l'ensemble des **bonnes pratiques** d'hygiène à appliquer à tous les stades de la chaîne de production. Il est basé sur les recommandations nationales officielles.

A chaque thème est associé un niveau de vigilance, des bonnes pratiques et un ou plusieurs documents d'enregistrements.

Ces règles doivent être appliquées par tous au quotidien et font l'objet de contrôles.

#### Les contrôles

Audit Hygiène	1 fois par semestre
Audit locaux matériel circuits	1 fois par an
Prélèvement de surface	1 fois par mois (2 prélèvements)
Prélèvement alimentaire	1 fois par mois (3 prélèvements)
DDPP	Tous les trois ans environ
Suivi interne sur cuisine satellites	1 fois par an



#### Information :

Nous avons pour objectif d'atteindre au minimum 80% de conformité sur l'audit hygiène.

## Q2: Formation continue des usagers

« à la découverte de la restauration »



### DESCRIPTION

C'est une formation numérique et interactive pour **apprendre les métiers de la cuisine à destination des travailleurs handicapés.**

Notre objectif est donc d'augmenter les savoirs faire professionnel de chaque travailleur, c'est-à-dire :

1. D'améliorer la **maitrise de son poste**, d'augmenter
2. le périmètre de responsabilité de chacun
3. De favoriser la **poly compétence**

Projection  
2025

### PRINCIPES

Cette formation reprends le principe de l'accompagnement inclusif. Elle est co-construite avec l'ADAPT et repose ainsi sur 3 principes :

1. Les technologies numériques et l'interactivité
2. La co-animation professionnel Sodexo / moniteur : Sodexo a le savoir faire des métiers de la cuisine, les moniteurs ont le savoir faire de l'accompagnement
3. Des sessions courtes et hebdomadaires : des sessions de 30 min de cours interactif

### CONTENU

**5 modules de formation, 16 sessions** (à moduler en fonction du rythme d'apprentissage du groupe) :

- 3 modules de base obligatoires pour travailler en cuisine : **La connaissance de la cuisine, hygiène, sécurité et éco-gestes**
- 2 modules d'approfondissement : magasinage, légumerie

Site concerné	Fréquence conseillée	Durée de l'atelier
Cuisine centrale	16 séances	40 minutes

#### Valorisation :

1 passeport de formation à remplir après chaque séance + un diplôme  
Un outil efficace dans les démarches de reconnaissance et validation des acquis



# Q3: Mesure de la satisfaction

## Les enquêtes (1 / 2)

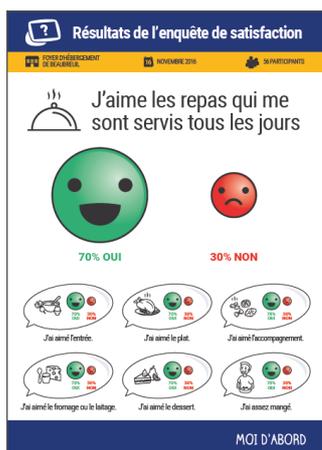
Projection  
2024

### DESCRIPTION

Dans son quotidien, chacun de nous est amené à donner son avis. Donner son avis c'est être reconnu en tant qu'individu. Mesurer la satisfaction des convives est un excellent levier d'amélioration de la qualité de la prestation. La mesure de la satisfaction doit être accessible à tous.

### PROCEDURE

1. **Annonce de l'enquête** par une affiche
2. **Enquête en 2 temps, pour tous** (Identification des capacités de chacun et questionnaire délivré)
3. **Affichage des résultats immédiatement après**, suivi d'un échange
4. **Mise en œuvre du plan d'action** et planification des prochaines enquêtes



PLAN D'ACTION	
Date	...
Références Sodexo	...
Références Clients	...
Axe n°1	
Engagement	...
Détail de mise en place	...
Axe n°2	
Engagement	...
Détail de mise en place	...
Axe n°3	
Engagement	...
Détail de mise en place	...
Signatures	
Références Sodexo	...
Références Clients	...

# Q3: Mesure de la satisfaction

## Les enquêtes (2 / 2)

### 3 modes d'expression en fonction de l'autonomie de chacun et des capacités de réponse :

- Autonome (le convive peut répondre seul à l'enquête)
- Accompagnée (le convive à besoin d'aide pour répondre)
- Personnalisée (la satisfaction est évaluée par l'accompagnant sur base d'observations extérieures: sourire, signes, consommation de l'assiette...)

### 7 questions avec possibilité de saisir les verbatims des convives :

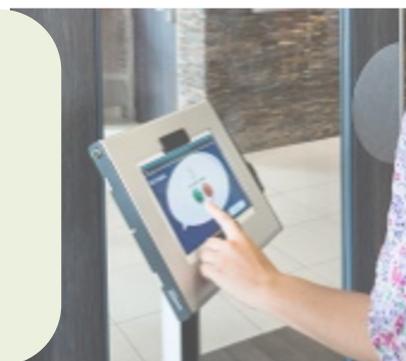
- 1 question sur les quantités
- 1 question sur la satisfaction générale
- 5 questions portant sur la satisfaction plat par plat

Projection  
2024

Sites concernés	Fréquence conseillée
Tous	1 fois tous les deux ans

### LES BÉNÉFICES POUR VOTRE ASSOCIATION:

- Amélioration continue
- Indicateur de Qualité de Vie
- Démarche d'expression valorisable dans les audits internes et externes



# Q4: Luttons contre le gaspillage alimentaire

## DESCRIPTION

Première étape de la lutte contre le gaspillage alimentaire, la pesée des déchets permet d'estimer notre gaspillage alimentaire et d'élaborer un plan d'actions pour limiter ces déchets. C'est un projet collaboratif qui met en jeux tous les acteurs de la restauration.



## PROCEDURE

1

**Mesurer :**  
Mettre en place des pesées quotidiennes sur le site

2

**Analyser et agir :**  
Identifier ensemble les sources de gaspillage et définir des actions

3

**Communiquer :**  
Afficher les résultats et communiquer auprès des convives et des familles

Les pesées doivent être réalisées sur les poste de production de déchets suivants (en fonction du site) :

- Stockage
- Production (chaude, froide, légumerie)
- Distribution (nourriture présentée au self et non servie)
- Plonge (retours plateaux)
- Pain

Pistes sur les causes du gaspillage alimentaire :

- DLC dépassées, effectifs, surproduction, erreur recette, fiche recette non adaptée, défaut de respect du PMS, problème d'équipements ou matériels...

Des outils de pesées et d'enregistrements  
Un kit de communication  
Un outil d'analyse de données

Sites concernés	Fréquence conseillée	Durée de l'enquête	Quand
Cuisine centrale	1 fois par an	2 mois	2023

### Le saviez vous :

3,4 milliards de repas servis/ an en restauration collective  
100 à 170g de nourriture gaspillée par personne et par repas  
540 000 tonnes de nourriture jetée chaque année



# Q4: Autres actions développement durable



## CUISINE CENTRALE ET LOI ÉGALIM : OÙ EN SOMMES NOUS ?

### RÉDUIRE LE PLASTIQUE



**Les attendus de la Loi Égalim :** remplacer le plastique

**Ce qui a été fait :**

- Passage à l'inox en 2021 pour réduire la consommation des barquettes en plastique.
- Recherche de solutions alternatives au plastique, adaptées à la remise en température à un prix accessible.

### PRIVILÉGIER UNE ALIMENTATION DURABLE

**Les attendus de la loi Égalim :** 50% de produits durables et de qualité dont 20% de produits bio dès le janvier 2022.

**Ce qui a été fait :**

-En 2022, la cuisine a mis l'accent sur les **légumes frais** et les **achats durables**.

**Ce qui va être mis en place :**

- Augmenter les **produits avec les labels** ;
- **2 menus végétariens** par semaine ;
- Achat de **légumes bio** pour les repas du **weekend**.



### LIMITER LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE



**Les attendus de la Loi Égalim :** obligation de réaliser un **diagnostic** du gaspillage alimentaire.

**Ce qui va être mis en place :**

- **Peser les déchets** et des biodéchets de la cuisine centrale et du restaurant pendant 2 mois ;
- Construire un **plan d'actions** à partir de ce diagnostic à déployer en septembre 2023.

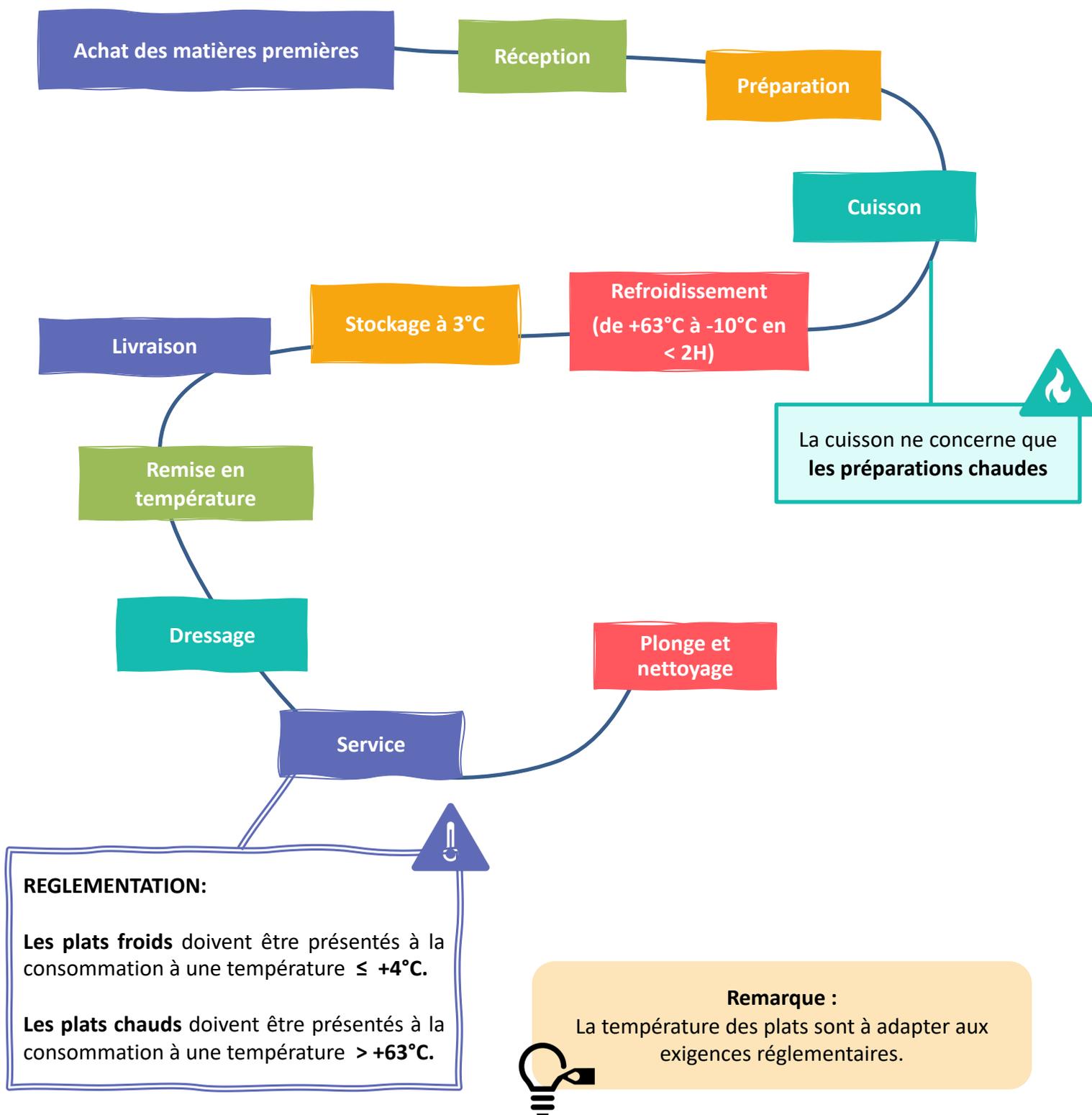


# STANDARDS DU PARTENARIAT



# S1: Les repas sur AAPEI Epanou

## Chaîne de production



## S2: Communication

### Commission menu

C'est une structure pluridisciplinaire permettant **de communiquer autour de l'alimentation** et de valider les menus de l'établissement.

#### Objectifs:

- Permettre aux consommateurs (résidents, membres du personnel...) et aux représentants du personnel de chaque établissement de s'exprimer sur la qualité et la quantité de l'alimentation.
- Valider les menus de la période à venir en tenant compte de la satisfaction des besoins des résidents, des goûts de chacun, de l'équilibre nutritionnel, du plan alimentaire, de la faisabilité en cuisine et du coût.
- Valider les animations
- Faire un point de suivi sur les engagements

Sites concernés	Fréquence conseillée	Participants
Tous	1 fois par an inter établissements	Directions des établissements et interlocuteurs qualité + Responsables restauration + usagers

Ci-joint un exemple de support utilisé pour recueillir l'avis des bénéficiaires :

 Que pensez-vous des repas de la cuisine centrale ?

 On aime :

 On n'aime pas :

 Nos idées :

# S2: Communication

## Outils de communication

### Lettre Nutrition

 **A NOTER :**

**Comment S'hydrater par forte chaleur ?**

Les périodes de chaleurs ne sont pas terminées. Voici quelques astuces données par le plan national canicule pour continuer de bien s'hydrater :

- Planifier les consommations d'eau à intervalles réguliers ;
- Boire 1,5 litre d'eau/jour (soit au minimum 8 verres et idéalement 13 à 14 verres) en dépit des éventuels problèmes d'incontinence ;
- S'hydrater avec de l'eau plate, pétillante ou aromatisée, de la soupe, des laitages à boire, de la tisane (même chaude), des jus de fruits sans sucre ajouté ;
- Eviter les boissons à forte teneur en caféine (café, thé, colas), très sucrées (sodas, alcoolisées) ;
- Poursuivre une alimentation suffisante (30% des apports en eau couverts par les aliments) ;
- Favoriser une alimentation froide et riche en eau (fruits, crudités, laitages, glaces, ...)

La diminution des apports hydriques d'origine alimentaire doit être compensée par une hydratation supérieure.

 **A lire dans notre version digitale**

<https://sodexo-news>

**Nutrition – Santé :**

- Eta-pesticides dans les aliments : dernier rapport publié
- CRP, boissons, des sucres qui altèrent la barrière intestinale
- Le manque de sommeil favorise la prise alimentaire et l'accumulation viscérale de graisses
- Aliments ultra-transformés : des caractéristiques propices à la surconsommation énergétique
- Nouvelles recommandations bas dans l'ogédo de l'adulte
- L'anas confirme un lien entre les nitrites présents dans la charcuterie et les risques de cancer

**Actualités – Produits – Société :**

- Passage en catégorie A des diététiciens territoriaux
- Paris vise deux repas végétariens par semaine dans ses cantines d'ici 2027
- "Fruits à diluer" : la nouvelle gamme de Teisseire avec "Juste le sucre des fruits"
- Une compote allégée pour la santé de notre microbiote de Maman
- Notoriété du Nutri-Score chez les adolescents
- "Le bio pré de vous", le nouveau référentiel bio plus engage que le label AB



**sodexo**  
Tout commence au quotidien

**LETTRE NUTRITION**  
Sodexo Santé Médico-Social  
**sodexo**  
Tout commence au quotidien

Septembre 2022 - N°7

**SOMMAIRE**

**Nutrition - Santé**

- Les FODMAPs, des sucres qui altèrent la barrière intestinale
- Le manque de sommeil favorise la prise alimentaire et l'accumulation viscérale de graisses

**Actualités - Produits - Société**

- Une compote allégée pour la santé de notre microbiote de Maman

**A noter**

- Comment s'hydrater par fortes chaleurs ?

 **L'ÉDITO DE MARGOT TOROSI**

 La santé, ce n'est pas que dans l'assiette, nos habitudes de vie ont également leur rôle à jouer : activité physique, sommeil, stress... sont autant de paramètres qui impactent notre qualité de vie.

Dans ce nouveau numéro, vous découvrirez les effets du manque de sommeil sur la prise alimentaire. Nous aborderons également le bien-être intestinal au travers des FODMAPs et des fibres.

Vous pourrez compléter votre lecture par la version numérique donnant accès à de nombreux articles.

**Rendez-vous dans 2 mois pour notre prochaine édition de cette lettre :**

Toute notre équipe régionale se joint à moi pour vous souhaiter une agréable lecture.

**MARGOT TOROSI**  
Responsable Nutrition, Diététicienne Nutritionniste  
Sodexo Santé Médico-Social

## Référentiel Restauration et services

**RÉFÉRENTIEL  
RESTAURATION  
ET SERVICES**  
AAPEI EPANOU



Janvier 2023

**sodexo**  
Tout commence au quotidien

 **STANDARDS DU  
PARTENARIAT**



**sodexo**  
Tout commence au quotidien

## S3: Echanges et reporting

### Nos Engagements à vos côtés (NEAVC)

Pour garantir le respect de nos engagements et faire un point à date sur la mise en œuvre de ceux-ci, nous vous proposons un bilan annuel que nous appelons « **Nos engagements à vos côtés** ».

Ce bilan sera l'occasion d'aborder ensemble les points suivants:

- Les engagements contractuels
- Le référentiel restauration

Et notamment tous les sujets qui touchent à notre partenariat:

- Ressources humaines
- Collaboration
- Matériel
- Hygiène et SST
- Nutrition et approvisionnements
- Vivre ensemble
- ...



Personnes concernées	Fréquence conseillée
CODIR	1 fois par an

### CVS

Nous vous aidons à préparer vos CVS notamment sur les sujets liés à la restauration. Cela permet une visibilité sur le sujet de la restauration auprès des convives, des familles... L'ordre du jour sera déterminé en amont de ces CVS.

# RÉFÉRENTIEL RESTAURATION ET SERVICES AAPEI EPANOU



Janvier 2023



**sodexo**  
SERVICES DE QUALITÉ DE VIE