

# Une pleine assiette de nouvelles mesures



Promouvoir la qualité nutritionnelle dans la restauration scolaire, c'est la ligne de conduite que, désormais, doit, tenir les écoles, collèges, lycées. Le nouveau plan alimentaire part en guerre contre le surpoids et l'obésité infantile. Avis d'une diététicienne - nutritionniste.

Le 2 octobre dernier est paru un décret portant sur la qualité nutritionnelle des repas servis en restauration scolaire et dont les grandes lignes des obligations qui y sont précisées sont

- Une alimentation plus diversifiée avec des quotas de repas garantissant les apports en fibres et vitamines, les apports en fruits crus, les apports en calcium, les apports en fer et en oligoéléments
- Une limitation des apports en matières grasses
- La composition des repas qui doivent comprendre nécessairement un plat principal, une garniture, un produit laitier et, au choix une entrée et/ou un dessert.
- L'adaptation de la taille des portions servies en fonction des classes d'âges
- La mise à disposition de l'eau et du pain sans restriction
- La limitation de l'usage du sel et des sauces qui ne seront, désormais, servis qu'en fonction des plats

Ce nouvel arrêté a pris effet dès publication en ce qui concerne les services de restauration scolaire délivrant plus de 80 couverts/jour en moyenne sur l'année. Il n'a donc pris effet à la Réunion qu'à la dernière rentrée, le 17 octobre.

Pour les services servant moins des 80 couverts/jour, l'arrêté ne les concernera qu'à compter du 1<sup>er</sup> septembre 2012.

L'avis d'un spécialiste sur cette évolution a été sollicité auprès d'une diététicienne nutritionniste, Claudine ROBERT HOARAU qui exerce à Saint Denis et qui est, entre autres, titulaire d'un diplôme universitaire spécialisé dans l'obésité de l'enfant et de l'adolescent.

**NC** : Pensez-vous qu'il était temps de se soucier des menus servis en milieu scolaire ?

**C.RH** : Depuis quelques années, la restauration scolaire à la Réunion tend à améliorer la qualité nutritionnelle des menus servis. Certaines d'entre elles se référaient déjà aux recommandations émises par le GEMRCN (Groupe d'Etudes des Marchés Restauration Collective et Nutrition) en date du 4 mai 2007. Ce décret du 2 octobre rend maintenant obligatoire l'application de ces recommandations. Ainsi, les « cantines » seront dorénavant tenues de mieux équilibrer les repas servis aux enfants.

**NC** : Ces mesures peuvent-elles être appliquées tout aussi facilement à la Réunion ?

**C. RH** : Ces mesures peuvent être appliquées à la Réunion, bien que des aménagements aient été sollicités par l'ensemble de notre profession (la fréquence des desserts très sucrés reste trop importante). Le surpoids et l'obésité infantiles sont un problème majeur sur l'île avec un taux de prévalence en 2001-2002 pour des enfants de 10-11 ans de 26,5% contre 19,5% en métropole (Source Dress-Drass Enquêtes Santé Scolaire).

**NC** : Pensez-vous que ce soit opportun de réintégrer et faire découvrir certains aliments « pei » ?

**C.RH** : Si l'on se réfère aux grands axes de ce décret, l'un d'entre eux prône de favoriser les produits de saison. Ce serait effectivement l'occasion d'intégrer aux menus les produits « péi » et de faire découvrir aux enfants de nouvelles saveurs. L'avantage de notre île est d'avoir tout au long de l'année une grande diversité de fruits et légumes. Les habitudes alimentaires s'acquièrent depuis le plus jeune âge et la cellule familiale reste avant tout l'acteur privilégié de l'apprentissage de l'équilibre alimentaire. Néanmoins, la restauration scolaire a un rôle à jouer dans cet apprentissage et dans l'éveil du goût chez les enfants. Le déjeuner doit être un moment de découverte, et de plaisir. Mais tout cela à un coût...

**NC** : Que suggériez-vous comme menu, avec produits locaux, qui pourrait répondre aux critères de ce nouveau décret ?

**C.RH** : L'exemple d'un menu ne serait pas significatif, c'est l'ensemble des repas servis qu'il faut considérer pour répondre aux critères de ce nouveau décret. Certains aliments

trop gras et/ou trop sucrés sont susceptibles d'influer significativement sur l'équilibre alimentaire. Des règles fixent donc des fréquences de présentation de ces aliments et le contrôle se fait sur la base minimum de 20 repas réussis

**NC** : Pour conclure, un avis personnel, des suggestions peut-être ?

**C.RH** : Ce décret rend obligatoire la mise en place d'une grande partie des recommandations en vigueur depuis 2007. Pour atteindre cet objectif, le rôle des diététiciens nutritionnistes est primordial pour aider la restauration scolaire dans la réalisation de menus équilibrés et variés. En effet, l'établissement des plans alimentaires et le suivi des fréquences de présentation s'inscrivent complètement dans leur compétence



Claudine Robert-Hoarau, est très active en dehors de l'exercice de sa profession. Elle est intervenante au REPOP (Réseau de Prévention et de la prise en charge de l'Obésité en Pédiatrie), à l'Université de la Réunion dans le cadre de l'obtention du diplôme universitaire de l'obésité de l'enfant et de l'adolescent. Elle est aussi consultante et formatrice auprès de structures médicales, de restaurations scolaires et de société prestataire de repas pour les entreprises. Elle est adhérente de l'AFDN (Association Française des Diététiciens Nutritionnistes) et de l'ADNR (Association des Diététiciens Nutritionnistes de la Réunion)

Elle vient de publier « Diététique Gourmande » aux éditions Dangles, un livre fait pour nous « réconcilier » avec les aliments dont aucun, dit-elle n'est interdit à condition de les utiliser à la bonne place et dans lequel elle livre les bons réflexes pour manger équilibré. Cet ouvrage, depuis sa sortie en mai dernier est devenu une référence et connaît un large écho bien au delà de l'île, et notamment dans l'ensemble de la presse nationale. 25€

**Claudine ROBERT-HOARAU**  
122, rue Jules Aubert - Saint Denis  
02 62 31 04 86 - claudine.hoarau@free.fr

